Dzień dobry Biedroneczki.

Temat dnia dzisiejszego brzmi -  **Rozmowy na wiejskim podwórku**

Drodzy rodzice zamieściłam także zestaw ćwiczeń ruchowych, ale to nie oznacza że trzeba wszystkie ćwiczenia   wykonać, proszę wybrać najciekawsze i wspólnie pobawić się z dzieckiem ćwicząc.

Zaczynamy

Ćw 1

Na początek trochę się  pobawimy

Zabawa rozwijająca swobodę ruchów – Różne zwierzęta, przy piosence Na naszym podwórku

Dziecko swobodnie maszeruje w rytmie piosenki po pokoju. R unosi jeden szablon zwierzątka, dziecko zaczyna naśladować ruchy przestawionego na szablonie zwierzątka. Zmieniamy szablon zwierzątka itd....

Ćw 2

Posłuchajcie uważnie wiersza pt. " Bajka" (plik Bajka)

Rozmowa na temat wiersza.

R  zadaje pytania:

−− Jakie zwierzęta wystąpiły w wierszu?

−− Jakimi głosami odzywały się zwierzęta?

−− Dlaczego zwierzęta nie opowiedziały bajki?

Ćw 3

Przygotowałam dla was obrazki zwierząt które występują w wierszu.  (4 latki) mogą wyciąć zwierzątka, przykleić do obrazka słomkę do napojów i tak powstaną Wam kukiełki.

Wspólnie z rodzicami możecie pobawić się w teatrzyk. (treść wierszyka plik wiersz)

Bardzo żałuję, że nie mogę ja tego zrobić z Wami

Propozycje ćwiczeń ruchowych (wybieramy ćwiczenie)

 Zestaw ćwiczeń ruchowych

Dla  dziecka podwójna kartka z gazety, tamburyn, obręcz.

Dziecko maszerują po pokoju. W rękach trzyma gazetę. Liczą głośno do czterech, na

cztery podnosi do góry rękę z gazetą.

• Zabawa orientacyjno-porządkowa Kury na grzędzie.

Dziecko– to kura siedząca w kurniku na grzędach.

Dziecko układa przed sobą gazetę i wykonuje na niej siad klęczny. Na dźwięk bębenka kura wychodzą na podwórko i porusza się po nim w sposób charakterystyczny dla tych zwierząt. Na przerwę w grze wraca do kurnika, na swoje miejsca. Przyjmują pozycję wyjściową.

• Ćwiczenie wyprostne – Uwaga, lis!

Dziecko jest kurą. Porusza się po pokoju w sposób charakterystyczny dla tych zwierząt.

Na hasło: Lis, zatrzymuje się natychmiast w miejscu, prostuje plecy, kładzie gazety na głowie

i stoi nieruchomo do chwili, aż usłyszą ponowny dźwięk bębenka.

• Ćwiczenie dużych grup mięśniowych – Ziarno dla kury.

Dziecko stoi  w lekkim rozkroku. Zwija gazetę w kulkę – to ziarno dla zwierząt

– i trzyma ją oburącz przed sobą. Na sygnał R. dziecko przenosi kulkę z gazety oburącz

za głowę, puszcza ją na podłogę za plecami (wysypują ziarna), a następnie zamienia się

w kurkę – wykonuje skłon do przodu, oburącz chwyta kulkę leżącą z tyłu i podnosi do

góry na znak wykonania zadania.

• Ćwiczenie mięśni brzucha – Ukryte ziarno.

Dziecko leży na brzuchu. Kulkę układa przed sobą, policzek opiera na dłoniach ułożonych na

podłodze jedna na drugiej. Na sygnał R. wkłada kulkę pod brodę, wyciąga ręce w przód,

podnosi klatkę piersiową i utrzymuje przez chwilę taką pozycję. Następnie wraca do

pozycji wyjściowej.

• Zabawa z elementem rzutu i celowania – Sito.

Dziecko stoi trzymając w jednej ręce kulkę z gazety. R. stoi w pewnej odległości

od dziecka, trzymając w ręce obręcz opartą o podłogę. Dziecko  rzuca kulką tak, aby

przerzucić ją przez środek obręczy – sito. Wykonują ćwiczenie na przemian: prawą ręką

i lewą ręką.

• Ćwiczenia stóp.

Dziecko siedzi w siadzie skulnym. Kulkę (ziarenko) układa przed stopami. Na sygnał R. kładzie

stopy na kulce i przesuwa ją naprzemiennie: do przodu i do tyłu (stopami po podłodze).

Ćw. 4

Niespodzianka dla pieska – nawijanie wełny na rolkę. Usprawnianie mięśni drobnych palców.

Potrzebujemy rolki po ręczniku papierowym, rolki po papierze toaletowym. kawałki wełny

R. daje dziecku (pieskom) rolkę, np. po ręcznikach jednorazowych, do których jest przymocowany

koniec rozwiniętego kawałka wełny. Do drugiego końca wełny jest przywiązana

rolka po papierze toaletowym – kość dla psa. Dziecko nawija wełnę na rolkę, obracając ją

palcami dookoła własnej osi – piesek stara się w jak najszybszym tempie zdobyć smakowitą

kość.

Przygotowałam jeszcze dla Was filmik edukacyjny cz 2 dla  chętnych

Powodzenia życzę