

**„SKRZATY”**

**13 KWIETNIA WTOREK**

**TEMATYKA TYGODNIA: CHCIAŁBYM BYĆ SPORTOWCEM**

**TEMATYKA DNIA: GIMNASTYKA**

**Dzień dobry ! Jak się czujesz? Jak Twoje samopoczucie? Dzisiaj będziemy w dalszym ciągu kontynuować rozmowy o tematyce sportowej. Tym razem skupimy się na gimnastyce.**

**Zaczynamy!**



Usiądź wygodnie i posłuchaj wiersza.

**Bożena Forma „Bocianie, bocianie”**

**Bocianie, przybyłeś dziś do nas,  
witają cię dzieci i łąka zielona.  
Dostojnie twe nogi stąpają po trawie,  
czarno-białe pióra w słońcu lśnią ciekawie.  
Tak jak ty wysoko nogi podnosimy,  
i kle, kle śpiewamy z tobą, boćku miły.**

**Bocianie, bocianie,  
przybyłeś dziś do nas.  
Kle, kle, kle, kle, kle.  
Kle, kle, kle, kle, kle.**

**Odpowiedz na pytania:**

- *O kim był wiersz?*
- *Kto powitał bociana?*
- *Jakie odgłosy wydaje bocian?*
- *W jaki sposób porusza się bocian?*
- *Jak wygląda bocian ?*

Jeśli nie wiesz jak wygląda bocian możesz spojrzeć na poniższe ilustracje. Opisz wygląd bociana. Poproś o pomoc rodzica.



Teraz zadanie dla Ciebie !

Powtarzaj słowa wiersza, naśladowując głos bociana raz cicho, raz głośno.

Spróbuj poruszać się jak bocian.

Pomachaj skrzydłami i unosić wysoko nogi do góry.

Jeśli masz jakiś kłopot, bardzo proszę, poproś rodzica o pomoc.

**\*\*\*\*\* I jak, udało Ci się naśladowanie ruchów i odgłosów bociana ? \*\*\*\*\***

**\*\*\*\*\* Mam nadzieję, że TAK ! \*\*\*\*\***

Posłuchaj wiersza **Jadwigi Koczanowskiej „Gimnastyka”**

**Gimnastyka to zabawa,  
ale także ważna sprawa,  
bo to sposób jest jedyny,  
żeby silnym być i zwinnym.  
Sklony, skoki i przysiady  
trzeba ćwiczyć-nie ma rady!  
To dla zdrowia i urody  
Niezawodne są metody.**



### Rozmowa na temat wiersza:

- *Co nam daje gimnastyka?*
- *Co wykonujemy podczas gimnastyki ?*
- *Lubisz wykonywać ćwiczenia?*
- *Proszę pokaż w jaki sposób możemy ćwiczyć*

### Skrzaciku Drogi !

Z pomocą rodzica spróbuj wykonać ruchową interpretację wiersza, o którym przed chwilą była mowa.

<p>Gimnastyka to zabawa, ale także ważna sprawa, bo to sposób jest jedyny, żeby silnym być i zwinnym. Skłony, skoki i przysiady trzeba ćwiczyć – nie ma rady! To dla zdrowia i urody niezwodne są metody.</p>	<p>Dzieci wyciągają ręce w bok, trzymają ręce wyprostowane, zginają je w łokciach, dłońmi dotykają klatki piersiowej, jak wyżej – mają ręce wyprostowane, zginają je w łokciach, ręce mają opuszczone, wykonują przysiad, wstają, podnoszą ramiona, zginają ręce w łokciach, dłonie zaciskają w pięści i pokazują, jakie są silne, wykonują skłon, wykonują podskok, wykonują przysiad.</p>
---	---

**\*\*\*Brawo ! Jestem przekonana, że wszystko udało Ci się pokazać !\*\*\***

Zapraszam Cię teraz do wykonania pracy plastycznej.

Poproś rodzica o przygotowanie materiałów, oraz o pomoc w jej wykonaniu.

*Potrzebujesz:*

- kartkę papieru (najlepiej gdyby nie była biała)
- farby w kolorach: biała, czerwona, czarna
- pędzelek

*Wykonanie:*

Pomaluj dłoń w taki sposób, jak na ilustracji poniżej. Odbij rączkę na kartce papieru. Pędzelkiem dorysuj nogi, głowę oraz dziób bociana... GOTOWE !





**Jeśli masz ochotę możesz podzielić się tym co wykonałeś/wykonałaś.**

**Czekam na Twoją wiadomość mailową ze zdjęciem !**

**Dzisiaj to już wszystko !**

**Odpocznij trochę.**

**Mam nadzieję, że zajrzysz tutaj jutro !**

**Do zobaczenia :)**



**DRODZY RODZICE !**

**W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości proszę o kontakt**

**pod adresem mailowym**

**[n.bobrek@mp18.pl](mailto:n.bobrek@mp18.pl)**

**Jestem do Państwa dyspozycji od poniedziałku do piątku**

**w godzinach od 8.00 do 13.00**

**Pozdrawiam,**

**Natalia Bobrek**

## DODATKOWO

Poniżej umieściłam odnośniki do stron internetowych, na których znajdują się kolorowanki online związane z omawianą tematyką.

<https://drukowanka.pl/kolorowanka/bocian-i-zaba/>

<https://www.kolorowankionline.net/bocian-z-zaba>

<https://drukowanka.pl/kolorowanka/bocian-w-locie/>

