

FREZJE CZWARTEK 02.04.2020r. – BLOK TEMATYCZNY: DZIEŃ I NOC
TEMAT DNIA: „ZABAWY Z KSIĘŻYCEM I SŁOŃCEM”
(zajęcia gimnastyczne + muzyczne)

Cele szczegółowe zajęć – dzięki dzisiejszym zajęciom dziecko:

- poprawnie rozwiązuje zagadki
- umiejętnie lepi z plasteliny, potrafi nadać jej odpowiedni kształt
- trafia do wyznaczonego celu
- skacze, podskakuje zgodnie z usłyszaną instrukcją
- wzmacnia mięśnie grzbietu w trakcie wykonywanych ćwiczeń
- płąsa w rytm słyszanej melodii – wyraża własne odczucia



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

- Zagadki słowne „Mówię o...” – rodzic odczytuje zagadki, zadaniem dziecka jest udzielenie odpowiedzi (jeżeli dziecko nie odpowie od razu, proszę przeczytać mu zagadkę jeszcze raz tylko wolniej – proszę uwierzyć to praktycznie zawsze pomaga).

Mała podpowiedź – możecie państwo wydrukować/napisać na kartce te zagadki, złożyć w małe kosteczki i dać dzieciom do losowania – bardzo lubią taką formę zabawy.

Kiedy nocą słońca, nie ma już na niebie, świeci całym sobą, lub kawałkiem siebie. (odpowiedź – księżyc)	Żółte i gorące, na błękitnym niebie. Ogrzewa Ziemię, zwierzęta i Ciebie. (odpowiedź – słońce)	Nie widać ich w ciągu dnia, choć są nad nami. Można je zobaczyć tylko wieczorami. (odpowiedź – gwiazdy)
Ma okrągłe oczy, świetnie widzi w nocy. Doskonale słyszy, poluje na myszy. (odpowiedź – sowa)	Płynie po niebie, znasz ją i wiesz, że gdy jest ciemna, może być deszcz. (odpowiedź – chmura)	Ani mysz to, ani ptak. On uważa, że to zdrowo sypiać w dzień do dołu głową. (odpowiedź – nietoperz)

- Lepienie z plasteliny kształtów słońca, księżycy i gwiazd – zachęcam do zabaw z użyciem plasteliny – pomaga to świetnie rozwinąć zdolności manualne dzieci. Proszę o przygotowanie kartki lub podkładki w kolorze nieba (granatową, czarną lub błękitną – dzieci mogą sam przygotować taką kartkę po prostu malując ją farbami). Kolejnym krokiem jest formowanie z plasteliny gwiazd i księżycy, słońeczka i chmur. W plastelinę można również wkleić cekiny w kształcie gwiazdek. Powstanie piękne plastelinowe „niebo”.
- Zabawa rzutna „Do obręczy” – wykorzystujemy piłkę, woreczek, klocki (coś czym można rzucić i trafić do celu). Jako obręcz może służyć druga osoba – formując ręce na wysokości brzucha w obręcz. Możemy też wykorzystać do tego miskę, hula-hop, wiadro – wszystko do czego można wrzucać rzeczy. Dziecko powinno znajdować się w odległości około 1,5 metra od obiektu do którego celuje.

- Zabawa ruchowa przy akompaniamencie instrumentu „Skaczące gwiazdki” – do przeprowadzenia tej zabawy będzie nam potrzebny instrument (może to być bębenek, tamburyno, grzechotka, trójkąt). Zadaniem rodzica jest gra na instrumencie – dziecko „zamienia się” w tym czasie w gwiazdkę, która podskakuje w rytm który słyszy.
- Ćwiczenia gimnastyczne - Ćwiczenia wzmacniające mięśnie grzbietu – utrwalenie ćwiczeń poniedziałkowych. Reakcja na sygnały słuchowe i wzrokowe.

Do wykonania ćwiczeń potrzebny nam będzie samodzielnie wykonany woreczek np. z grochem, ryżem (może być to również torebka strunowa wypełniona grochem, ryżem itp.)

- ✓ **Ćwiczenie orientacyjno-porządkowe i wyprostne:** Dziecko maszeruje dookoła pokoju, bierze woreczek i kładzie go na głowie. Następnie kolejno: maszeruje, podbiega, podejmuje próbę siadu skrzyżnego. Cały czas stara się utrzymać woreczek na głowie.
 - ✓ **Ćwiczenie tułowia — skłony w przód:** dziecko siada skrzyżnie, wkłada woreczek pod brodę i przytrzymuje go, ręce kładzie na kolanach. Następnie wykonuje skłon daleko w przód, po czym lekko odchyła głowę i wypuszcza woreczek na podłogę. Podnosi woreczek ręką, wkłada pod brodę i powtarza ćwiczenie.
 - ✓ **Ćwiczenie mięśni grzbietu:** dziecko kładzie się przodem, twarzą do rodzica. Wspiera się na łokciach i robi z dłoni lornetkę. Wspólnie z rodzicem patrzą na siebie przez lornetki. (Ćwiczenie powtarzamy kilkakrotnie).
 - ✓ **Ćwiczenie równowagi:** Dziecko kładzie woreczek na stopie. Idzie ostrożnie, opierając się na pięcie i uważa, aby woreczek nie spadł. Następnie podrzuca woreczek stopą w górę i próbuje złapać rękoma. Następnie kładzie woreczek na drugą nogę i próbuje powtórzyć ćwiczenie.
 - ✓ **Skrety tułowia i ćwiczenie równowagi:** Dziecko staje na jednej nodze, drugą podnosi zgiętą w tył. Próbuje położyć woreczek na odwróconej stopie (podeszwie). Następnie zmiana nogi i ponowne wykonanie ćwiczenia.
 - ✓ **Rzuty:** Dziecko podrzuca woreczek rękoma w górę i łapie. Stara się, aby woreczek nie upadł na podłogę.
 - ✓ **Podskoki:** Dziecko wkłada woreczek między stopy (woreczek ustawiony pionowo). Skacze obunóż w miejscu nie wypuszczając woreczka — trzyma go mocno. Skacze w przód i w tył.
- „Tańczące niebo” - ekspresja ruchowa do wybranych utworów muzycznych – w tym ćwiczeniu chodzi o to, aby dziecko ruchem wyraziło własne odczucia podczas słuchania muzyki. Państwa zadaniem jest włączyć utworów – mogą to być tylko fragmenty (linki poniżej) i wspólny z dzieckiem taniec ;)

- ✓ M. Musorgski - "Taniec kurcząt w skorupkach" - <https://www.youtube.com/watch?v=e2ziz9Z6G84>
- ✓ IN THE HALL OF THE MOUNTAIN KING https://www.youtube.com/watch?v=r_Dk4oWGJQ
- ✓ Michael Jackson - Billie Jean – proszę puścić dzieciom obraz I przygotować dwie drewniane łyżki kuchenne ;) <https://www.youtube.com/watch?v=g1o4tCn5PvE>

A teraz coś na rozruszanie ☺ znane dzieciom piosenki w świetnych układach :

- ✓ Taniec zygzak - <https://www.youtube.com/watch?v=PWFjRWSaBuA>
- ✓ Katy Perry Roar - dance - <https://www.youtube.com/watch?v=0bcswUrZsf4>
- ✓ Antique - Opa Opa – wizyta w Egipcie ;) - <https://www.youtube.com/watch?v=IJNQCT18F58>

- Język angielski – otrzymają państwo w osobnym pliku od nauczyciela j.angielskiego.
- Zabawa w dokończanie zdań „Kiedy jest ciemno...”. Dziecko i rodzic na zmianę wypowiadają zdanie „Kiedy jest ciemno...” – zadaniem drugiej osoby jest dokończenie zdania, np. *Kiedy jest ciemno... lubię oglądać gwiazdy*, itp. Zabawę powtarzamy aż do wyczerpania pomysłów ;)

*Pozdrawiam i życzę miłego dnia ☺
Agnieszka Żemajduk*