

Dzień dobry Rodzice i kochane Dzieci!



1. DATA – 14.05.2020

2. TEMAT DNIA – „Poszukiwacze przygód”

3. CELE – dziecko:

- starannie wykonuje ćwiczenia gimnastyczne,
- potrafi naśladować,
- uważnie słucha poleceń rodzica,
- opisuje przedmioty, używając określeń „lekki”, „ciężki”,
- wie, do czego służy waga szalkowa.

4. Dzisiaj zapraszam Was na ćwiczenia gimnastyczne. Biedroneczki załóżcie coś wygodnego najlepiej strój gimnastyczny. Natomiast rodzica proszę o przeczytanie poleceń i zachęcam do ćwiczeń razem z dzieckiem. Życzymy miłej zabawy!

„Trening poszukiwacza przygód”

- 1) „Dziwna wędrówka”- spacer po obwodzie koła najpierw na palcach, później na piętach.
- 2) „Grotołaz”- chodzenie po obwodzie koła w pozycji kucznej, naśladowanie poruszania się w niskiej jaskini.
- 3) „Zdobycza szczytów”- poruszanie się po obwodzie koła z unoszeniem kolan do wysokości bioder i jednoczesnym unoszeniem nad głowę na przemian jednej i drugiej ręki.
- 4) „Przyrodnik łąkowy”- pozycja wyjściowa w klęku podpartym, ugięcie rąk i opuszczenie przedniej części tułowia, naśladowanie oglądania z bliska tego, co znajduje się przed twarzą: kilkakrotne powtórzenie ćwiczenia.
- 5) „Odganiacz insektów”- wykonywanie kilku pajacyków: z przerwą na odpoczynek.
- 6) „Podziwacz panoramy”- wykonanie kilku skrętów tułowia na przemian w prawo i w lewo.
- 7) „Łapacz chmur”- wykonanie trzech niskich wyskoków i jednego wysokiego: powtórzyć kilka razy z przerwą na odpoczynek.

8) „Mieszacz wody w stawie”- lekkie ugięcie kolan w pozycji wyprostowanej, wykonanie kilku kótek kolanami na ugiętych nogach.

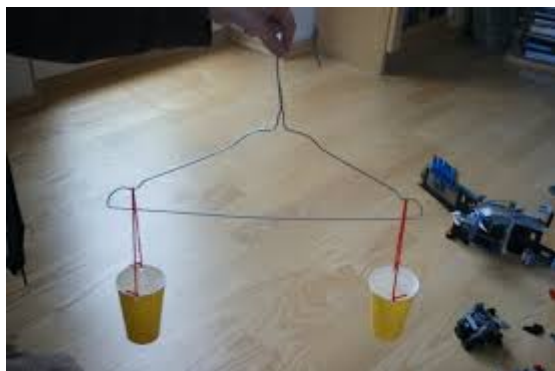
9) „Łowca morskiej bryzy”- w czasie marszu po obwodzie koła wykonanie głębokich wdechów nosem i wydechów ustami.

TO WSZYSTKIE ĆWICZENIA DZIĘKUJEMY! Jesteście na pewno zmęczeni, chwilką odpocznijcie!

5. „Czarodziejski balonik”- zabawa badawcza.

Rodzicu zapytaj dziecko, co można zrobić z balonikiem: podrzucać, łąpać, odbijać, turlać. Następnie zapytaj czy z piłką można wykonać te same ćwiczenia. Wypróbujcie to. Dziecko niech trzyma balon, a rodzic piłkę. Na znak rodzica najpierw dziecko wykonuje z balonem wybrane ćwiczenie, następnie rodzic to samo ćwiczenie wykonuje z piłką. Rodzic zadaje dziecku pytania: Dlaczego balonik zachowuje się inaczej niż piłka? Co upadło szybciej na podłogę? Jak myślicie dlaczego tak się dzieje? Wniosek – balon jest lekki, a piłka ciężka.

5. Teraz zapraszam do zabawy matematycznej „Co jest cięższe? Lala czy miś?”. Potrzebne będą: balon, piłka, wybrane zabawki, które będą ważone, waga szalkowa – można wykonać samodzielnie z wieszaka ubraniowego i dwóch foliowych toreb lub dwóch identycznych pojemników. Przykłady poniżej:



Ważne jest aby przypomnieć zabawę z piłką i balonem, zwracając uwagę, że podczas ćwiczeń dzieci określiły ciężar przedmiotów. Rodzic pokazuje, jak działa waga na przykładzie piłki i balona. Dzieci obserwują zachowanie wagi, wnioskując, że cięższy przedmiot ściąga szalkę w dół. Następnie dziecko wybiera przygotowane wcześniej zabawki, których ciężar będą porównywać. Zadajemy dziecku pytanie: Co jest lekkie, co jest ciężkie?

BRAWO BIEDRONECZKI!

6. „Lekki jak piórko, ciężki jak słoń”- zabawa ruchowa z elementami naśladownictwa.

Dziecko porusza się po pokoju zgodnie z poleceniem rodzica: lekko jak piórko- szybko na palcach, ciężko jak słoń – powoli, ciężko, głośno tupiąc. Powtarzamy kilka razy.

7. Po południu polecam obejrzenie króciutkiego filmiku w celu utrwalenia zdobytych dziś wiadomości.

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

To na dzisiaj wszystko 😊

Pozdrawiamy Pani Ala i Pani Kasia