**Propozycje działań i aktywności w domu dla 6-latków**

Czwartek: 04.06.2020r.

Temat**: Rozwiązujemy łamigłówki matematyczne.**

**Cele**

**Dziecko:**

* śpiewa i ilustruje piosenkę ruchem
* układa rytm według wzoru
* koduje i dekoduje informacje przedstawione w postaci symboli
* tworzy i przekształca rytm zgodnie z ustalonym kodem
* poprawnie wykonuje ćwiczenia gimnastyczne
* wnioskuje na podstawie obserwacji obrazków
* dodaje i odejmuje w zakresie 20
* przestrzega zasad w zabawie ruchowej
* rozpoznaje przedmiot za pomocą dotyku
* samodzielnie planuje i wykonuje karty do kodowania

**Zajęcia poranne:**

**Głowa – ramiona** – zabawa ruchowa.

Dzieci śpiewają i ilustrują ruchem piosenkę (na melodię „Siekiera, motyka”). Za pierwszym razem śpiewają powoli, za każdym kolejnym – coraz szybciej.

*Gimnastyka to podstawa. Sport dla wszystkich ważna sprawa. Ręce w górę, w przód i bok, Skłon do przodu, przysiad, skok. Głowa, ramiona, kolana, pięty, Kolana, pięty, kolana, pięty, Głowa ramiona, kolana, pięty, Oczy, uszy, usta nos.*

**Kolorowe rytmy** – zabawa matematyczna doskonaląca spostrzegawczość i myślenie.

Nauczyciel układa na dywanie rytm, korzystając ze sportowych akcesoriów (szarf, woreczków i krążków). Przykład: zielony krążek, dwie żółte szarfy, trzy zielone woreczki i znów zielony krążek, dwie żółte szarfy, trzy zielone woreczki. Zadaniem wskazanego dziecka jest odtworzenie obok tego samego rytmu ale ze zmianą kolorów. Zasady zmiany kolorów nauczyciel przedstawia na tablicy w postaci kolorowych kółek i strzałek np. żółty niebieski; zielony czerwony; niebieski  czerwony; czerwony żółty.

**Środki dydaktyczne:** woreczki, krążki, szarfy

**Sport to zdrowie! – zestaw ćwiczeń porannych.**

**Pokonaj przeszkodę** – ćwiczenie z szarfami.

Dzieci maszerują po obwodzie koła, trzymając przed sobą szarfę. Na hasło: Stop! rozciągają przed sobą trzymaną w dłoniach szarfę i przechodzą nad nią. Idą dalej, trzymając szarfę za sobą. Na kolejne hasło: Stop! przechodzą nad szarfą tak, aby z powrotem znalazła się z przodu.

**Podaj szarfę** – ćwiczenie mięśni brzucha.

Dzieci leżą na plecach, ręce układają wyprostowane za głową. Każde trzyma w dłoniach zwiniętą szarfę. Na hasło Zmiana! dzieci powoli podnoszą ręce i nogi, wkładają szarfę między stopy i powoli opuszczają nogi. Za drugim razem szarfa wędruje w odwrotnym kierunku.

**Połączeni** – zabawa ćwicząca współpracę w parach.

Dzieci dobierają się w pary, każde wkłada jedną nogę do szarfy na wysokości kostki. Każda para próbuje iść z naciągniętą szarfą, tak aby nie spadła ona na podłogę.

**Złap ogon** – zabawa ruchowa.

Każde dziecko przyczepia sobie ogonek, wkładając jeden koniec szarfy z tyłu za spodenki lub spódniczkę. Na hasło: Złap ogon! każde próbuje wyrwać jak najwięcej ogonów, jednocześnie pilnując, aby samemu ogona nie stracić.

**Środki dydaktyczne:** szarfy

**Zajęcia główne**

**Losowanie – kodowanie** – zabawa matematyczna kształtująca myślenie logiczne.

Nauczyciel przygotowuje cztery pojemniki, do każdego wkłada karteczki w liczbie większej niż liczba dzieci w grupie. W pierwszym pojemniku są kartki z cyframi od 1 do 9, w drugim z kolorami (w kolorach dostępnych kredek), w trzecim – z kształtami (kwadrat, prostokąt, trójkąt, koło, trapez, elipsa), w czwartym – ze strzałkami oznaczającymi wielkość (mała, duża). Każde dziecko podchodzi do pojemników, wybiera z każdego po jednej kartce, przerysowuje symbole w górnej części swojej kartki, oddziela rysunki kreską i rysuje pod spodem figury, które są zgodne z zakodowanym w symbolach opisem. Po skończeniu pracy dziecko odnosi karteczki do odpowiednich pojemników, nauczyciel miesza je i uczestnik zabawy wybiera nowy zestaw symboli. Na koniec dzieci mogą sprawdzić, czy zdarzyły się dwa identyczne zestawy symboli.

**Środki dydaktyczne:** kartki, kredki, karteczki z symbolami (cyfry, kształty, kolory, wielkość), cztery pojemniki

**Zapamiętaj ten rytm** – zabawa matematyczna, doskonalenie umiejętności tworzenia i przekształcania rytmów oraz kodowania.

Dzieci rozkładają 20 szarf w dużym kręgu, tak żeby można było przejść z jednej szarfy do drugiej i w niej stanąć. Układ szarf powinien odzwierciedlać rytm kolorystyczny: czerwona, zielona, żółta, niebieska. Gdy koło z szarf jest gotowe, nauczyciel ustala z dziećmi zasady, np. w czerwonej szarfie robimy trzy przysiady, w zielonej – trzy razy podskakujemy, w żółtej – trzy razy klaszczemy, w niebieskiej – robimy obrót. W zabawie jednocześnie bierze udział pięcioro dzieci. Każde staje w czerwonej szarfie i zaczyna na hasło: Start. Trudność polega na tym, że nie można się pomylić, nawet jeśli inne osoby wykonują ćwiczenia wolniej lub szybciej i robią w danym momencie co innego.

**Środki dydaktyczne:** 20 szarf w czterech kolorach

**Zakodowane informacje** – kodowanie.

Dzieci wklejają obrazki zgodnie z podanym kodem, w którym figura geometryczna oznacza liczbę osób, a kolor pola – płeć. Po uzupełnieniu tabeli dzieci analizują jej zawartość i odpowiadają na pytania: W której kolumnie są tylko dziewczynki? Czy jest kolumna tylko dla chłopców? Ile jest dzieci, które skaczą? Ile jest par dzieci?. Następnie dzieci kolorują rysunek zgodnie z podanym kodem. Nauczyciel wyjaśnia, że zanim przystąpią do kolorowania, muszą dokonać obliczeń w zakresie dodawania i odejmowania. Dopiero po uzyskaniu wyniku działania mogą sprawdzić, jakiego koloru powinny użyć do wypełnienia danego pola.

**Ćwiczenia gimnastyczne – zestaw LXVI. **

***Obwód stacyjny***

**Pomoce:** piłeczka pingpongowa, woreczki, drabinka przyścienna, kilogramowa i dwukilogramowa piłka rehabilitacyjna, skakanki, 2 drabinki trapezowe, drabinka pozioma, materac, kocyki, 2 krzesełka, 2 piłki do koszykówki

Zbiórka, dzieci ustawione w szeregu, stopy złączone, palce stóp podkurczone, ręce ułożone w „skrzydełka”.

Nauczyciel przypomina dzieciom zasady ćwiczenia w obwodzie ćwiczebnym. Przypomina również o konieczności dbania o bezpieczeństwo osoby współćwiczącej.

***Ćwiczenia składające się na obwód ćwiczebny:***

**Nawijanie skakanki na nogę** – ćwiczenie mięśni brzucha i stóp. Dzieci, siedząc na krzesełku, palcami jednej stopy chwytają koniec skakanki i unoszą ją. Palcami drugiej stopy nawijają skakankę na uniesioną nogę.

**Wspinanie się po drabince w leżeniu tyłem** – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dzieci leżą tyłem przed drabinką przyścienną; palce stóp oparte o pierwszy szczebelek drabinki, ręce ułożone w „skrzydełka”. Unoszą biodra i stawiają stopy na coraz wyższe szczebelki drabinki. Po wejściu na piąty szczebelek bez opuszczania bioder schodzą w dół, a następnie opuszczają biodra i chwilę odpoczywają.

**Rzucanie piłki rehabilitacyjnej w leżeniu przodem** – ćwiczenia mięśni grzbietu i karku. Jedno dziecko w leżeniu przodem, drugie naprzeciwko w siadzie klęcznym w odległości około 1,2 m od osoby współćwiczącej. Dziecko leżące przodem unosi klatkę piersiową nad podłogę, oburącz przenosi piłkę za głowę i wyrzuca ją w stronę partnerki lub partnera. Po kilku rzutach następuje zmiana.

**Turlanie piłki w siadzie prostym rozkrocznym** – ćwiczenie rozciągające. Dzieci siedzą naprzeciwko siebie w siadzie prostym rozkrocznym. Pochylając się do przodu, bez zginania nóg w kolanach, rękoma turlają piłkę do osoby współćwiczącej.

**Slalom w siadzie skulnym** – ćwiczenie mięśni brzucha. Dzieci, siedząc w siadzie skulnym na kocyku, odpychają się piętami od podłogi i jadą slalomem między rozstawionymi dowolnymi przeszkodami.

**Toczenie się po piłce** – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dzieci leżą przodem na piłce do koszykówki i opierają dłonie o podłogę na wysokości barków. Unoszą tułów i nogi do poziomu i, odpychając się rękoma od podłogi, przesuwają się po piłce w przód i w tył; od miednicy, aż po klatkę piersiową.

**Podawanie woreczka w leżeniu przewrotnym** – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Jedno dziecko w siadzie klęcznym, drugie w leżeniu tyłem z głową przy kolanach partnerki lub partnera. Leżące dziecko chwyta woreczek i, wykonując leżenie przewrotne, kładzie woreczek na kolanach osoby współćwiczącej. Dzieci wykonują ćwiczenie na zmianę.

**Dmuchanie na piłeczkę pingpongową** – ćwiczenie oddechowe, ćwiczenie mięśni grzbietu. Dzieci leżą przodem na kocyku i, mając możliwość poruszania się, dmuchają na piłeczkę pingpongową tak, aby doturlała się do osoby współćwiczącej.

**Podciąganie się pod drabinką** – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Pod dwie drabinki trapezowe podczepiona poziomo drabinka, pod nią ułożony materac. Raz jedno, raz drugie dziecko wykonuje ćwiczenie. Leżąc na plecach na materacu, chwyta rękoma szczebelek drabinki, następnie opiera nogi o szczebelek i, uginając jednocześnie nogi i ręce, podciąga się do góry. Wytrzymuje w tej pozycji, licząc do 10.

**Zajęcia popołudniowe:**

**Biegam, biegam** – zabawa bieżna.

Dzieci idą po obwodzie koła, ilustrując słowa piosenki śpiewanej na melodię „Panie Janie”. Na słowo: Stop zatrzymują się i pozostają w ciszy i bezruchu, dopóki nauczyciel nie zaintonuje kolejnej zwrotki.

*Chodzę, chodzę, chodzę, chodzę (dzieci idą), Hop, hop, hop, hop, hop, hop (podskakują w miejscu), Biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę (biegną), Teraz stop, teraz stop (zatrzymują się bez ruchu). Pływam, pływam, pływam, pływam (idą, wykonując rękami ruch, jakby pływały żabką), Hop, hop, hop, hop, hop, hop (podskakują w miejscu), Biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę (biegną), Teraz stop, teraz stop (zatrzymują się bez ruchu). Latam, latam, latam, latam (idą, naśladując rękami ruch skrzydeł), Hop, hop, hop, hop, hop, hop (podskakują w miejscu), Biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę (biegną), Teraz stop, teraz stop (zatrzymują się bez ruchu).*

**Co jest w środku?** – zajęcie ćwiczące koncentrację uwagi i skupienie, rozpoznawanie przedmiotu dotykiem.

Dzieci siadają w kręgu i podają sobie woreczek. Każde wkłada rękę do worka przez wąski otwór i próbuje odgadnąć, co w nim jest. Gdy odgadnie, podaje worek następnej osobie. Zasadą jest zachowanie absolutnej ciszy podczas całej zabawy. W worku może być drobny przedmiot związany ze sportem: piłka pingpongowa, okulary do pływania, lotka do gry w badmintona, gwizdek. Kiedy woreczek wróci do nauczyciela, dzieci podają nazwę przedmiotu, który rozpoznały.

**Środki dydaktyczne:** worek, drobne przedmioty związane ze sportem

**Sam koduję** – zabawa matematyczna.

Dzieci, zainspirowane zabawą „Losowanie – kodowanie”, samodzielnie wymyślają i wykonują plansze do kodowania. Konsultują swoje pomysły z nauczycielem lub kolegami i koleżankami. Mogą prosić nauczyciela, aby rysował to, co przedstawiły w postaci symboli, albo bawić się w parach.

**Środki dydaktyczne:** kartki, kredki





