

Piątek 27 marca 2020r.

1. Zestaw zabaw ruchowych

1. Zabawa orientacyjno - porządkowa "Figury".

Dziecko porusza się rytmicznie do dowolnie wybranej muzyki (podskakuje, przeskakuje z nogi na nogę, biega na paluszkach, itp). Na przerwę w muzyce zatrzymuje się w dowolnie wybranej pozycji bez ruchu przez kilka sekund. Zabawę zaczyna od początku po usłyszeniu muzyki. Zabawę powtarzamy kilka razy.

2. Ćwiczenie dużych grup mięśniowych "Pobudka".

Dziecko powoli podnosi się z siadu klęcznego do pozycji stojącej. Następnie naśladuje czynności wykonywane podczas porannej toalety, np: mycie zębów, twarzy, czesanie się, ubieranie, itp.

3. Zabawa z elementem czworakowania "Przestraszony jeź".

Dziecko - jeź czworakuje w różnych kierunkach. Na Hasło "Dziecko" zwija się w kłębek, bo jeź przestraszył się dziecka. Zabawę powtarzamy kilka razy.

4. Ćwiczenie tułowia "Szukam mamy".

Dziecko stoi w lekkim rozkroku i rozgląda się, wykonując mocne skręty ciała w obie strony - szuka mamy.

5. Zabawa bieżna "Uciekamy przed deszczem".

Mama z dzieckiem biega swobodnie po pokoju. Na hasło "deszcz" przyspieszają i chronią się w wyznaczonym wcześniej miejscu. Zabawę powtarzamy kilka razy.

6. Ćwiczenie z elementem równowagi "Wąska kładka".

Przechodzimy po wąskiej kładce - jest nią sznurek ułożony na podłodze.

7. Zabawa uspokajająca "Gdy pada deszcz".

Maszerujemy rytmicznie z ręką wyciągniętą do góry, rytmicznie powtarzając rymowanke:
"Kiedy deszcz na dworze pada, to parasol swój rozkładam". Co pewien czas zmieniamy rękę i kierunek marszu.

2.Nauka wiersza pt. "Wiosna" z wykorzystaniem misia (lalki lub pajacyka)

(tekst wiersza podany w czwartek 26.03)

Przebieg: Dorosły bierze do rąk misia i pyta go: Czy podobał ci się wiersz o wiosnie? A może chcesz się go nauczyć?

Przykłada pyszczek misia do ucha, udaje, że słyszy odpowiedź misia i oświadcza dziecku, że miś bardzo chce nauczyć się wiersza, zachęcamy dziecko do pomocy w tej nauce.

I. powtórzenie: wspólnie z dzieckiem mówimy wiersz kiedy miś patrzy prosto w oczy

II. powtórzenie: wspólnie z dzieckiem mówimy wiersz, dziecko mówi misiowi wiersz do prawego ucha (zwracamy uwagę czy dziecko wie gdzie miś ma prawe ucho)

III. powtórzenie: wspólnie z dzieckiem mówimy wiersz, dziecko mówi misiowi wiersz do lewego ucha

IV. powtórzenie: proponujemy aby miś powiedział wiersz wybranej zabawce, dziecko wypowiada wiersz posługując się misiem przy jak najmniejszej pomocy dorosłego

3. Zabawa "Jestem kwiatem" (można wykorzystać muzykę instrumentalną z wolnym tempem)

Przebieg: dziecko w pozycji kucnej (przysiad podparty z przodu), głowa schowana powoli podnosi się prostując nogi, ręce i tułów, wyciąga ramiona w górę, patrzy w górę, przechodzi kilka kroków, wraca do pozycji kucnej i powtarza zabawę (3 lub 4 razy)

Każde powtórzenie - dziecko może być innym wiosennym kwiatem którego nazwę potrafi wymienić (możliwa podpowiedź)