

SASANKI CZWARTEK 09.04.2020

Blok tematyczny: DZIEŃ I NOC

Temat dnia: „RYTM DNIA I NOCY” (*gimnastyka + muzyka*)

Cele szczegółowe zajęć, dzięki zabawom dziecko:

- potrafi złapać woreczek,
- maszeruje, zgina się według poleceń,
- potrafi tańczyć w parze,
- zwraca uwagę na poprawnie wykonywane czynności higieniczne.

Witamy rodziców i dzieci z grupy „Sasanki”, niżej zamieszczamy propozycje zabaw na dziś.

- Zabawa ruchowa z gazetami. Dziecko przy dowolnej muzyce bawi się gazetą, może ją rwać na kawałki, pocierać.
- Zwracanie uwagi na sygnalizowanie przez dziecko potrzeb fizjologicznych.
- Zwracanie uwagi na samodzielne i estetyczne spożywanie posiłków przez dziecko.



1. **Ćwiczenia gimnastyczne (ćwiczenia na czworakach, ćwiczenia zachowania równowagi, ćwiczenia wyprostne).** Do wykonania ćwiczeń będzie nam potrzebny woreczek (np. z ryżem, kaszą), miska, wiaderko.

- *Zabawa na czworakach*. Dziecko maszeruje na czworakach z woreczkiem na plecach.
- *Ćwiczenie z elementem równowagi*. Dziecko przekłada woreczek pod uniesioną prawą, następnie lewą nogą.
- *Rzut do celu*. Dziecko rzuca woreczkiem, starając się trafić do miski, wiaderka.
- *Ćwiczenia wyprostne*. Dziecko maszeruje w kole z woreczkiem na głowie. W momencie przechodzenia obok miski, wiaderka, zrzuca woreczek, pochylając się nad pojemnikiem.

2. **Zabawa ruchowo – muzyczna przy piosence Fasolek „Piosenka o dniu i nocy”**.
Przypominamy poznaną kilka dni wcześniej piosenkę (źródło Youtube).
<https://www.youtube.com/watch?v=CB7Vks0iT1s>
Rodzic lub inny domownik dobiera się z dzieckiem w parę i tańczy w rytm piosenki. Możemy zatańczyć do muzyki kilkakrotnie.

Opracowała
Marta Drożdżewicz

- Czynności higieniczne – zwrócenie uwagi na poprawnie wykonywanie czynności higieniczne (mycie rąk, zębów).



- Zabawa ruchowa „Podnieś piórko, klocek”. Potrzebny będzie do zabawy klocek lub piórko. Na hasło rodzica „Podnieś piórko, klocek” dziecko pochyla się i podnosi z podłogi klocek lub piórko. Ćwiczenie powtarzamy kilka razy.
- Czytanie krótkiej bajki dziecku dostępnej w domu.
- Ćwiczenie dużych grup mięśniowych „Fale na morzu”. Do zabawy proszę zaangażować większą liczbę domowników. Domownicy ustawiają się jeden obok drugiego i chwytają się za ręce. Przez podnoszenie i opuszczanie splecionych rąk imitują, naśladują fale na morzu.
- Zabawa ruchowa „Bieg slalomem”. Rodzic ustawia w pokoju przedmioty w różnej odległości od siebie. Zadaniem dziecka jest przejście, przebiegnięcie pomiędzy rozstawionymi przedmiotami.
- Ćwiczenie uspokajające. Dziecko maszeruje po dywanie unosząc kolana wysoko.

Opracowała
Anna Drożdżewicz