

CZWARTEK 07.05.2020r. – BLOK TEMATYCZNY: NA WSI
TEMAT DNIA: „KOGUT I KURY” (zajęcia gimnastyczne + muzyczne)

Cele szczegółowe zajęć – dzięki dzisiejszym zajęciom dziecko:

- uczestniczy w zabawach ruchowych
- współdziała z innymi
- ubiera się stosownie do pogody
- jest sprawne fizycznie
- kształtuje poczucie rytmu
- wykonuje różne formy ruchu zauważa i kontynuuje rytm
- zna zjawisko odbijania światła



Witam serdecznie wszystkich rodziców i moje kochane „Frezje”.
Na dzisiejszy dzień proponuję następujące zabawy:

- Zabawa ruchowa z mocowaniem „Kto ma więcej siły?” do zabawy potrzebujemy co najmniej dwóch osób ;) rodzic klęka na kolana, dziecko staje do niego przodem na odległość wyprostowanych rąk. Na sygnał start obydwójce zaczynają mocowanie, sprawdzając kto jest silniejszy (oczywiście wiadomo, że czasem trzeba dać się pokonać ;)). Zabawę powtarzamy kilkakrotnie.
 - Zabawa z elementem rzutu i chwytu „Piłka”.
 - ✓ Podrzucanie piłki w górę oburącz i chwyt oburącz.
 - ✓ Rzut w górę ręką prawą i lewą, chwyt oburącz.
 - ✓ Rzut piłki o ziemię, o ścianę i chwyt oburącz.
 - ✓ Jak wyżej — przed chwytem klasnąć, obrócić się wkoło.
 - ✓ Rzuty i chwyt piłki w chodzie.
 - Zabawa naśladowcza „Kotek” – rodzic recytuje rymowaną, dziecko powtarza za nim:
*W środku koła stoję,
Różne miny stroję,
Powtórz to co ja-
To wspaniała gra!*
- Na zmianę pokazujemy wybrany ruch, odgłos wybranego zwierzęcia. Pozostali uczestnicy powtarzają go.
- Czynności samoobsługowe – samodzielne ubieranie się. Proszę o pozwolenie dzieciom na samodzielne ubieranie się (nie chodzi mi o wybór ubrania, a samą czynność ubierania się). Zaczynając od założenia majtek, skarpet, na koszulce/bluzce/bluzie kończąc. Część dzieci ma już bardzo dobrze opanowaną tę czynność, jednak niektórzy wymagają ćwiczeń. Teraz kiedy mamy więcej czasu na wszystko, jest idealna pora na tego typu ćwiczenia samodzielności.
 - Ćwiczenia gimnastyczne – utrwalenie – ćwiczenia z elementem czworakowania
 - ✓ Zabawa bieżna: Koniki. Bieg truchcikiem, potem galopem w różnych kierunkach.
 - ✓ Ćwiczenie szyi: Koń kiwa głową. Rozkrok — skłony głowy w przód i w tył.

- ✓ *Ćwiczenie nóg*: Koci grzbiet. Z przysiadu podpartego prostowanie kolan z wysokim unoszeniem bioder w górę i powrót do przysiadu podpartego. Ćwiczenie należy wykonać w tempie dość szybkim licząc: raz i dwa...
- ✓ *Ćwiczenie dużych grup mięśniowych*: Rąbanie drzewa. Rozkrok, ręce na wysokości głowy naśladowanie chwytu siekiery. Skłony w dół z zamachem ramion i wyprost do pozycji wyjściowej.
- ✓ *Kotki*. Czworakowanie w różnych kierunkach, następnie kotki przeciągają się, robią koci grzbiet, miauczą i idą dalej na czworakach.
- ✓ *Czworakowanie* – Dziecko w parze z rodzicem, oboje w siadzie skrzyżnym. Na początku dziecko obchodzi rodzica na czworakach wokoło w jedną i w drugą stronę. Następnie następuje zmiana ról i zabawa trwa dalej.
- ✓ *Raki*. Ostrożny chód na czworakach tyłem w różnych kierunkach.
- ✓ *Ćwiczenie uspokajające*: Marsz zwykły i we wspięciu.

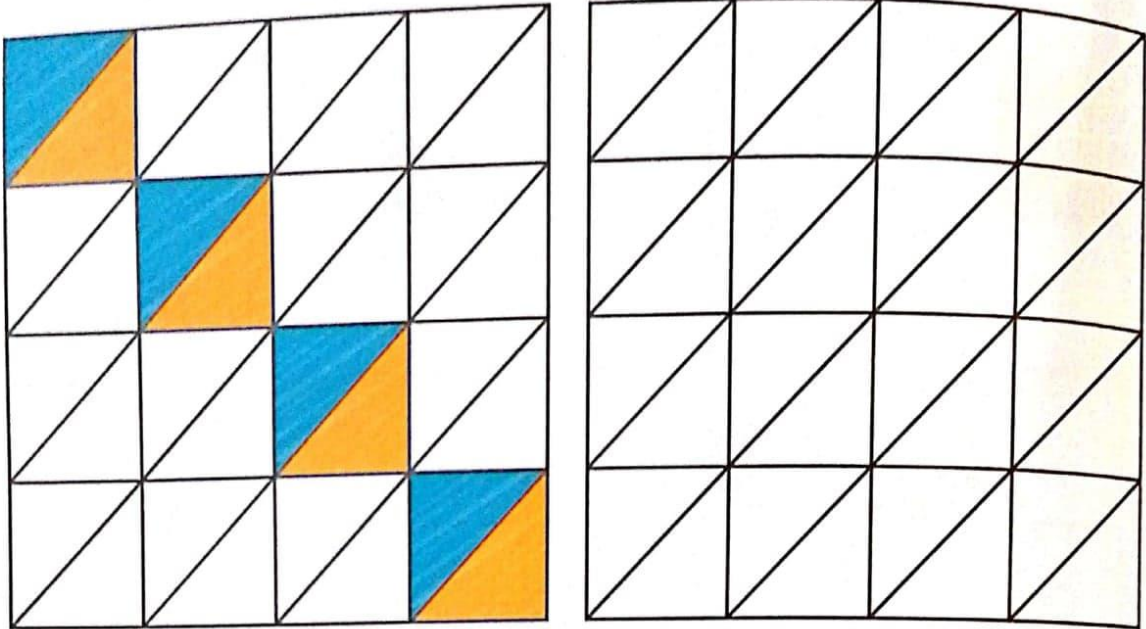
- Taniec „Kogucik” (Zabawy z muzyką klasyczną). Do zabawy będziemy potrzebować długie pasy kolorowej bibuły, które będą potrzebne do zbudowania koguciego ogona. Stajemy bokiem do siebie, tak aby lewe ręce znajdowały się po wewnętrznej stronie, łapiemy się za nie. W prawych dłoniach trzymamy kilka pasków kolorowej bibuły. Wraz z rozpoczęciem muzyki, wspólnie z dzieckiem wykonujemy opisane poniżej czynności:

Franz J. Gossec „Gawot” – <https://www.youtube.com/watch?v=1SwvvpQEXtg>

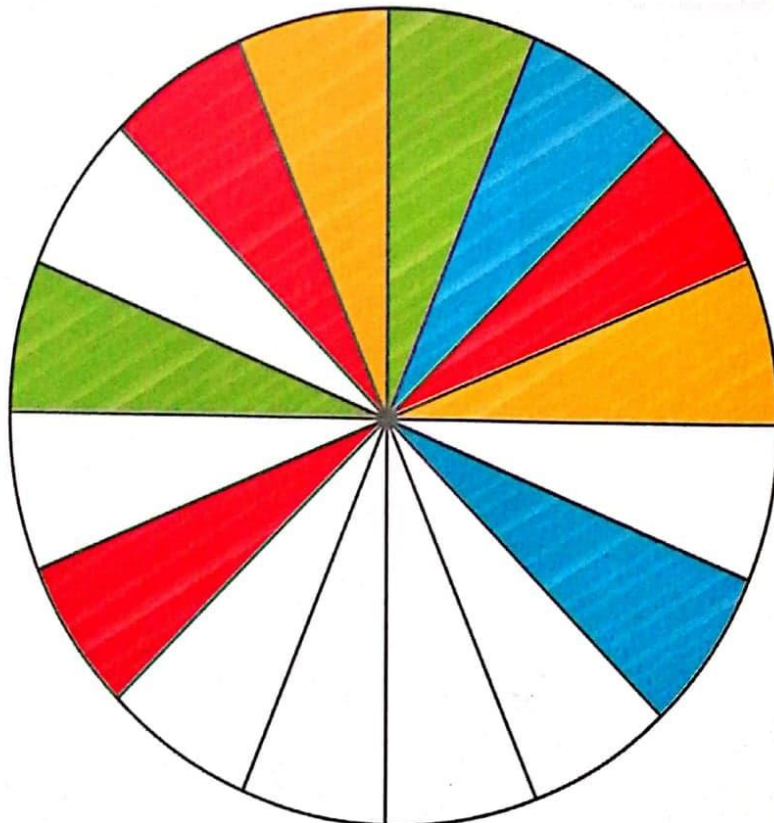
| | |
|---|--|
| 1 | Wykonujemy dwa kroki w przód |
| 2 | Trzy razy poruszamy ręką, w której trzymamy kolorową bibułę. |
| 3 | Prawą rękę przenosimy do środka figury. Puszczamy lewe dłonie, a następnie kierujemy je na zewnątrz. Wykonujemy przy tym pół obrotu. Bibuła nadal pozostaje w prawej dłoni, w związku z czym kogucik ogon znajduje się teraz w środku. |

- Ćwiczenie rozwijające zmysł równowagi „Taniec z woreczkiem”. Rodzic i dziecko kładą sobie woreczek na głowę. Na hasło *:Tańca nadszedł czas!* Przy dowolnym nagraniu zaczynają wspólny taniec. Wygrywa osoba, której woreczek utrzyma się na głowie jak najdłużej w czasie tańca.
- Zabawa rozwijająca pamięć wzrokową i uwagę „Kolorowe kurki”

1. Przyjrzyj się uważnie obrazkowi po lewej stronie i zapamiętaj układ kolorów. Następnie zasłoń go kartką i spróbuj pokolorować te same pola na planszy po prawej stronie. Użyj tych samych kolorów kredek.



2. Dokończ kolorowanie części koła zgodnie z rytmem.



- Zabawa z lusterkiem Zajęczki” – odbijanie światła
- Ćwiczenie w książce numer trzy, strona 48 i 49. W książce numer cztery, strona 10 i 11.

*Pozdrawiam i życzę miłego dnia ☺
Agnieszka Żemajduk*