**Kwiecień**

**tydzień 06.04 - 09.04.2021**

**Chciałbym być sportowcem**

**Wtorek: Gimnastyka to zabawa.**

1. **Zabawa na powitanie,, Witamy się różnymi częściami ciała”.**

Dziecko porusza się w rytmie wystukiwanym na tamburynie. Podczas przerwy w grze rodzic mówi, jakimi częściami ciała będzie witał się dzieckiem, np.: Witamy się łokciami. Witamy się kolanami. Witamy się stopami. Dziecko dotyka się tymi częściami ciała.

**2.Ćwiczenie grafomotoryczne – odtwarzanie wzoru.**

Łączenie kropek według podanego wzoru.

Karta pracy, cz. 3, nr 62

**3.Ćwiczenia poranne – zestaw nr 26**

~Ćwiczenie ramion,, Prasujemy ubrania”.

 Dziecko naśladuje prasowanie żelazkiem, naprzemiennie: prawą ręką i lewą ręką.

~ Ćwiczenie dużych grup mięśniowych,, Zakładamy ubrania”.

Dziecko naśladuje wkładanie elementów ubrania, o których mówi rodzic.

**4. Słuchanie wiersza Jadwigi Koczanowskiej ,, Gimnastyka”.**

Gimnastyka to zabawa,

 ale także ważna sprawa,

bo to sposób jest jedyny,

 żeby silnym być i zwinnym.

Skłony, skoki i przysiady

trzeba ćwiczyć – nie da rady!

To dla zdrowia i urody

 niezawodne są metody

**Rozmowa na temat wiersza.**

Rodzic zadaje dziecku pytanie:

− Co trzeba robić, aby być silnym i zwinnym?

 **5.**  **Zabawa ruchowa,, Części ciała”.**

Dziecko powtarza tekst mówiony przez rodzica i wskazuje wymieniane w nim części ciała. Przy powtórzeniu zabawy rodzic. zwiększa tempo mówienia wierszyka.

*Głowa, ramiona, kolana, pięty,*

 *kolana, pięty, kolana, pięty.*

 *Głowa, ramiona, kolana, pięty,*

 *oczy, uszy, usta, nos.*

**6. Zestaw ćwiczeń gimnastyczny – ćwiczenia na utrzymanie równowagi.**

**7.,,Uprawiamy sporty"**

 **Jakie sporty uprawiają sportowcy przedstawieni na zdjęciach?**

  

 

**8. Karta pracy, cz. 3, nr 63.**

− Nazwijcie przedmioty ukryte na rysunkach.

− Narysujcie je w pętlach.

 − Nazwijcie dyscypliny sportowe przedstawione na zdjęciach.

 Pokolorujcie ramkę zdjęcia przedstawiającego tę dyscyplinę sportową, która wam się najbardziej podoba.

**Środa: Światowy Dzień Zdrowia - zabawy w ogrodzie.**

1. **Rysowanie po śladzie – rozwijanie sprawności manualnej.**

**Karta pracy, cz. 3, nr 64.**

− W co grają chłopcy?

Pokolorujcie rysunki chłopców i piłki.

 − Nazwijcie sportowców przedstawionych na zdjęciach.

Rysujcie po śladach – od zdjęć sportowców do zdjęć piłek.

Nazwijcie poszczególne piłki.

1. **Poruszanie się według słów rymowanki.**

Zadaniem dziecka jest wykonywać czynności zgodnie z tekstem rymowanki czytanej przez rodzica.

*Zrób do przodu cztery krok*

*i i wykonaj dwa podskoki.*

*Zrób do tyłu kroki trzy,*

*potem krzyknij: raz, dwa, trzy!*

*Lewą ręką dotknij czoła,*

*no i obróć się dokoła.*

 *W prawą stronę kroków pięć zrób*

 *– jeśli masz na to chęć.*

*Potem kroki w lewą stronę: raz, dwa, trzy*

 *– no i zrobione.*

1. **Gra w kręgle – ćwiczenia celności rzutu.**

Na podłodze ustawiamy plastikowe przedmioty w pewnych odstępach. Zadaniem dziecka jest przewrócić za pomocą toczenia piłeczki, jak największa ilość przedmiotów.

1. **Zabawy gimnastyczne z rodzicem w ogrodzie.**

Zachęcam rodziców do wykonania z dzieckiem ćwiczeń z prezentowanych poniżej dwóch zestawów. W związku z obchodami ,,Światowego Dnia Zdrowia „ mile widziane zdjęcia z proponowanej formy aktywności.

**Zestaw nr 1**

 

 



**Zestaw nr 2**

    

1. **Zabawa rozwijająca spostrzegawczość – Kto szuka, ten znajdzie.**

Dziecko rozgląda się po pokoju. Zadaniem jest wyszukiwanie i nazywanie przedmiotów, których cechy podaje rodzic, np. występują podwójnie, są niebieskie, można je kupić w sklepie papierniczym.

1. **Kodowanie – figury geometryczne**



1. **Medal – zaprojektuj medal dla sportowca.**



1. **Bajka ,,Bolek i Lolek”- Sportowcy.**

**<https://www.youtube.com/watch?v=m8rWKU1X4SU>**

**Czwartek: Ćwiczenia sportowo - słuchowe**

1. **Poruszanie się według słów rymowanki**

*Zrób do przodu cztery kroki*

*i wykonaj dwa podskoki*

*Zrób do tyłu kroki trzy,*

*potem krzyknij: raz, dwa, trzy!*

*Lewą ręką dotknij czoła,*

*no i obróć się dokoła.*

*W prawą stronę kroków pięć*

*zrób – jeśli masz na to chęć.*

*Potem kroki w lewą stronę:*

*raz, dwa, trzy – no i zrobione.*

1. **Dowolny taniec przy nagraniu A. Vivaldiego „Wiosna” z cyklu Cztery pory roku**

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

1. **Muzyczna gimnastyka „W podskokach”**

<https://www.youtube.com/watch?v=n7OIPFcyZRU>

1. **Zabawa „Ile słów w zdaniu”**

Proszę aby rodzice przeczytali dzieciom poniższe zdania, dzieci natomiast liczą ilość słów w zdaniu.

Mężczyźni grają w piłkę ręczną (5słów)

Siatkarze są wysocy (3 słowa)

Gimnastyk ćwiczy na drążkach (4 słowa)

1. **Zabawa „Kręgle z recyklingu”**

Kręgle w domu? Czemu nie! Dzieci będą zachwycone! Jest to super pomysł na rodzinne wspólne spędzanie czasu. Do zrobienia kręgli wystarczy mieć w domu butelki plastikowe, kolorowy papier, klej/taśmę, wodę (jeśli chcemy zabarwić wodę, to potrzebna będzie bibuła, lub farby), piłkę
Wspólnie z dziećmi wytnijcie z kolorowego papieru cyfry i przyklejcie na butelkach, aby nasze kręgle były stabilniejsze napełnijcie je wodą. Jeśli chcecie, aby kręgle były kolorowe, to możecie wodę zafarbować bibuła lub farbą plakatową. GOTOWE!
Ustawcie kręgle w trójkąt i spróbujcie je zbić piłką.
Zabawa w kręgle to nie tylko świetna zabawa ale i nauka rzutu do celu, precyzji, doskonalenie umiejętności liczenia, utrwalanie cyfr, oraz kolorów.

1. **Rysowanie po śladach rysunków piłek**

Książka str 66

1. **Eksperyment „Jak nadmuchać balon octem i sodą?”**

Czy uda Ci się nadmuchać balon octem i sodą? Aby to sprawdzić zachęcam Cię do wykonania tego eksperymentu!!!! Powodzenia!!!

Potrzebne będą:

- balon

- butelka

- ocet

- soda

Poniżej przesyłam filmik instruktażowy do wykonania eksperymentu

<https://www.youtube.com/watch?v=AXBanKk0A9c>

1. **Rytmizowanie wierszyka Krystyny Datkun – Czerniak „Wszystkie dzieci** – wykonanie prostego ruchu zaproponowanego przez dzieci

W sercach dzieci

radość gości

- gdy bezpieczne są.

Mają prawo do miłości

- przecież po to są

1. **Bajkoterapia, Serdecznie zapraszam Motylki na bajkę**!

Bolek i Lolek „Sportowcy”

<https://www.youtube.com/watch?v=m8rWKU1X4SU>

**Piątek: Jak lubię czynnie odpoczywać?**

1. **Zabawa muzyczna „Tańcz… i stop”**

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

1. **Ćwiczenia dźwiękonaśladowcze**

Naśladowanie głosów baranów i owiec, psa , dzwoneczków

1. **Ćwiczenie ruchowo – naśladowcze „Jedziemy na rowerkach”**

Dzieci kładą się na dywanie. Pedałując mówią:

*Na wycieczkę wyruszamy*

*Raz i dwa, raz i dwa.*

*Tata jedzie obok mamy,*

*z tyłu nas ma*

1. **Edukacja matematyczna - stosunki przestrzenne**

W tym quizie dzieci poćwiczą rozpoznawać stosunki przestrzenne wyrażane słowami NA, OBOK i PRZY. <http://portal.scholaris.pl/resources/run/id/112661>

1. **Rysowanie po śladach, nie odrywając ręki od kartki**

Karty pracy str. 68, 69

1. **Zabawa ruchowo – naśladowcza „Poruszamy się”**

Dzieci naśladują jazdę na hulajnodze, rowerze, skakanie na skakance, pływanie, grę w piłkę.

1. **„Moja ulubiona forma czynnego wypoczynku”** – praca plastyczna

Zachęcam dzieci do narysowania dowolną techniką pracy plastycznej o temacie „Moja ulubiona forma czynnego wypoczynku”



1. **Zabawy na świeżym powietrzu**

Zachęcam dzieci do aktywnego spędzenia wolnego czasu na świeżym powietrzu np. jazda na rowerze, hulajnodze, rolkach, gra w piłkę.

1. **Zabawa rozwijająca zmysł dotyku**

Dzieci siedzą i trzymają ręce za plecami, rodzic podaje im jakiś przedmiot np. klucz, długopis, zabawkę, piłeczka. Dziecko rozpoznaje przedmiot za pomocą dotyku.

1. **Kolorowanie rysunków kół.**

Książka str 67