

Temat tygodnia: Aktywność fizyczna

Temat dnia: Zrób do przodu cztery kroki

DATA: 9.04.2021 (PIĄTEK)

Cele główne:

- zachęcenie do aktywności ruchowej i uprawiania sportu

Cele operacyjne:

Dziecko:

- rozwija koordynację wzrokowo-ruchową
- odpowiada na pytania dotyczące utworu

Środki dydaktyczne: piłka, filmiki edukacyjne

Rozwijane kompetencje kluczowe:

- w zakresie rozumienia i tworzenia informacji
- osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się

Dzień dobry po raz ostatni w tym tygodniu !

Dzisiaj na samym początku chciałam podziękować wszystkim dzieciom, które przesyłają zdjęcia swoich prac. Bardzo mnie to cieszy, że chętnie wykonujecie prace plastyczne, budowle z klocków lub po prostu chwalicie się prezentem od zajęczka 😊

Dziękuję Wam wszystkim i każdemu z osobna 😊😊 Dzięki temu wiem, że jesteście tam, po drugiej stronie komputera 😊

Dzisiaj ostatni sportowy dzień. Nie oznacza to, że mamy przestać ćwiczyć czy spacerować 😊

1. A teraz na początek poćwicz z mamusią/tatusiem, bo...gimnastyki nigdy dość! Reaguj na sygnał dźwiękowy.

<https://youtu.be/cGOK6AcTLZE>



Pogodne ćwiczenia W PODSKOKACH | RYTMIKA DLA DZIECI

Pięknie sobie poradziłaś/poradziłeś z tym zadaniem 😊

2. Wysłuchaj opowiadania Doroty Kossakowskiej „Sport to zdrowie”.

Kacper chodzi do przedszkola. Lubi bawić się z kolegami i ze starszym bratem Michałem. Kiedy jest w przedszkolu najchętniej buduje z klocków wieże, domy i garaże. Z bratem urządzają zabawy na podwórku. Ścigają się, wspinają na drabinki i grają w piłkę nożną. Brat Kacpra chodzi do szkoły i na treningi piłki nożnej. Nie wie jeszcze, czy zostanie piłkarzem, ale lubi sport. Wie, że uprawianie sportu daje siłę, poprawia kondycję i hartuje organizm. Kiedy Kacper pójdzie do szkoły też zacznie trenować. Może razem z bratem?

A teraz odpowiedz na poniższe pytania.

- Jak myślicie, co trzeba robić, żeby być zdrowym?
- Czy trzeba uprawiać sport?
- A co trzeba jeść?,

A teraz popatrz przez okno!

-Jaka jest pogoda?

Jeśli masz w domu termometr – sprawdź ile jest stopni na podwórku.

Jeśli uznasz że można się pobawić na podwórku to

3. Pobaw się na świeżym powietrzu z piłką lub skakanką. Jak mogłabyś/mógłbyś zachęcić do takich zabaw dzieci z Twojej przedszkolnej grupy?

Możesz również pobawić się z rodzicem w następującą zabawę.

4. Czy umiesz robić małe i duże kroki? Stań w pewnej odległości od mamy/taty. Podejdź do rodzica krokami słońiowymi (duży wykrok), normalnymi krokami/podskokami, tip topami (stopa dostawiana do stopy).
5. A teraz poruszaj się do słów rymowanki którą przeczyta Ci rodzic. Słuchaj uważnie co należy zrobić.

*Zrób do przodu cztery kroki,
I rozejrzyj się na boki.
Tupnij nogą raz i dwa,
Ta zabawa nadal trwa.
Teraz w lewo jeden krok,
Przysiad i do góry skok.
Zrób do tyłu kroków trzy,
By koledze otrzeć łzy.
Klaśnij w ręce razy pięć,
Na klaskanie też nasz chęć.
Teraz obróć się dokoła
I hurraaa! Zawołaj.*

Zmęczyłaś/zmęczyłeś się trochę ? To teraz czas na relaks.

6. Zobacz film i wykonaj masażyk relaksacyjny na pleckach mamusi/tatusia oraz poproś rodziców by wam też zrobili masażyk ☺

<https://youtu.be/1D8nMY3tdW4>



Oooo...jak miło być masowanym....

Na koniec tradycyjnie karty pracy 😊

7. Karty pracy

MISIE cz. 3, nr 68, 69.

PSZCZÓŁKI cz.4,nr 68,69.

Na dzisiaj to wszystko. Dziękuję Ci za udział w proponowanych zabawach. Życzę Ci miłego dnia i do zobaczenia jutro 😊

P.S. Jeśli nudzi Ci się w domku polecam zaglądać na następujące strony. Tam znajdziesz wiele ciekawych zabaw 😊

Gry edukacyjne on-line: <http://pisupisu.pl/przedszkole/odkrywankam-4>

Gry i zabawy dla dzieci: <http://www.zyraffa.pl/>

Gry i zabawy dla dzieci: <https://www.miniminiplus.pl/>

Inspiracje zabawowe: <http://boberkowy-world.blogspot.com/>

Karty pracy: <https://www.nauczycielskiezaczisze.pl/p/karty-pracy.html>

Katalog gier i zabaw: <http://www.yummy.pl/na-skroty/pl/game/all/1>

Kreatywne zabawy w domu: <https://dzieciakiwdomu.pl/>

Polskie Radio – audycje

<https://www.polskieradio.pl/18/5197/Artykul/2474120,102-propozycja-na-czas-wolny-w-4-scianach>

Przypominam, że jeśli będą Państwo mieli jakiegokolwiek pytania czy też wątpliwości, co do realizacji planu zapraszam do kontaktu mailowego:

joannamanka0@gmail.com

Będę starała się jak najszybciej odpowiadać na Państwa maile – będę dostępna codziennie w godzinach 9 – 13.

Pozdrawiam Joanna Ziółkowska ☺