

## 14-17.04.2020 r. Wiosna na wsi

Witam po przerwie świątecznej. Mam nadzieję, że trochę odpoczęłaś/ąłeś i jesteś gotowa/y (wraz z rodzicami) na kolejny tydzień zabaw. Tematem przewodnim jest Wiosna na wsi, dlatego w ramach urozmaicenia przesyłam link do piosenki i kilku zagadek.

<https://www.youtube.com/watch?v=U6q-jMyqn8Q>

Mam dla ciebie jeszcze dodatkową propozycję na ciekawą zabawę. W poniższym linku znajdują się różne doświadczenia, które przeprowadza ojciec z synami. Jeśli masz ochotę możesz jakieś wykonać razem z nimi ☺.

[https://www.youtube.com/channel/UCC\\_-hy0u9-oKINdMKHBudcQ](https://www.youtube.com/channel/UCC_-hy0u9-oKINdMKHBudcQ)

### 14.04.2020 r. Uparty kogut

- **Ćwiczenia**

**Pomoce: sznurek/skakanka**

- ✓ Zabawa orientacyjno-porządkowa – *Przestraszone kurczątko*.

Wyobraź sobie, że jesteś kurczątkiem a twoje łóżko to kurnik. Swobodnie poruszaj się w różnych kierunkach pokoju. Na hasło: Uwaga, kot! uciekaj do kurnika, wydając odgłosy: pi, pi, pi. Hasło: Nie ma kota, jest sygnałem do ponownego wykonywania ruchów.

- ✓ Ćwiczenie dużych grup mięśniowych – *Kaczuszki szukają ziarenek*.

Wyobraź sobie, że jesteś kaczuszką. Chodź po pokoju małymi krokami, kołysząc się na boki; co pewien czas wykonaj skłony tułowia w przód – zbieraj ziarenka – i prostuj się.

- ✓ Ćwiczenia tułowia – skłony – *Kogut zasypia*.

Usiądź w siadzie klęcznym, wykonaj skłon tułowia w dół, z dotknięciem głową kolan – kogut chowa głowę w piórka. Potem powoli wyprostuj się.

- ✓ Ćwiczenie równowagi – *Na grzędzie*.

Wyobraź sobie, że jesteś kurką. Chodź i stawiaj nogę za nogą, po sznurku, tak aby z niego nie spaść.

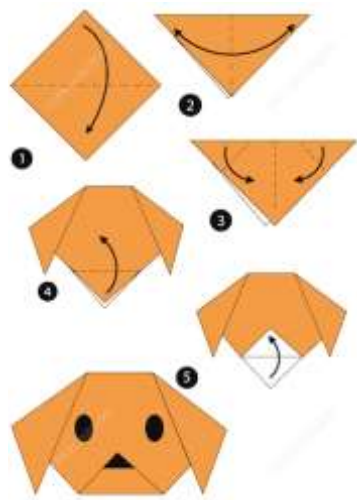
Z pewnością świetnie się wcieliłaś/łeś w zwierzątka. Gratulacje.

- **Origami – Zwierzęta**

Pomoce: kolorowe kartki (kwadratowe), nożyczki, czarny mazak.

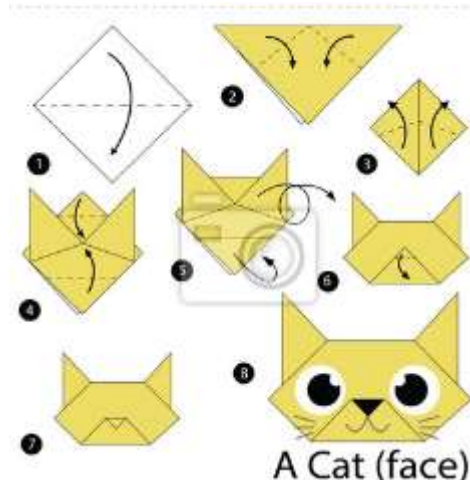
Przygotowałam dla ciebie kilka propozycji zwierząt wykonanych japońską sztuką składania papieru (origami). Wybierz zwierzątko, które chcesz złożyć i postępuj zgodnie z instrukcją. Jeśli masz ochotę i polubisz origami, to możesz złożyć kilka zaproponowanych zwierząt.

**PIES**



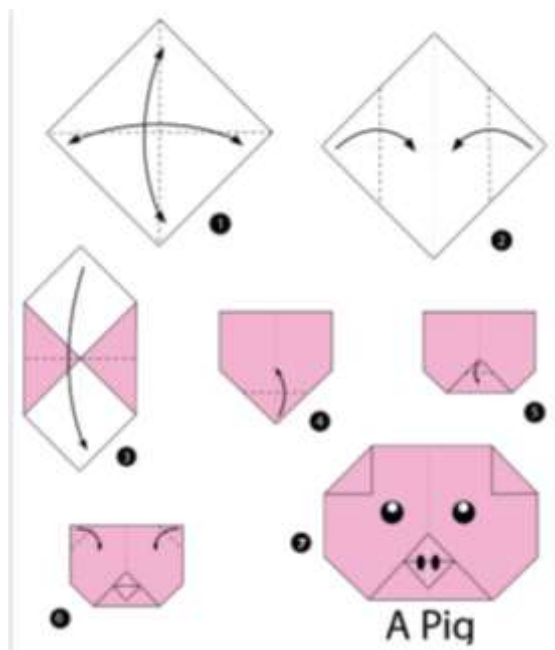
<http://www.supercoloring.com/pl/zabawki-z-papieru/origami-jak-zrobic-glowe-psa-krok-po-kroku>

**KOT**



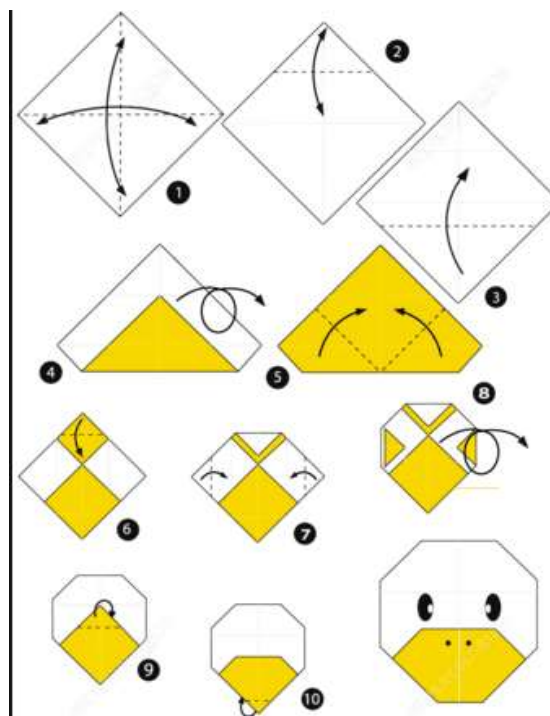
<https://redro.pl/naklejka-instrukcje-krok-po-kroku-jak-zrobic-origami-kot-,71417077>

**ŚWINIA**



<https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector/step-by-step-instructions-how-to-make-origami-vector-14756852>

**KACZKA**



[https://www.google.com/search?q=origami+kaczkat&tbm=isch&ved=2ahUKEwjdz-Kej-HoAhXOtSoKHbDbDG8Q2-cCegQIABAA&oq=origami+kaczkat&gs\\_lcp=CgNpbWcQA1CrHFjrH2DZJGgAcAB4AIAB7wGIAyGDKgEFMC4xLjGYAQCGAQGqAQnd3Mtd2l6LWltZw&scclient=img&ei=ARySXp3LKc7rqGwt7P4Bg#imgcr=tUas2blpc\\_3ZSM](https://www.google.com/search?q=origami+kaczkat&tbm=isch&ved=2ahUKEwjdz-Kej-HoAhXOtSoKHbDbDG8Q2-cCegQIABAA&oq=origami+kaczkat&gs_lcp=CgNpbWcQA1CrHFjrH2DZJGgAcAB4AIAB7wGIAyGDKgEFMC4xLjGYAQCGAQGqAQnd3Mtd2l6LWltZw&scclient=img&ei=ARySXp3LKc7rqGwt7P4Bg#imgcr=tUas2blpc_3ZSM)

15.04.2020 r. Na podwórku

- **Zabawa ruchowa z elementem ortofonicznym – Głosy zwierząt.**

Pobaw się z rodzicami i rodzeństwem w kalambury. Niech hasłami do odgadnięcia będą zwierzęta wiejskie np. koń, pies, kot, kogut, krowa itp. W ramach przypomnienia – jedna osoba pokazuje ruchy wybranego zwierzęcia, a w tym wypadku wydaje również jego odgłosy. Pozostałe osoby zgadują.

- **Praca plastyczna – Owieczka**

Pomoce: biały blok techniczny, kolorowy blok techniczny, nożyczki, klej, wata, czarny mazak, ruchome oczka (można oczka narysować mazakiem lub wyciąć z kolorowego papieru), ozdobna tasiemka.



Wytnij z białej kartki dwie chmurki (dużą, i małą). Takie jak na obrazku. Następnie przyklej do nich watę. Teraz wytnij głowę i uszy. Uszy lekko zgnieć z jednej strony i przyklej do głowy. Doklej grzywę owcy zgodnie z obrazkiem. Dorysuj oczy (lub przyklej jeśli masz) oraz nos. Połącz klejem cały element (głowę) z tułowiem owcy. Na koniec ozdób wstążką. Owieczka gotowa. Z pewnością wyszła pięknie. Gratulacje.



<https://www.mamawdomu.pl/2013/03/wielkanocna-owieczka.html>

## 16.04.2020 r. Makieta wiejskiego podwórka

### • Zabawa Smakujemy i dotykamy.

Pomoce: Produkty pochodzące od zwierząt (np. ser, mleko, miód, jajko, piórko itp.), apaszka.

Rodzic zasłoni ci oczy apaszką, a twoim zadaniem będzie odgadnąć, co otrzymałeś/aś. Możesz wykorzystać do tego zmysł dotyku, smaku oraz węchu. Jak odgadniesz będziesz mógł/mogła odsłonić oczy i powiedzieć, od których zwierząt pochodzi odgadnięty produkt oraz do czego możemy go wykorzystać (co z niego zrobić np. z mleka – naleśniki).

### • Opowieść ruchowa przy muzyce – Wycieczka na wieś.

Pomoce: nagranie wesołej melodii.

Poproś rodzica o przeczytanie poniższego opowiadania. Spróbuj naśladować odpowiednie ruchy. Powodzenia ;)

*Nadeszła wiosna. Na wsi jest zielono i radośnie. (maszeruj w rytmie wybranego nagrania).  
Odwiedzamy wiejską zagrodę. Straszny tutaj gwar. Widać domowe zwierzęta: (naśladowaj ich odgłosy) owce, krowy, świnie, kaczki, gęsi, kury, indyki. Patrz, przyfrunęły bociany.  
Wysoko na dachu domu mają swoje gniazdo. (Zrób daszek nad oczami, spoglądają w górę.  
Następnie naśladowaj charakterystyczne ruchy i klekot bociana).  
Za płotem gospodarstwa widać pole. Rośnie na nim zboże. Zamieniamy się w trawy i kłosa zbóż. (Przejdź do przysiadu, Na hasło: Rośniemy, powoli wstań).  
Na łące pojawiają się zająca. Małe zajączki chcą się bawić. Chowają się w trawie. Widać ich duże uszy. (Naśladowaj ruchy zajączków.).  
W ogrodach kwitną piękne kwiaty, ich kielichy otwierają się do słońca. (Unieś ręce w górę, naśladowaj otwierające się do słońca kielichy kwiatów).  
Za domem jest sad. Przez chwilę odpoczniemy w cieniu drzew, słuchając świergotu ptaków. (Połóż się na plecach, a ręce na brzuchu i miarowo oddychaj).*

## 17.04.2020 r. Wiosenne prace na wsi

- **Zabawa - Gdzie schowały się zwierzęta?**

Pomoce: 10 zabawek zwierząt (lub rysunków)

Poproś rodzica lub rodzeństwo o schowanie 10 zabawek (zwierząt) w twoim pokoju. Następnie ich poszukaj. Po odnalezieniu wszystkich zwierząt opowiedz, gdzie były schowane. Pamiętaj o użyciu odpowiednich przyimków (nad, pod, obok ...). Możecie teraz się zamienić - ty schowaj przedmioty.

- **Ćwiczenia gimnastyczne**

Na zakończenie tygodnia jeszcze trochę poćwiczmy, bo w zdrowym ciele zdrowy duch. Przygotuj sobie gazetę.

- ✓ Stań w rozkroku, trzymaj oburącz złożoną gazetę – w skłonie w przód wymachuj gazetą w tył i w przód. Po kilku ruchach wyprostuj się i potrząśnij gazetą w górze.
- ✓ Wykonaj klęk podparty, dłonie połóż na gazecie, skierowane palcami do wewnątrz – przy zgiętych w łokciach rękach opadaj tułowiem w przód, dotknij gazety brodą i powróć do pozycji wyjściowej.
- ✓ W leżeniu na plecach – unieś gazetę trzymaną za końce oburącz (ręce zgięte w łokciach, skierowane w bok), dmuchaj na gazetę i wprowadź ją w ruch.
- ✓ Połóż gazetę na podłodze, zwiń ją po przekątnej w rulonik i przeskakuj przez nią bokiem z jednej strony na drugą.
- ✓ W staniu, rulonik trzymaj za końce, z przodu – przekładaj nogę przez rulonik, wytrzymaj w staniu jedno nogę, a następnie wróć do pozycji wyjściowej (ćwiczenie należy wykonać prawą nogą i lewą nogą, na zmianę).
- ✓ Ugnieć gazetę tak, aby powstała kulka (piłka) – rzucaj kulka i chwytaj ją w miejscu, w chodzie, w biegu; rzucaj i chwytaj, wykonując dodatkowe zadania, np.: przed chwytem wykonaj klaśnięcie, dotknij ręką podłogi, wykonaj obrót itp.
- ✓ Usiądź, wykonaj wdech nosem i spróbuj zdmuchnąć kulkę z dłoni.

Dziękuję za kolejny tydzień razem (niestety na odległość). Życzę miłego weekendu i mam nadzieję, że już niedługo się zobaczymy ☺. Oczywiście chętnie zobaczę, jak się bawiliście, ćwiczyliście oraz wykonywaliście prace plastyczne. Dziękuję za przesłane mi do tej pory prace plastyczne. Wyszły pięknie. Można również pisać maile w razie trudności.

Pozdrawiam

p. Patrycja Szymańska

mail: [p.szymanska@mp18.pl](mailto:p.szymanska@mp18.pl)