**SASANKI CZWARTEK 25.06.2020**

Blok tematyczny: JEDZIEMY NA WAKACJE

**Temat dnia: „SPACER PO GÓRACH”** (*gimnastyka + muzyka*)

Cele szczegółowe zajęć, dzięki zabawom dziecko:

* ogląda samodzielnie książeczki
* aktywnie uczestniczy w zabawach ruchowych
* korzysta w ustalony sposób z przyborów gimnastycznych
* odkłada książki, zabawki na miejsce
* rozpoznaje na ilustracjach krajobraz górski.

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

* „Śmieszne kroki” – zabawa ruchowa. Dziecko chodzi po mieszkaniu, domu wymyślając różne śmieszne i dziwne kroki. W ten sposób u dziecka rozwijamy motorykę dużą, ogólną sprawność fizyczną.
* „Góry” – oglądanie obrazków przedstawiających góry i krajobraz górski. Poniżej zdjęcia o tematyce górskiej.





* Ćwiczenia poranne – powtarzamy zabawy przez cały tydzień (opisane były w poniedziałek).
* Czynności samoobsługowe – zwracamy uwagę na samodzielne i estetyczne spożywanie przez dziecko posiłku oraz posługiwanie się sztućcami.



1. **Ćwiczenia gimnastyczne – zestaw ćwiczeń gimnastycznych.**

- Zabawa orientacyjno – porządkowa. Dziecko biega w różnych kierunkach w rytm bębenka. Na przerwę w muzyce robi przysiad.

- Ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko naśladuje ruchem ściąganie bagażu z półki w pociągu. Staje na palcach i wysoko unosi wyprostowane ręce nad głową. Po kilku sekundach następuje odpoczynek – dziecko staje na całych stopach, ręce wzdłuż tułowia.

- Ćwiczenie kształtujące mięśnie tułowia „Zbieranie muszelek na plaży”. Dziecko chodzi w wolnym tempie po dywanie. Co kilka kroków wykonuje skłon w przód i naśladuje zbieranie muszelek.

- Zabawa na czworakach. Dziecko próbuje chodzić jak rak: w przysiadzie podpiera się rękoma z tyłu i chodzi tyłem, poruszając rękoma i nogami.

- Ćwiczenie z elementem równowagi. Dziecko przechodzi wzdłuż rozłożonej na podłodze skakanki stopa za stopą.

- Rzuty. Rodzic na środku pokoju układa obręcz. Zadaniem dziecka jest wrzucenie woreczka do obręczy.

- Ćwiczenie uspokajające. Dziecko kładzie się tyłem na dywanie, głowa spoczywa na dłoniach dziecka, spokojne oddychanie.

1. **„Lato na dywanie” – taniec w parach”.** Rodzic włącza dziecku piosenkę (link poniżej, źródło Youtube). Rodzic lub inny domownik dobiera się z dzieckiem w parę, tańczą razem do piosenki.

<https://www.youtube.com/watch?v=JY2LxTIkWyQ>

* „Kule” – lepienie z plasteliny kulek różnej wielkości, układanie ich od najmniejszej do największej.
* „Papierowe góry” – praca manualno – techniczna. Do wykonania pracy potrzebne będą gazety, klej, kartka papieru. Dziecko wydziera z czarno – białych gazet kształty przypominające góry i nakleja na kartkę papieru. W ten sposób rozwijamy umiejętności plastyczno – techniczne.



* Czynności porządkowe – zadaniem dziecka jest sprzątnięcie stanowiska pracy po zakończonej zabawie.



* „Na górskim szlaku” – zabawa ruchowa. Rodzic proponuje dziecku wybranie się na górską wędrówkę. Przypomina, że górscy turyści powinni sobie pomagać i nie mogą oddalać się od grupy. Dziecko idzie na rodzicem – przewodnikiem, pokonując rozstawione przeszkody. Najpierw idą slalomem między 3 pachołkami, kubeczkami po jogurtach. Potem przechodzą po skakance, następnie przeskakują przez rozłożone na podłodze chusty. Na koniec udają, że przechodzą przez górski strumień po kamieniach – rozłożonych na podłodze poduszkach.
* „W górskiej jaskini” – zabawa ruchowa. Rodzic i inny domownik ustawia się w parze twarzami do siebie. Każdy z nich trzyma jeden koniec szarfy. W ten sposób tworzą tunel – jaskinię. Dziecko przechodzi pod utworzonym tunelem na drugą stronę. Zabawę powtarzamy kilkakrotnie.
* Układanie puzzli przy stoliku.

 Opracowały

 Anna Drożdżewicz

 Marta Drożdżewicz