

Witam wszystkie „PSZCZÓŁKI” i RODZICÓW w kolejnym tygodniu – bardzo wyjątkowym. Zbliża się szczególny *Dzień Mamy 26 maj* oraz później *23 czerwiec Dzień Taty*. My połączymy te dni w Święto Rodziców i taki właśnie będzie temat tygodnia.

Dziękuję za dotychczasową pomoc dzieciom przy zabawach oraz pracach plastycznych i proszę o dalsze wsparcie. Przypominam mojego maila, gdyby ktoś miał jakieś pytania lub chciał się podzielić tym, co udało mu się zrobić.

p.szymanska@mp18.pl

18-22.05.2020r. Święto rodziców



18.05.2020r. Mama i tata

Na początek zaczniemy od rozruszania się po weekendzie.

- **Ćwiczenia poranne**

- **Zabawa orientacyjno-porządkowa Wysoko – nisko..**

Biegaj po pokoju, gdy rodzic powie *Wysoko!* stań na palcach, wyciągaj w górę ręce i klaszcz nad głową; hasło *Nisko!* jest sygnałem do wykonania przysiadu i uderzenia rękami o podłogę.

- **Ćwiczenie wyprostne Rodzic zmęczony i rodzic wypoczęty.**

Siedź skrzyżnie, ręce trzymaj na kolanach. Na hasło *Rodzic zmęczony* wykonuj luźny skłon tułowia w przód. Na hasło *Rodzic wypoczęty* – wyprostuj tułów, głowę trzymaj prosto.

- **Podskoki Froterujemy z mamą podłogę.**

Wykonuj rytmicznie, naprzemiennie wykroki nogami w przód.

- **Ćwiczenie równowagi Rysujemy obrazek dla mamy i taty.**

Stań na jednej nodze, a drugą rysuj w powietrzu dowolny obrazek. Rysuj na przemian prawą i lewą nogą.

- **Ćwiczenie ożywiające Rodzina wycieczka rowerowa.**

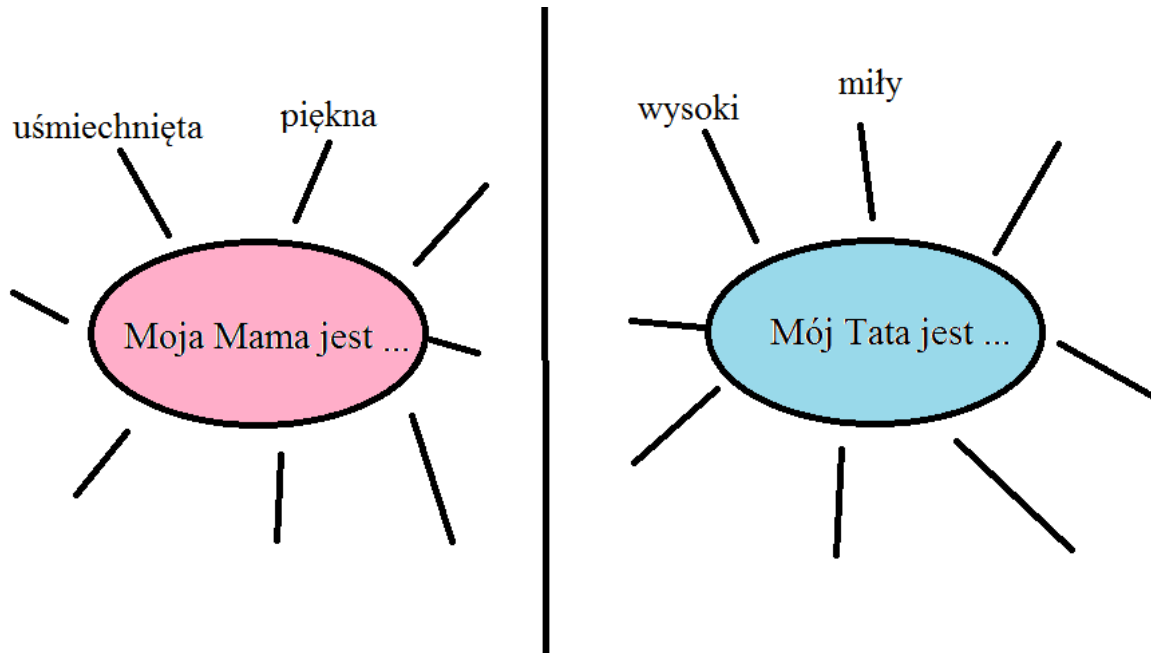
Biegają w różnych kierunkach pokoju z wysokim unoszeniem kolan i naprzemiennym uginaniem i prostowaniem rąk w łokciach (pokazywanie kręcenie kół).



- **Zabawa Moja mama jest..., a mój tata jest...**

Pomoce: 2 duże kartki, długopis/flamaster

Napisz na środku jednej kartki „ Moja Mama jest...” a na drugiej „Mój Tata jest...”. Teraz zastanów się jacy są i spróbuj zapisać określenia. W razie trudności poproś rodzica o pomoc. Poszukaj jak najwięcej określeń przymiotnikowych (jaki?, jaka?) np. piękna, uśmiechnięta, miły, wysoki itp.



Odczytaj napisy i zwróć uwagę na podobieństwa i różnice w określeniach przypisanych do mamy i taty.

19.05.2020r. Jak nasi rodzice

- **Zabawa ruchowo-naśladowcza Jak nasi rodzice.**

Chodź po pokoju. Jak rodzic powie *Jak mama* będziesz naśladować czynności wykonywane przez mamę np. podlewa kwiatki, śpiewa. Na hasło *Jak tata* – czynności wykonywane przez tatę np. pisze na komputerze, trzepie dywan, myje samochód, odkurza, gra w piłkę itp. Oczywiście to są tylko przykłady- te czynności mogą wykonywać oboje rodziców.



- **Zabawa ruchowa z elementem równowagi Podwieczorek dla rodziców.**

Pomoce: talerzyki, kubeczki jednorazowe dla każdego

Zaangażujcie w zabawę wszystkich chętnych domowników. Spróbujcie poruszać się po pokoju tak, aby trzymany w jednej ręce krążek z jednorazowym kubeczkiem nie spadł. Wygrywa ta, osoba która będzie się przemieszczała z kubeczkiem jak najdłużej.

20.05.2020r. Mój tata



- **Gimnastyka z tatą .**

Rodzic zwraca się do dziecka:

Razem z tatą idziemy do parku.

Teraz lekka rozgrzewka!

Uwaga, przeszkody!

Pada deszcz, chowamy się pod daszek!

Przestało padać, biegniemy dalej!

Uwaga, drzewo!

Odpoczywamy.

Wracamy do domu.

Dziecko:

maszeruj po pokoju

porozciągaj się w górę, zrób kilka skłonów

przeskocz obunóż, potem raz jedną raz drugą

zrób z rąk daszek nad głową i stań w bezruchu

biegaj po pokoju

bieg drobnymi krokami slalomem

połóż się na podłodze i rób wdech nosem
a wydech ustami

maszeruj znów po pokoju

- **Praca plastyczna – Latawiec**

Pomoce: dwa patyki (jeden krótszy), klej, nożyczki, dużą kartkę/gazetę, sznurek kilka metrów

Poproś o pomoc rodzica (najlepiej Tatę). Najpierw zwiążcie patyki ze sobą tak by tworzyły krzyż. Natnijcie patyki na końcach (około 2 cm od końca), aby się dobrze sznurek trzymał. Obwiążcie dookoła każdy koniec patyków tak by powstał deltoid. Naciągnijcie dość mocno ten sznurek by był sztywny. Przyłóżcie szkielec latawca do gazety/kartki i odrysujcie, zostawiając większe brzegi o 2-3 cm, żeby można było je zagiąć do środka i skleić. Gazeta nie może być sztywna (mocno naciągnięta). Doróbcie jeszcze ogon dla latawca z kokardkami i dowieźcie na dole. Na koniec zostało jeszcze połączenie sznurkiem końców krótszego patyka zostawiając duży luz oraz dowieźcie na środku do tego sznurka kilkumetrowego.

Możecie go jeszcze ozdobić. Gotowe ;) Miłej zabawy na dworze.



<https://kreatywnymokiem.pl/jak-zrobic-latawiec-dziecko-na-warsztat/>

21.05.2020r. Wokół mamy i taty

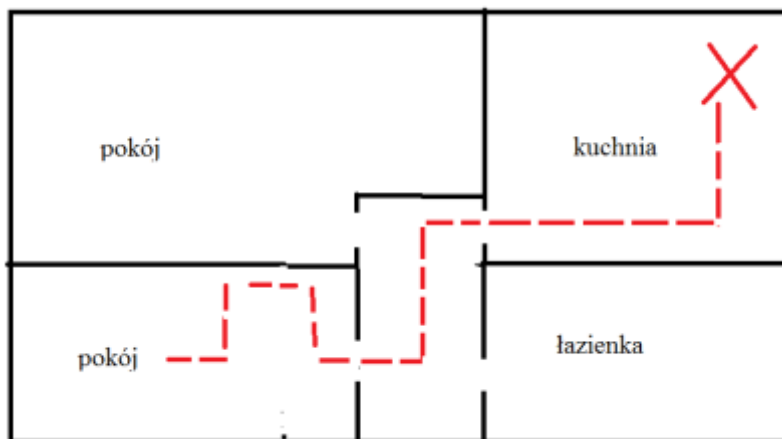
- **Poszukiwania skarbu ukrytego w mieszkaniu/domu.**

Bardzo proszę rodzica o przygotowanie mapy skarbów (skarbem może być np. ulubiona zabawka dziecka, którą będzie musiało odnaleźć). Poniżej przykładowa mapa. Trudniejsza wersja jest bez planu pomieszczeń, jedynie z zaznaczoną ilością kroków i narysowanymi rzeczami, które trzeba ominąć (np. kosz zabawek, stół w pokoju).

Kroki zaznaczamy kreskami (w odpowiedniej ilości), skarb „X”, a przeszkody rysujemy.

Zadanie dla ciebie - Poruszaj się według planu, głośno licząc kroki i określając kierunki swojej trasy.

Powodzenia i miłej zabawy ☺ Jeśli ci się spodoba, możesz sam schować jakiś skarb i przygotować mapę dla rodzica.



- **Zabawa ruchowa Jadą goście.**

Stań naprzeciwko rodzica i powtarzaj wyliczankę, ilustrując ją ruchem:

Mamo! Mamo!

Co, co, co?

Goście jadą.

No to co?

Dzień dobry, dzień dobry.

Cmok, cmok, cmok.

Tato! Tato!

Co, co, co?

Goście odjeżdżają..

No to co?

Do widzenia, do widzenia.

Cmok, cmok, cmok.

klaszczy w swoje ręce,

klaszczy w ręce partnera,

klaszczy w swoje ręce,

klaszczy w ręce partnera,

podajcie sobie ręce na powitanie,

naśladuj przesyłanie całuszków, ze zwrotem głowy na prawo, na lewo i na wprost.

klaszczy w swoje ręce,

klaszczy w ręce partnera,

klaszczy w swoje ręce,

klaszczy w ręce partnera,

podajcie sobie ręce na pożegnanie,

naśladuj przesyłanie całuszków, ze zwrotem głowy na prawo, na lewo i na wprost.

22.05.2020r. Festyn

- **Zabawa Zmienne nastroje.**

Pomoce: Piłka.

Postaraj się zapamiętać, jaki nastrój masz pokazać.

Usiądź wygodnie na dywanie/łóżku. Gdy rodzic **podrzuci piłkę do góry**, to wtedy będziesz się **głośno śmiać**, a jeśli będzie **trzymał piłkę w górze** – **zamilkniesz z uśmiechem** na ustach. Gdy **piłka dotyka ziemi**, stań się bardzo **poważna/y**, kiedy rodzic schowa **piłkę za siebie**, pokazuj, że jesteś **przestraszona/y**, kiedy ukryje swą **twarz za piłką** – pokaż, że jesteś **senna/y**.

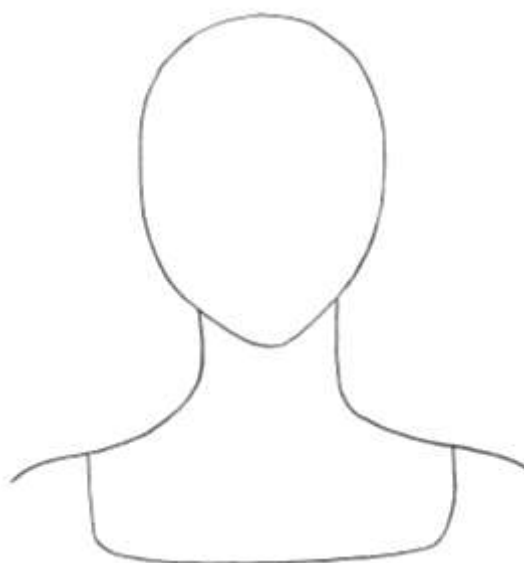
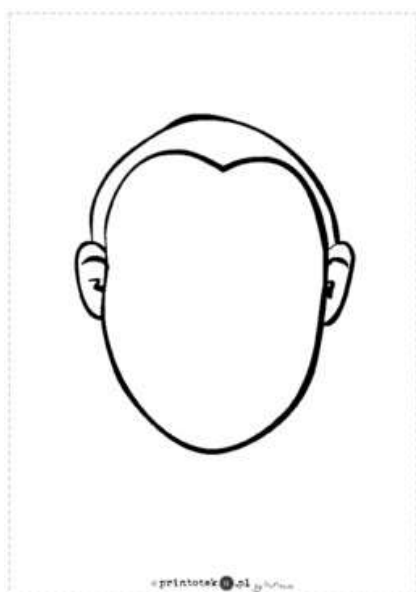
Po kilkukrotnym powtórzeniu zabawy ten z uczestników, który się pomyli odchodzi na chwilę na bok.



- **Zabawa graficzna Portret mamy i taty.**

Pomoce: duża kartka, mazaki/kredki, chustki do przewiązania oczu.

Rodzic zasłoni ci oczy. Twoje zadanie będzie polegało na narysowaniu portretu rodzica. Rodzic będzie ci pomagał, naprowadzając, udzielając słownych informacji na temat tego, jak powinnaś/powinieneś rysować.



<https://www.printoteka.pl/pl/materials/item/1327> <http://zanotowane.pl/729/680/>

Bądźcie dla siebie w tym trudnym czasie wsparciem i myślcie pozytywnie.

Pozdrawiam ☺



RODZINA