**PONIEDZIAŁAEK 20.04.2020**

**Temat tygodnia:** Dbamy o zdrowie

**Temat dnia: Dbamy o zdrowie**

Cele ogólne:

- zapoznanie z utworem literackim,

- rozwijanie wiedzy dotyczącej części ciała oraz nawyków zdrowotnych i higienicznych,

- rozwijanie mowy i myślenia przyczynowo-skutkowego,

- ćwiczenia pamięci podczas próby nauki wiersza,

- rozwijanie sprawności narządów mowy.

**Propozycje aktywności i zabaw:**

**1. Zabawa integrująca „Mam chusteczkę haftowaną”**

Wszyscy siedzą w kręgu i wybierają jedną osobę, która z chusteczką w ręku krąży za plecami pozostałych uczestników, a wszyscy śpiewają na melodię ludowej piosenki:

*Mam chusteczkę haftowaną, co ma cztery rogi,*

*kogo kocham, kogo lubię rzucę mu pod nogi.*

*Tej nie kocham, tej nie lubię, tej nie pocałuję,*

*a chusteczkę haftowaną tobie podaruję.*

**2. Zabawa ruchowa „Zdrowy przedszkolak”**

Dzieci/dziecko ustawiają się w szeregu i na każde zapytanie prowadzącego wykonują skok obunóż do przodu (jeśli odpowiedź na pytanie brzmi *tak)*. Zapytania mogą być np.:
*- Kto myje zęby? (skok do przodu)
- Kto myje ręce przed posiłkami?
- Kto lubi spacery?
- Kto zjada z apetytem zupki?
- Kto lubi się gimnastykować?
- Kto lubi jeść jabłka?*

**3. Ćwiczenia poranne:**

- Ćwiczenia orientacyjno- porządkowe. Marsz i bieg w różnych kierunkach, na mocne uderzenie
w bębenek, dzieci zatrzymują się w miejscu.

- „Sufit podłoga”- ćw. dużych grup mięśniowych. Dzieci stoją, na zapowiedź „sufit” ręce podnoszą
w górę. Na hasło,, podłoga’’- przysiad podparty.

- „Kotki”- zabawa na czworaka. Dzieci poruszają się na czworaka w różnych kierunkach, przeciągają się, robią koci grzbiet, miauczą i idą dalej.

- „Ptaszki skaczące”- podskoki. Dzieci skaczą po całej sali, na sygnał przysiadają i zbierają ziarenka stukając w podłogę.

- „Skłony w przysiadzie w przód”- dzieci naśladują picie wody przez ptaka.

- Marsz ze śpiewem dookoła sali.

**4. Wiersz J. Korczakowskiej „Przedszkolaczek”; rozmowa na temat utworu; próba nauki wiersza na pamięć**

**J. Korczakowska *Przedszkolaczek***

*Przedszkolaczek mały, duży*

*Wie do czego mydło służy.*

*Płynie woda plusk, w łazience*

*I już czyste uszy, ręce.*

*Przedszkolaczek mały, duży*

*wie do czego gąbka służy.*

*Gąbka, ręcznik, pasta, szczotka*

*i czyściejszy jest od kotka.*

*Przedszkolaczek, proszę Pana,*

*Chętnie myje zęby z rana.*

*Patrzy w lustro roześmiany,*

*Bo ma białe wąsy z piany.*

**Rozmowa na temat utworu:**

- o kim jest wiersz?

**-** jakie przybory do mycia zostały wymienione?

- jakie części ciała myje przedszkolak? Itp.

**Próby pamięciowego opanowania wiersza**

Dorosły recytuje wersami, dziecko powtarza, dołączamy pokazywanie ułatwiające zapamiętanie.

**5. Zabawa pantomimiczna „Dbam o zdrowie”**

Zaczynamy od burzy mózgów gromadząc pomysły w jaki sposób można dbać o zdrowie (zdrowe odżywianie, sen, mycie rąk, sport, mycie zębów itd.). Następnie prowadzący wymienia pojedynczo poszczególne czynności, dziecko wciela się w określone role naśladując je ruchem i gestem.

**6. Zabawa dydaktyczna „Ważne przedmioty”**

Zadaniem dziecka jest rozpoznanie i nazwanie przedmiotów higienicznych. Następnie dziecko koloruje wszystkie przedmioty. Zabawę wzbogacamy posługując się rzeczywistymi rekwizytami przyborów higienicznych.

****

**7. Rozwiązywanie zagadek-rymowanek związanych z higieną**

1) Wszyscy mamy słodkie minki, bo zjadamy...........................(witaminki)

2) Masz gorączkę? Na co czekasz? Pora by Cię zbadał.................(lekarz)

3) Witaminy, witaminy dla chłopczyka i .................................(dziewczyny)

4) Ziemniaki i buraki jedzą wszystkie.....................................(dzieciaki)

5) Gdy czystość w koło świeci, zdrowi są starsi i zdrowe są ..........(dzieci)

6) Jedz owoce i jarzyny w nich mieszkają ...............................(witaminy)

7) Przez cały rok pij marchewkowy .......................................(sok)

8) Myję zęby, bo wiem właśnie o tym, kto ich nie myje ten ma.......(kłopoty)

9) Mydło wszystko umyje, nawet uszy i..................................(szyję)

10) Irenka umyła ręce wodą i mydłem w ..................................(łazience)

11) Kto się często myje ten długo ........................................(żyje)

12) Cały dzień cukierki ssałam, a o paście ................................(zapomniałam)

13) My lubimy czyści być, więc się trzeba często........................(myć)

14) Skakać, biegać, tańczyć wkoło razem będzie nam ...................(wesoło).

**8. Oglądanie albumów o budowie ciała człowieka oraz o zdrowiu**

Jeśli nie ma możliwości oglądania książek lub albumów w formie papierowej, można posłużyć się źródłami multimedialnymi, np. <https://www.youtube.com/watch?v=Pu6fcTIz4cM&vl=pl>

<https://www.youtube.com/watch?v=vAeX_-3Wblo>

**9. Zabawa artykulacyjna „Soczyste owoce”**

Wymieniamy wraz z dzieckiem różne owoce i zastanawiamy się jak smakują (słodki-kwaśny). Angażujemy mięśnie narządów mowy oblizując wargi, naśladując gryzienie, mlaskanie itd.

**10. Zabawa ruchowa orientacyjno-porządkowa „Bieg po zdrowie**

Trucht wokół dywanu, dziecko biegnie wokół dywanu, śpiewając:

*Biegniemy na spacerek,*

*biegniemy na spacerek,*

*biegniemy na spacerek,*

*zatrzymujemy się.*

*Biegniemy sobie dalej,*

*biegniemy sobie dalej,*

*biegniemy sobie dalej,*

*zatrzymujemy się.*

*Uuu! Uuu! Raz, dwa, trzy!*

*I kręcimy, i kręcimy, i kręcimy się!*

*Uuu! Uuu! Raz, dwa, trzy!*

*W drugą stronę też kręcimy, też kręcimy się!*