



Kwiecień, tydzień 1 Chciałbym zostać sportowcem

6.04 (wtorek) Gimnastyka - ważna sprawa

Zachęcam do zabawy z wierszem i piosenką. Zadaniem dzieci jest świetnie się bawić oraz wykonywać czynności, o których mowa w recytowanym przez rodzica tekście i słuchanej z nagrań piosenki. W momentach, w których podczas piosenki nie ma poleceń liczę na pomysłowość dzieci. Miłej zabawy! :)

Zabawa rytmiczna z wierszem M. Kownackiej „Słonko po deszczu”

Zaczynamy zabawę Rodzic czyta wiersz i razem z dzieckiem ilustruje ruchem jego treść.

Pada deszczyk! Pada deszczyk! I po liściach tak szeleści...

Kap! Kap! Kap! (*dziecko w przysiadzie bębni rytmicznie palcami o podłogę*)

Zatuliły kwiatki płatki,
główki chylą do rabatki!

Kap! Kap! Kap! (*dziecko opuszcza nisko głowę*)

Deszcz ustaje - płyną chmury
- kwiaty wznoszą się do góry.

Ho! Ho! Ho! (*dziecko wznosi stopniowo głowę i ramiona*)

Wiatr tu pędzi na wyścigi,
wiatr kołysze nam łodygi!

Wiu! Wiuu! Wiuuu! (*dziecko w rozkroku kołysze się na boki*)

Biegną dzieci tu z ochotą:

Uważajcie - takie błoto!

Wiu! Wiuu! Wiuuu! (*dziecko biegnie na palcach*)

Byłe słonko nam nie zaszło
- róbmy prędko z błota - masło!

Chlap! Ciap! Ciap! (*dziecko przebiera nogami w miejscu*)

Teraz - bacność - kroki duże - przeskoczmy przez kałużę!

Hop! Hop! Hop! (*bieg i podskoki*)

Już pogoda - słonko świeci,
maszerują w pole dzieci -

Raaz - dwa - trzy! (*dziecko maszeruje rytmicznie, akcentując stopą pierwszy krok, a klaskaniem krok następny*)

Jak to pomaga dziecku w uczeniu się: Zapamiętuje wykonywane czynności, gesty i dźwięki. Ilustruje treść wiersza. Zna zjawiska atmosferyczne charakterystyczne dla wiosny

„Słoneczko późno dzisiaj wstało” to świetna piosenka dla Was, drogie dzieci ! . Kto z nas nie kocha słoneczka?! Daje nam ciepło i energię ! Jest to niezwykle edukacyjna piosenka dla dzieci, która uczy je jak ważną rolę w życiu odgrywa słońce. Dzieciaki uwielbiają śpiewać tę piosenkę i do niej tańczyć. W piosence słoneczko jest smutne i w złym humorze..Ciekawe dlaczego !? Sprawdźcie sami.. ? https://www.youtube.com/watch?v=XR_aTcsfi7Y słoneczko śpiewa piosenka <https://www.youtube.com/watch?v=ic2Bjr7xsC0> słoneczko

Słoneczko późno dzisiaj wstało
I w takim bardzo złym humorze,
I świecić też mu się nie chciało,
Bo mówi, że zimno na dworze.

Lecz gdy piosenkę usłyszało,
To się tak bardzo ucieszyło,
Zza wielkiej chmury zaraz wyszło
I nam radośnie zaświeciło.

Słoneczko nasze, rozchmurz buzie,
Bo nie do twarzy ci w tej chmurze,
Słoneczko nasze, rozchmurz się,
Maszerować z tobą będzie lżej!

Słoneczko nasze rozchmurz pyska,
Bo nie do twarzy ci w chmurzyskach,
Słoneczko nasze, rozchmurz się,



Maszerować z tobą będzie lżej!

Śłuchanie wiersza Jadwigi Koczanowskiej *Gimnastyka*.

Ruchowa interpretacja wiersza , rytmiczne dzielenie słów związanych ze sportem

Gimnastyka to zabawa,
ale także ważna sprawa,

bo to sposób jest jedyny

Dziecko wyciąga ręce w bok
trzyma wyprostowane i zgina je

w łokciach , dłońmi dotykając klatki
piersiowej rytmicznie powtarzając

żeby silnym być

i zwinnym

Skłony

skoki

i przysiady

trzeba ćwiczyć

– nie ma rady

To dla zdrowia i urody

niezawodne są metody.

słowa ,wykonują przysiad, wstają
ściskają dłonie w pięści pokazują
jakie są silne

wykonują skłon

wykonują podskok

wykonują przysiadzie

powtarzają skłon podskok i przysiadzie

uśmiechnięte spacerują

Rozmowa na temat wiersza -Co nam daje gimnastyka?

– co wykonujemy podczas gimnastyki?

Ćwiczyć warto też nasze dłonie dlatego proponuję wykonanie takiej zabawki



Gniotek to zabawka sensoryczna oddziałująca na zmysł dotyku i dająca dużo świetnej zabawy. Do wykonania gniotka potrzebujemy: balon, butelkę 500 ml, mąkę ziemniaczaną, lejek, słomkę lub wykałaczkę, włóczkę do zrobienia fryzury naszemu stworkowi oraz czarny marker.

Na początku wsypujemy mąkę do wysokości 1/2 lub 3/4 butelki w zależności od wielkości balona. Najlepiej robić to przez lejek, poruszając w środku słomką lub wykałaczką, aby przesypywało się bez zastoju. Następnie dmuchamy balon, skręcamy go i zakładamy na butelkę. Teraz wystarczy butelkę obrócić w taki sposób, aby mąka przesypała się do nadmuchanego balona. Można to przyspieszyć ściskając kilkakrotnie butelkę. Wypełniony mąką balon ściągamy z butelki, spuszcza powoli(!) powietrze, związujemy go i zabieramy się za dekorowanie. Na czubku głowy naszego Pana Gniotka przywiązujemy włóczkę i rysujemy markerem buzię. Nasza zabawka jest już gotowa.



7.04 (środa) Moja ulubiona zabawa ruchowa



Po raz kolejny zapraszam dzieci do zabaw ruchowych przy piosenkach. Tym razem będzie dużo skakania dlatego mam nadzieję, że macie dużo siły! :) Przygotujcie lekkie stroje oraz wygodne buty i bawcie się świetnie. Obserwujcie bohaterów na filmach i starajcie się naśladować ruchy. Powodzenia!

Najpierw skłon <https://www.youtube.com/watch?v=FZ3pj...>

https://www.youtube.com/watch?v=oD_4YBKMkFs&list=RDoD_4YBKMkFs&start_radio=1

Jarzynowa gimnastyka raz ,dwa ,trzy
na sportowo zaczynamy dni

Kręcimy się świderkiem
udajemy marchewkę
i śmiało na brokuły
skaczemy do góry
robimy dwa przysiady według pomidora rady
chwila marszu na wesoło za dzielną fasolą

Rano budzik mamę budzi
wstaje świat
słońce promyk leci z góry
daje znak
Dzień zaprasza nas
i podaje rękę
Ruszamy na start
śpiewając piosenkę

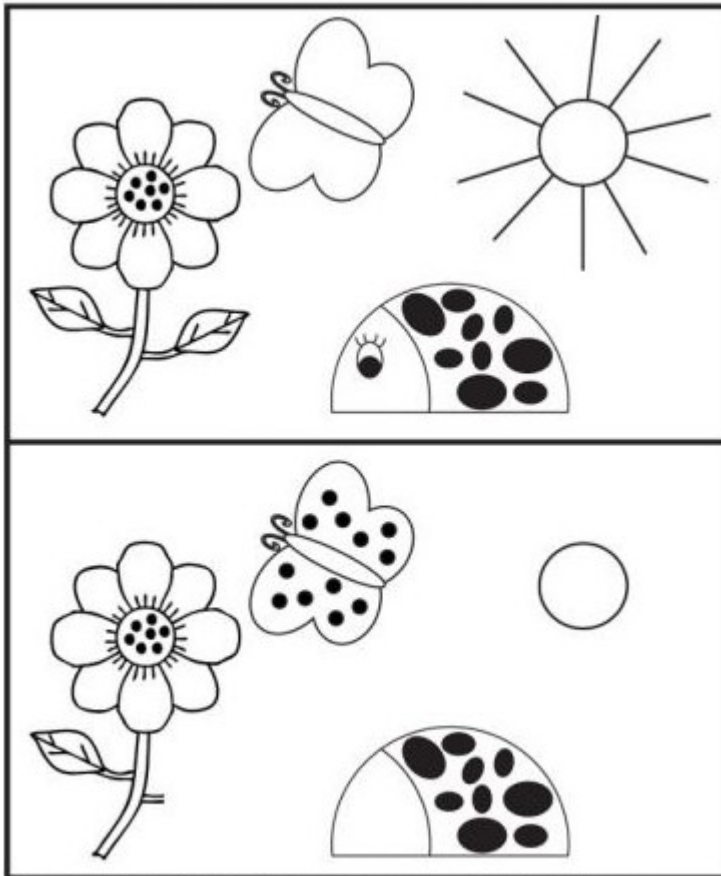
Ćwiczenia aparatu artykulacyjnego:
„Śniadanie Puchatka” - bajka logopedyczna.



ŚNIADANIE PUCHATKA

Kubuś Puchatek obudził się rano, przeciągnął i bardzo mocno ziewnął (**ziewanie**).
Poczuł, że jego brzuszek jest pusty, wyruszył więc do lasu na poszukiwanie miodu.
Idzie wyboistą ścieżką (**dotykamy** czubkiem języka do każdego zębka na górze i na dole),
rozgląda się na prawo (**czubek języka** do prawego kącika ust)
i na lewo (**czubek języka** do **lewego** kącika ust). Próbuje wyczuć, gdzie może znajdować się dziupla z miodem (**wdychamy** powietrze nosem, a **wydechamy** buzią).
Stanął przed wysokim drzewem.
Spojrzał w górę (**językiem dotykamy** do górnej wargi)
i zobaczył dziuple, z której wypływał pyszny miodzik.
Kubuś zaczął więc wspinać się na drzewo.
Sięgnął łapką do dziupli i wyjął ją oblepioną miodem.
Oblizwał całą dokładnie (**wysuwamy** język z buzi i **poruszamy** nim lekko do góry i na dół)
i wsunął łapkę po miód jeszcze raz (**ponownie naśladujemy** oblizywanie ręki).
Podczas jedzenia Puchatek pobrudził sobie pyszczek.
Teraz próbujemy go wyczyścić.
Oblizuje więc językiem dokładnie wargi, dotyka do kącików ust, a na koniec oblizuje zębki (**usta przez cały czas są otwarte**).
Misiu poczuł, że jego brzuszek jest już pełen.
Zszedł z drzewa i ruszył w drogę powrotną.
Musiał iść tą samą wyboistą dróżką (**dotykamy** czubkiem języka do każdego zębka na górze i na dole),
więc gdy doszedł do swojego domku był bardzo zmęczony (**wysuwamy** język na brodę i **dyszemy**).
Położył się do łóżeczka i zasnął (**chrapiemy**).

Zabawa Co tu nie pasuje?



ZNAJDŹ 4 RÓŻNICE POMIĘDZY OBRAZKAMI

Drogi Smerfie jeśli masz w domu farby spróbuj sam namalować obrazek na temat: *Moje ulubione zabawy ruchowe na powietrzu*. Jeśli nie masz pomysłu pokoloruj obrazek:





8.04 (czwartek) Małe piłki i duże piłki

Piłka to dla dzieci cudowny przedmiot. Jest najbardziej popularnym przyrządem w ćwiczeniach sportowych oraz w swobodnej zabawie. Można ją rzucać i łapać, turlać, odbijać, koźlować, kopać ... Systematyczne ćwiczenia z piłką pozwalają rozwijać koordynację wzrokowo-ruchową, zdolność spostrzegania, lateralizację, orientację w schemacie własnego ciała, świadomość przestrzeni i odległości. Zabawy z piłką przygotowują dzieci do gier sportowych, wnoszą wiele radości, rozwijają umiejętność pozytywnej rywalizacji, jednocześnie wzmacniając w dziecku pewność siebie.

Na początek gimnastyka buzi :

Ćwiczenie „buziaczki - śmieszaczki”

Usiądźcie wygodnie naprzeciwko siebie i poprzesyłajcie sobie buziaczki (ściągajcie wargi w dzióbek) i uśmiechy (rozciągajcie wargi w szerokim uśmiechu). Powtórzcie tę zabawę kilka razy. Na pewno wprawi was w dobry nastrój.

Labirynt

Przygotowujemy planszę z prostym labiryntem, wyklejamy labirynt z plasteliny lub układamy do z klocków. Do zabawy wykorzystujemy piłeczkę pingpongową lub kolorowe pomponiki. Ćwiczenie polega na toczeniu piłeczki oddechem - delikatnie dmuchamy na piłeczkę, aby kierować jej ruchem jednocześnie pokonując wyznaczony labirynt. Dla lepszej precyzji można do dmuchania wykorzystać słomkę. Piłeczkę możemy także dmuchać po wyznaczonym torze np. wyklejonym z taśmy, segregować kolorowe pomponiki wdmuchując je do odpowiednich pól lub wdmuchiwać piłeczki do kubeczka.



Postuchaj wesolej piosenki

<https://www.youtube.com/watch?v=QHRhrn9q9FI>

"ŁOWCY BRAMEK" Muzyka: Piotr Lemański
Kiedy w domu nuda jest, ubierz się, bądź the best
Dziś na trening szybko gnaj, zamiast na konsoli grać
Gdy drużyna zgrana będzie, każdy mecz wygracie wszędzie Wiem,
że gola strzelić chcesz, lecz z kumplami graj fair play
Buty załóż szybko bracie, by nie ślizgać się na trawie
Ćwicz podania oraz gole żeby cieszyć się futbolem

ref: W piłkę grać fajnie jest Alle alle alle
Na boisko biegnij więc Alle alle alle
Zdobądź szybko gole trzy Alle alle alle
Mistrzem dziś będziecie wy Alle alle alle

Sędzia gwizdże, daje znak, na trybunach istny szat
Co dziś się wydarzyć ma - pole karne, słupek, faul
Rzuty różne wyćwiczone, lecz uważaj na spalone
Do kolegi piłkę podaj by nikt zabrać jej nie zdołał
Teraz szybko - pole karne, biegniesz, pędzisz dalej z wiatrem
To ten czas, oddajesz strzał, piłka w bramce - gol

Puchar pięknie w słońcu błyszczy,
dziś mecz wygraliśmy wszyscy
Kopać piłkę super sprawa, zawsze fajna to zabawa
Dzisiaj zacznij żyć futbolem -
trenuj, biegaj, strzelaj gole
Szybko na boisko gnaj, spędzaj z kolegami czas





Zabawa ruchowa z elementem celowania „Rzut do kosza”

Do zabawy potrzebujemy:

- starą gazetę
- kosz, pojemnik lub pudło
- sznurek

Na początek wręczamy dziecku kilka stron z gazety i prosimy aby zgniotło je w kulki. Potem przy użyciu sznurka, robimy linię, której dziecko nie będzie mogło przekroczyć podczas rzucania do celu. Następnie ustawiamy pojemnik w odległości około 1 m od linii rzutu. Zadaniem dziecka jest trafić kulką do pojemnika. Czynność powtarzamy 3-5 razy. Następnie gdy zauważymy, że dziecku idzie coraz lepiej, oddalamy pojemnik na odległość 1,5m. Ponownie dziecko rzuca kulką kilka razy. Życzę celnej zabawy! :)

Zabawa „Latające papierowe kulki”.

Do tej zabawy będziemy potrzebować papierowych kulek z poprzedniej zabawy.

Na początku dziecko trzyma jedną kulkę i wykonuje różne polecenia, po kilka razy każde:

- podrzuca kulkę do góry i łapie ją;
- przerzuca kulkę z jednej ręki do drugiej;
- wyrzuca swoją kulkę jak najdalej przed siebie, a następnie skacze do niej obunóż;

W drugiej części zabawy dziecko będzie potrzebowało towarzysza do pary. Należy:

- stanąć na przeciwko sobie w pewnej odległości i rzucać do siebie nawzajem kulkę;
- siąść naprzeciwko siebie w siadzie, w którym kolana są ustawione na zewnątrz, stopy złączone. Każdy wyobraża sobie, że z nóg stworzył własny koszyk. Zadaniem pierwszej osoby jest trafić do „koszyczka” osoby na przeciwko. Następnie osoba druga, robi to samo, używając tej kulki, którą przed chwilą dostała.

Po tej zabawie nadprogramowo, o ile warunki otaczające są wystarczająco bezpieczne, można urządzić zabawę w rzucanie się kulkami. Dodatkowo z muzyką w tle, na pewno będzie to niezapomniany moment. Warto jednak przed zabawą ustalić, że wolno rzucać tylko lekko i nie można celować w głowę. Powodzenia!



Tak wyglądają gotowe potrzebujemy

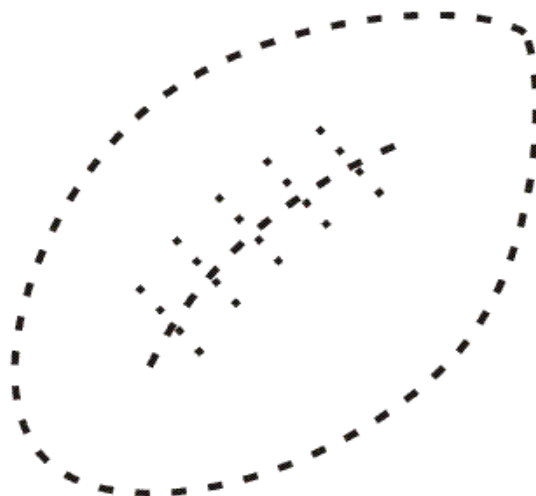
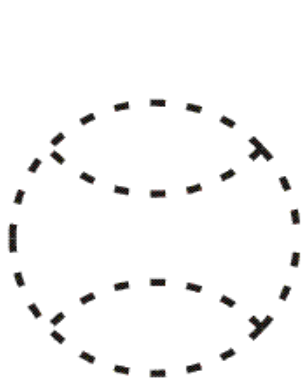
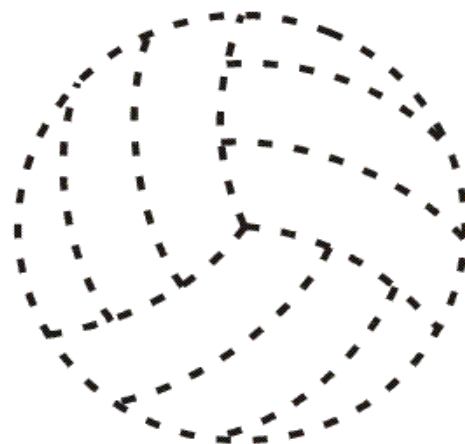
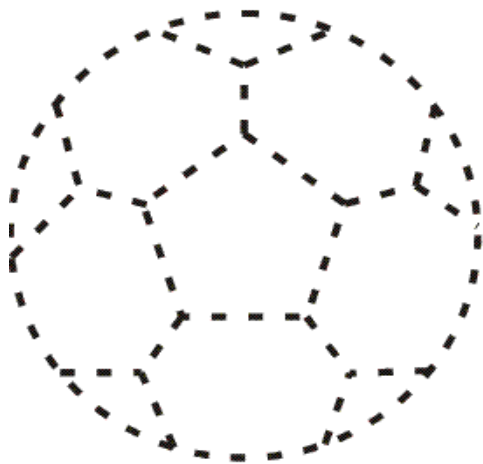
Do wykonania pracy potrzebujemy:

- papierowy talerzyk
- papier kolorowy
- flamastry lub kredki

Na początku proponuję, aby przygotować dla siebie i dziecka gotowe elementy potrzebne do wykonania pracy czyli:

uszy, nos, łątka na oko i oczy, które mogą być gotowe do naklejenia lub wykonane z papieru.

Która piłkę chcesz pomalować?





9.04 (piątek) Moje ciało

Zapraszam dzieci do skocznych, radosnych zabaw przy piosenkach. Zachęcam do wykonywania zalecanych ruchów bądź do własnej improwizacji. Pamiętajmy, że najważniejsze są dobry humor i świetna zabawa. Życzę dużo zdrowia i spokojnego weekendu. Pani Malgosia :)



„Żuczki-raczkii”

Dzieci przyjmują pozycję na czworakach – są żuczkami. Wędrują po pokoju. Na wcześniej ustalony sygnał np. klaśnięcie w dłonie, zatrzymują się i odwracają się do podporu tyłem naśladując raki. Próbuje przez chwilę poruszać się w ten sposób. Następnie na ponowny znak, znowu zmieniają pozycję – ponownie są raczkami. Podczas zabawy można puścić muzykę w tle np. ze zmieniającym się tempem. Zmobilizuje to dziecko do urozmaiconego poruszania się.

„Zabawy kotów z piłkami”

Dzieci przyjmują pozycję na czworakach – stają się kotami. Kładą przed sobą piłkę. Wędrują po pomieszczeniu, popychając piłkę raz jedną, raz drugą ręką, naśladując zabawy kotów. Na słowa „kot odpoczywa” dzieci zatrzymują się, łąpią piłkę i kładą się na podłodze w dowolnej pozycji – odpoczywają.

<https://www.youtube.com/watch?v=T6VnmzaPpyc>

Śpiewające Brzdące - Moje ciało

Ref. Ram-tam-tam, ram-tam-tam,
Swoje ciało dobrze znam.
Tra-la-la, tra-la-la,
Pokazujcie tak jak ja.

<https://www.youtube.com/watch?v=T6VnmzaPpyc>

1. Tu mam czoło, a tu nosek,
Tu na głowie rośnie włoszek.

Ram-tam-tam-tam-tam.
Tu są uszka, tu jest szyja,
Tu serduszko rytm wybija.
Ram-tam-tam-tam-tam.

Ref. Ram-tam-tam, ram-tam-tam,
Swoje ciało dobrze znam.
Tra-la-la, tra-la-la,
Pokazujcie tak jak ja.

2. Tu mam rączki, jedna, druga,
Oczko lewe, prawe mruga.
Ram-tam-tam-tam-tam.
Tu jest brzusek, plecy, nogi,
Tu ramionka, głowa, stopy.
Ram-tam-tam-tam-tam.

Ref. Ram-tam-tam, ram-tam-tam,
Swoje ciało dobrze znam.
Ram-tam-tam, ram-tam-tam,
Swoje ciało dobrze znam.



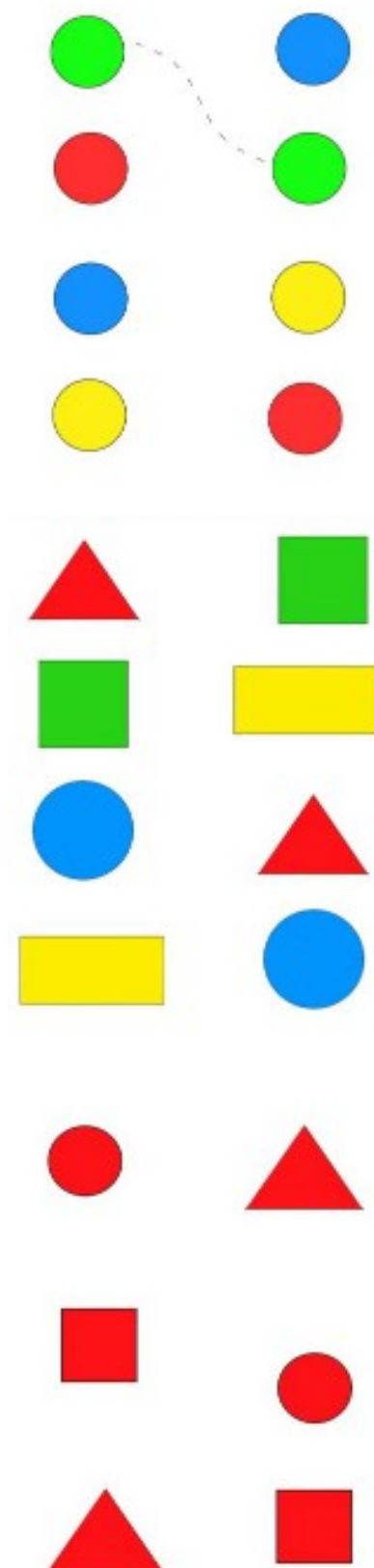
Malowanie bańkami

Do zabawy potrzebny jest: brystol lub kartka z bloku technicznego, kilka szklanek, woda, płyn do mycia naczyń, słomki, farby lub barwniki.

Rodzic przygotowuje dla dziecka, w osobnych kubeczkach, płyny do robienia baniek, zabarwione, każdy innym kolorem. Następnie dziecko wybiera pierwszy kolor, kładzie kubeczek na kartce. Przy użyciu słomki, dmucha powietrze do płynu tak, że zaczyna z kubeczka wypływać kolorowa piana. Gdy część piany osiadzie na kartce, zostawiamy ją do wyschnięcia, a dziecko wybiera następny kolor i wydmuchuje pianę z kubeczka w nowym miejscu. Końcowy efekt może być bardzo ciekawy. Powodzenia.

Zabawa matematyczna „Łączenie figur”

Zadaniem dzieci jest odnalezienie na kartach pracy takich samych figur i połączenie ich linią. Przygotowałam przykładowe kompozycje figur. Jednak takie karty można wykonać samodzielnie w dowolny sposób. Na jednej z kart zamieściłam przykład połączenia, który dzieci muszą połączyć po śladzie. Następne przykłady dziecko wykonuje samodzielnie. :)



Wesołej zabawy

