

TEMAT TYGODNIA: W GOSPODARSTWIE (30.03-03.04)

CZRAWTEK 02.04.2020

TEMAT DNIA: W KURNIKU

1. „Kogut”- stemplowanie ziemniakiem

Będziecie potrzebować : farby plakatowe -4 kolory, pędzel, ziemniak,

Rodzic przekręca ziemniaka na pół, może wyciąć dowolny wzór w ziemniaku. Dziecko moczy ziemniaka w farbie i odbija na kartce z konturem koguta.

Link z konturem koguta znajdziecie tu: https://www.dla-dzieci.com.pl/kolorowanki/kolorowanka_kury-Kolorowanka_kogut_5.html

2. „Walka kogutów- zabawa z elementem rywalizacji

Dziecko dobiera się w parę z rodzicem. Kucają naprzeciw siebie, odpychają się dłońmi, próbując przewrócić przeciwnika .

3. Ćwiczenia poranne

- Ćwiczenia dużych grup mięśniowych „ Gramy w koszykówkę”- Dziecko naśladuje podnoszenie piłki z podłogi, kozłowanie i wrzucanie piłek do kosza.

- Ćwiczenie mięśni brzucha „ Wysoka poprzeczka”- Dziecko leży na plecach, nogi złączone, wyprostowane, ręce wzdłuż tułowia. Na sygnał umowny z rodzicem, dziecko unosi złączone nogi i przenosi je z jednej strony na drugą, jakby chciało przenieść je nad wysoką poprzeczką.

- Zabawa z elementem równowagi „ Przeprowa przez most”- Rodzic rozkłada długą linę(sznurek), dziecko porusza się gęsiego po „ moście”, stawiając stopę przed stopą.

- Zabawa z elementem skoku „ Do góry”- Dziecko staje przodem przed liną rozłożoną na podłodze. Przeskakuje przez nią obunóż, na prawej i na lewej nodze, w przód i tył.

- Ćwiczenia stóp „ Złap linę”- Dziecko siada na podłodze przed liną z nogami ugiętymi w kolanach i próbuje złapać linę palcami stóp i unieść ją w górę.

- Ćwiczenia uspokajające- marsz po obwodzie dywanu. Wykonując spokojny wdech nosem i wydech ustami.

4. W wiejskiej zagrodzie- opowieść ruchowa do piosenki

- Nastął ranek, z kurnika wychodzi domowe ptactwo –dziecko maszeruje po pokoju naśladując głosy ptactwa domowego:

- kury - ko, ko, ko

- indyki - gul, gul, gul

- kogut - kukuryku

- Zatrzymuje się, macha skrzydłami - wykonywanie ruchów rękami.

- Rozgląda się czy gospodarz niesie dla niego ziarno - wykonanie skrętów szyi w prawą i lewą stronę.

- Kogut wskoczył na płot - wykonywanie podskoków obunóż.
- Gospodarz sypie ziarno - skłony w przód.
- Gospodarz idzie do obory. Wyprowadza konie, krowy na pastwisko - przemieszcza się na czworakach.
- Zwierzęta żeby dojść na pastwisko przechodzą przez mostek - przejście na czworakach po kocu złożony na pół po długości
- Zwierzę się najadło. Odpoczywa ciekawie się rozglądając - przejście do leżenia przodem, podparcie dłońmi o podłogę, unoszenie głowy jak najwyżej, spoglądanie raz w jedną, raz w drugą stronę.
- Zapada w drzemkę, leży na jednym boku, po chwili odwracają się na drugi bok – przechodzi z leżenia na prawym boku do leżenia na lewym boku.
- Zbliża się wieczór, zwierzę wracają do obory - chód na czworakach, przejście przez "mostek" (jak wyżej).

Na zakończenie ćwiczenie rozluźniające - stanie w lekkim rozkroku, swobodny zwis tułowia i rąk.

5. Ćwiczenia gimnastyczne:

Rozgrzewka:

- ✓ 10 pajacyków
- ✓ 10 przysiadów
- ✓ 10 podskoków obunóż
- ✓ Bieg w miejscu

- **Ćwiczenie dużych grup mięśniowych: „Rzuć podnieś”**- Dziecko stoi w małym rozkroku, woreczek trzymają oburącz przed sobą. Na polecenie przenosi woreczek oburącz za głowę (łokcie w górę, cofnięte w tył), puszcza woreczek za plecami, następnie skłania się w przód, chwytając woreczek oburącz, podnosi go w przód w skos.

- **Ćwiczenie tułowia — skłony boczne:** Siad skrzyżny, woreczek na głowie, ręce złożone na kolanach, plecy proste.

Skłon tułowia w lewo (bardzo wolno) — woreczek spada na ziemię.

Podnieść woreczek lewą ręką, położyć go na głowie i ćwiczenie wykonać w prawą stronę. Należy zwrócić uwagę, aby dzieci skłaniały się wyraźnie w bok, a nie w przód

- **Zabawa na czworakach: Kulawy lis.** Włożyć woreczek pod kolano zgiętej lewej nogi i przyjąć pozycję na czworakach. Dziecko posuwa się na rękach podskokami na prawej nodze (tej, która nie trzyma woreczka). Po kilku podskokach siad skrzyżny i swobodna zabawa woreczkami (niewysoki rzut w górę i próba chwytu). Po chwili zabawy dziecko wkłada woreczek pod prawe kolano i powtarzają chód na czworakach.

6. „Ptactwo domowe”- ćwiczenia spostrzegawczości. Określanie różnic między obrazkami

Dziecko ćwiczy spostrzegawczość. Próbuje odnaleźć jak najwięcej różnic między obrazkami. (jest ich 12)

Załącznik nr 1

7. „W kurniku- gumowe jajko”- eksperyment badawczy

Będziecie potrzebować : słoik/ szklanka, ocet, jajko

Do połowy słoika wlewamy ocet. Delikatnie umieszczamy jajko. Odstawiamy na 24 godziny

ŻYCZYMY MIŁEJ ZABAWY ☺

Wychowawczynie: Aneta Gardziejczyk, Agnieszka Olechno

Załącznik nr 1

