

Rozkład zajęć na 08.04.2021

Temat: Ruch to zdrowie.

1. Piosenka powitalna śpiewana przez dziecko Si- mam- ma -ka.
2. Zabawa ruchowa w domu z użyciem np. kręgli, piłki, skakanki ,tor przeszkód wg . pomysłu rodzica i dziecka.
3. Opowiedz- jakie dyscypliny sportowe wykonują dzieci? A Ty co chciałbyś robić?



II. 1. Słuchanie wiersza „Sport”- wiersz czyta rodzic, dziecko słucha.

Każdy przedszkolak o tym wie;	Powrót, przysiad ,dwa podskoki
Chcesz być zdrowym ruszaj się!	W miejscu bieg i skłon głęboki
Sport to bardzo ważna sprawa	Wymach rączek w tył, do przodu
Są reguły, jest zabawa.	By rannego nie czuć chłodu.
Prawą nogą wypad w przód	
I rączkami zawiąż but.	

Pytania na temat wiersza:

- Jak myślicie, dlaczego trzeba ćwiczyć?
- O jakich ćwiczeniach była mowa w wierszu?
- Które z tych ćwiczeń potrafisz wykonać?

2. Wykonywanie ćwiczeń - przy kolejnym czytaniu wiersza, dziecko próbuje wykonać ćwiczenia ,o których jest mowa w wierszu.

3. Ćwiczenia relaksacyjne z rodzicem pt. List do babci

Dziecko siedzi odwrócone plecami do rodzica, rodzic masuje plecy wg. słów wierszyka.

Gładzimy papier listowy - gładzenie poziome i pionowe

Kochana babciu - piszemy palcem na plecach

KROPKA - z wyczuciem naciskamy palcem w jednym miejscu.

Piszę Ci, że - kontynuujemy pisanie.

Mamy w domu kotka.

KROPKA - stawiamy wyraźną kropkę.

Kotek chodzi - kroczymy palcami

Kotek skacze - skaczemy

Kotek drapie - drapiemy

Kotek chrapie - opieramy głowę na plecach i chrapiemy

Składamy list - krzyżujemy ręce dziecka

Naklejamy znaczek - dotykamy ręką czoła

I zanosimy go na pocztę - bieżemy dziecko za rękę.

4. Kolorowanie kredkami obrazka



5. Zabawa przy piosence - Taniec rom - pom- pom <https://youtu.be/IKm jy902ow8>

6. Zabawy dowolne wg. pomysłów i zainteresowań dziecka.

7. Wyjście na spacer lub plac zabaw- podejmowanie przez dziecko dowolnej aktywności ruchowej.

Czekam na wiadomości od WAS Pa,pa **wieslawaslapek @onet.pl**