

**08.06.2020 Poniedziałek** - potrzebne materiały: małe pudełko po zapałkach, klej, nożyczki, kolorowy papier, farby, włóczka, gazety, kawałek kartonu z pudełka bibułka.

Dzień dobry dzieciaki z grupy: „ Sówki”

Powitajmy się wesołą piosenką o żabie i bocianie. Możecie wziąć mamę lub tatę i razem zatańczyć.

Piosenka o bocianie : <https://www.youtube.com/watch?v=Vn-WWipvbJM>

Zbliżają się wakacje, a wtedy bawimy się wesoło, poznajemy zabytki, obcujemy z przyrodą, jeździmy różnymi środkami lokomocji. W tym czasie musimy pamiętać o naszym bezpieczeństwie.

Czym możemy pojechać na wakacje? Jak należy zachować się podczas podróży autobusem, pociągiem lub samochodem? Otwórzcie książeczkę na stronie 54. Wyjaśnijcie , dlaczego w pojazdach powinniśmy zajmować wolne miejsca, trzymać się poręczy? Zaznaczcie kropkami kolejność zdarzeń. Jak zachowują się pasażerowie? Dlaczego zajączki są zadowolone, a niektóre smutne?

Posłuchajcie uważnie wiersza i zastanówcie się, jak należy zachować się w lesie? O czym należy pamiętać podczas przebywania na słońcu i dlaczego? Z kim możemy udać się na kąpielisko?

1. Głowa nie jest od parady  
i służyć Ci musi dalej.  
Dbaj więc o nią i osłaniaj,  
kiedy słońce pali.
2. Płyń w rzece woda,  
chłodna, bystra, czysta.  
Tylko przy dorosłych  
z kąpeli korzystaj.
3. Jagody nieznane,  
gdy zobaczysz w borze,  
nie zrywaj! nie zjadaj!  
bo zatruć się możesz.
4. Urządzamy grzybobranie.  
Jaka rada stąd wynika?  
Gdy jakiegoś grzyba nie znasz,  
Nie wkładaj go do koszyka.

Pamiętajcie nie wolno oddalać się od rodziców. Dla bezpieczeństwa przypomnijcie sobie, jaki jest wasz adres zamieszkania? Czy potraficie się przedstawić? W jakim mieszkacie mieście i na jakiej ulicy? To jest bardzo WAŻNE!

Spróbujcie dzisiaj wykonać pracę: „ Na dworcu kolejowym”

Namalujcie lub narysujcie tory kolejowe wzdłuż kartki, a nad nimi pole, las lub łąkę według własnego pomysłu. Z pudełek od zapalek lub innych pudełeczek wykonajcie pociąg, tak jak potraficie. Poproście o pomoc mamę lub tatę. Jeżeli nie macie pudełek to narysujcie lub namalujcie pracę. Możecie też ustawić pociąg z krzesetek i zabawić się. Co można zabrać na wakacje? Do wykonania kwiatów na łące albo drzew w lesie proponuję wykorzystać kolorowy papier, włóczkę lub stare gazety. Praca będzie ciekawsza. Zróbcie zdjęcie i nam wyślijcie.

Posprzątaj po zabawie pomoce i podziękujcie rodzicowi za wspaniałą zabawę.

Miłej zabawy

## 09. 06.2020 WTOREK

### DZIEŃ DOBRY

Przygotujcie dzisiaj kartkę, mazak, kredki, książeczkę.

Będziemy dzisiaj rozmawiali o bezpieczeństwie nad wodą obejrzyjcie filmik. Po uważnym obejrzeniu go, wypiszcie na kartce z mamą, co zapamiętaliście.

**Jak należy zachowywać się nad wodą?**

<https://www.youtube.com/watch?v=Ui-ndYWcThA>

Odczytajcie to jeszcze raz i zapamiętajcie.

Następnym zadaniem będzie wykonanie ćwiczenia ze str. 53. Powiedzcie kto ma pierwszeństwo, wysiadający z autobusu, czy wsiadający do niego.

Zapraszam was do wysłuchania piosenki o bocianie i żabie. Słuchaliście jej już wczoraj.

<https://www.youtube.com/watch?v=Vn-WWipvBJM>

Do czego zaprasza nas ta piosenka? Czy jest wesoła, czy smutna? Co robił bocian z żabą?

Tańczcie przy tej piosence , a gdy usłyszycie słowo bocian lub żaba klaśnijcie w dłonie.

Teraz usiądźcie wygodnie i zaśpiewajcie piosenkę: STOKROTKA

Jeśli nie pamiętacie słów to powtórzcie je z rodzicem.

Śpiewaj średnio głośno i wyraźnie:

Piosenka: STOKROTKA

<https://www.youtube.com/watch?v=OkojxukNZcU>

1. Gdzie strumyk płynie z wolna,  
Rozsiewa zioła maj,  
Stokrotka rosła polna,  
A nad nią szumiął gaj,  
Stokrotka rosła polna,

A nad nią szumiął gaj,  
Zielony gaj.

2. W tym gaju tak ponuro,  
Że aż przeraża mnie,  
Ptaszęta za wysoko,  
A mnie samotnej źle,  
Ptaszęta za wysoko,  
A mnie samotnej źle,  
samotnej źle.

3. Wtem harcerz idzie z wolna.  
„Stokrotko, witam cię,  
Twój urok mnie zachwyca,  
Czy chcesz być mą, czy nie?”  
"Twój urok mnie zachwyca,  
Czy chcesz być mą, czy nie?  
Czy nie, czy nie?

4. Stokrotka się zgodziła I poszli w ciemny las,  
A harcerz taki gapa [lub: a harcerz niedołęga]  
W pokrzywy wlaźł po pas [lub: że aż w pokrzywy wlaźł],  
A harcerz taki gapa [lub: a harcerz niedołęga]  
W pokrzywy wlaźł po pas [lub: że aż w pokrzywy wlaźł],  
Po pas, po pas [lub: w pokrzywy wlaźł].

5. A ona, ona, ona,  
Cóż biedna robić ma,  
Nad gapą pochylona  
I śmieje się: ha, ha,  
Nad gapą pochylona  
I śmieje się; ha, ha, ha, ha, ha, ha.

### **10.06.2020 Środa**

Przygotujcie plecak lub torbę, białą kartkę mazak lub kredkę i nożyczki.

Dzień dobry – „Sóweczki”

Dzisiaj zadam Wam pytanie:

**„ Czy ojczyznę swoją znasz?**

**Jakie w niej atrakcje masz?**

**Polska piękna jest , ciekawa, a stolicą jej – Warszawa. ...”**

Jakie znacie jeszcze inne miasta w Polsce? Jak nazywa się polskie morze? Jak nazywają się polskie góry? ( Można pokazać na mapie polski )

Przygotujcie plecak lub torbę i paski białego papieru, nożyczki oraz książeczkę.(Nowa trampolina 4.)

Rodzic mówi: DO PLECAKA NA WAKACJE SPAKUJĘ: .....

Dziecko przecina kartkę wzdłuż linii narysowanych przez rodzica.

Wspólnie z dzieckiem piszą wyrazy drukowanymi literami i wkładają kolejno do plecaka, np. kurtkę, okulary, krem do opalania, spodnie, mydło, itp. Jeśli dz. chce może coś narysować.

Wykonaj jeszcze ćw. ze str. 55. Dlaczego latem trzeba chronić głowę i pić dużo wody?

### **Zapraszam Was do zabaw ruchowych:**

Nauczymy się zabawy: „Przejdź przez mostek”.

Utrwalimy zabawę „Zbitki”

Pomoce: mała plastikowa butelka napełniona wodą, mała piłeczka, kilka kulek z gazety, kilka ulubionych maskotek, miseczka z wodą i plastikowy kapsel lub korek.

**Wskazówki:** miejsce ćwiczeń powinno być bezpieczne dla dziecka, pokój przewietrzony, dziecko przebrane w strój sportowy. Ćwiczenia wykonuje dziecko przy współudziale i pomocy rodzica.

1. Zabawa: „Lusterko”- powitanie. Podanie sobie ręki. Przyjęcie postawy skorygowanej.  
R. Drogi rodzicu stań przed swoim dzieckiem i zrób śmieszny minę.  
- Dz. zadaniem dziecka jest naśladowanie miny rodzica. (Powtarzamy 5-6 razy)
2. Zabawa: „Słonko świeci, deszcz pada”- na zapowiedź „Słonko świeci” dz. biega w średnim tempie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, na zapowiedź „deszcz pada”- przyciska się plecami do ściany( chowa się pod okapem dachu). (Powtarzamy 5-6 razy)
3. Zabawa: „Tik-tak”- dz. stoi w rozkroku, nogi ustawione na szerokości bioder. R. wypowiada słowo – „tik”, dz. wykonuje powolny skłon głowy w przód połączony z maksymalnym ściąganiem brody( podwójny podbródek)dotykając brodą klatki piersiowej, na słowo – „tak”, cofa powoli głowę w tył.
4. Zabawa: „Pod mostkiem”- Dz. siedzi na podłodze , podpira się rękoma z tyłu, nogi ugina w stawach kolanowych (tworzy się mostek).  
R. na podaje sygnał „ Start” i turla piłkę pod uniesionym tułowiem dziecka. Dziecko obserwuje uważnie toczącą się piłkę. Zadaniem jego jest zatrzymać piłkę *pośladkami* , która się toczy pod nim. (Powtarzamy 6-8 razy)
5. Zabawa: „ Przełoż butelkę”- Dz. leżenie tyłem( na plecach), nogi ugięte w stawach biodrowych i kolanowych, stopy złączone oparte o podłoże, ręce wzdłuż tułowia, w jednej ręce mała plastikowa

butelka napełniona wodą. Ruch- przeniesienie ramion bokiem w górę, przełożenie butelki do drugiej ręki.

6. Zabawa: „Sztorm”- Dz. leżenie przodem( na brzuchu) na dywanie, dłonie splecione na których oparte jest czoło. Nogi wyprostowane w stawach kolanowych i biodrowych, stopy ściągnięte.

R. Liczy głośno do pięciu, w tym czasie dziecko naśladuje ruch pływania nogami( pionowo), tak , aby nogi nie dotykały podłoża i były cały czas wyprostowane. Na sygnał : „Sztorm” dziecko siada skrzyżnie( plecy wyprostowane, dłonie oparte na kolanach).

R. Trzyma miseczkę z wodą i kapslem na wysokości ust dziecka. Dziecko wykonuje głęboki wdech nosem i wydech ustami wprawiając w ruch kapsel –„ statek”. Zabawę powtarzamy 4-5 razy.

7. Zabawa: „Nad maskotką”- dz. leżenie tyłem, nogi wyprostowane w okolicach stóp leży maskotka.

Przenoszenie wyprostowanych złączonych nóg ponad maskotką. (Powtarzamy 5-6 razy)

8. Zabawa: „Gąsienica ”- dz. leżenie przodem( na brzuchu). Ruch – pełzanie po dywanie bez pomocy nóg. ( 30 sekund)

9. Zabawa: „Zdjęte ubranko ”- dz. leży dowolnie na dywanie, jak „zdjęte ubranko”, na słowa rodzica „ kłoda drzewa” przyjmuje pozycję leżenia tyłem, ręce wzdłuż ciała, brzuch wciągnięty, nogi złączone, wzrok skierowany w sufit. (Powtarzamy 5-6 razy)

10. Zabawa: „ ZBITKI”. Dz. ustawia kilka maskotek na dywanie w różnych odległościach. Ustawia się w wyznaczonym punkcie przez rodzica. Celuje w zabawki papierowymi kulkami z gazety. Liczy punkty.

11. Zabawa: „Przejdź przez mostek ”- chodzenie po pokoju krokiem mierniczym ( stopa za stopą) po wyznaczonej linii. Nie można spaść z linii( sznurka) bo pod spodem płynie rzeczka.

12. Zabawa oddechowa: „ Wrona bez ogona”. Dz. siedzi skrzyżnie na przeciwko rodzica. Nabiera powietrza nosem i na jednym wydechu wypowiada słowa: „ Jedna wrona bez ogona, druga wrona bez ogona, trzecia wrona bez ogona...”.

13. Zakończenie. Rodzic omawia z dzieckiem zabawy: Co było najtrudniejsze do wykonania? Co ci się podobało? Podają sobie dłonie. Wymyślają własny okrzyk na zakończenie.

Miłej zabawy

**Piątek – 12.06. 2020**

Witam Was „ SÓWKI”

Przygotujcie sobie kredki i kartki. Waszym zadaniem będzie zaprojektować wakacyjną kartkę, którą wyślecie przyjacielowi z pozdrowieniami. Jeśli chcecie, to możecie skorzystać z kolorowego papieru, gazet, farb, stempli z ziemniaczka, odcisnąć wiosenne listki. ( Można też zamiennie wykonać ćw.1, str. 56)

To będzie Wasz projekt.

Jeśli chcecie być zdrowi to trzeba ćwiczyć. Dzisiaj utrwalamy ćwiczenia ze środy.

Zapraszam Was do zabaw ruchowych:

Nauka zabawy - „Przejdź przez mostek”. Doskonalenie zabawy - „Zbitki”

Pomoce: mała plastikowa butelka napełniona wodą, mała piłeczka, kilka kulek z gazety, kilka ulubionych maskotek, miseczka z wodą i plastikowy kapsel lub korek.

**Wskazówki:** miejsce ćwiczeń powinno być bezpieczne dla dziecka, pokój przewietrzony, dziecko przebrane w strój sportowy. Ćwiczenia wykonuje dziecko przy współudziale i pomocy rodzica.

1. Zabawa: „Lusterko”- powitanie. Podanie sobie ręki. Przyjęcie postawy skorygowanej.  
R. Drogi rodzicu stań przed swoim dzieckiem i zrób śmieszny minę.  
- Dz. zadaniem dziecka jest naśladowanie miny rodzica. (Powtarzamy 5-6 razy)
2. Zabawa: „Słonko świeci, deszcz pada”- na zapowiedź „Słonko świeci” dz. biega w średnim tempie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, na zapowiedź „deszcz pada”- przyciska się plecami do ściany( chowa się pod okapem dachu). (Powtarzamy 5-6 razy)
3. Zabawa: „Tik-tak”- dz. stoi w rozkroku, nogi ustawione na szerokości bioder. R. wypowiada słowo – „tik”, dz. wykonuje powolny skłon głowy w przód połączony z maksymalnym ściąganiem brody( podwójny podbródek)dotykając brodą klatki piersiowej, na słowo –„tak”, cofa powoli głowę w tył.
4. Zabawa: „Pod mostkiem”- Dz. siedzi na podłodze , podpira się rękoma z tyłu, nogi ugina w stawach kolanowych (tworzy się mostek).  
R. na podaje sygnał „ Start” i turla piłkę pod uniesionym tułowiem dziecka. Dziecko obserwuje uważnie toczącą się piłkę. Zadaniem jego jest zatrzymać piłkę *pośladkami* , która się toczy pod nim. (Powtarzamy 6-8 razy)
5. Zabawa: „ Przełóż butelkę”- Dz. leżenie tyłem( na plecach), nogi ugięte w stawach biodrowych i kolanowych, stopy złączone oparte o podłoże, ręce wzdłuż tułowia, w jednej ręce mała plastikowa butelka napełniona wodą. Ruch- przeniesienie ramion bokiem w górę, przełożenie butelki do drugiej ręki.
6. Zabawa: „Sztorm”- Dz. leżenie przodem( na brzuchu) na dywanie, dłonie splecione na których oparte jest czoło. Nogi wyprostowane w stawach kolanowych i biodrowych, stopy ściągnięte.

R. Liczy głośno do pięciu, w tym czasie dziecko naśladuje ruch pływania nogami( pionowo), tak , aby nogi nie dotykały podłoża i były cały czas wyprostowane. Na sygnał : „Sztorm” dziecko siada skrzyżnię( plecy wyprostowane, dłonie oparte na kolanach).

R. Trzyma miseczkę z wodą i kapslem na wysokości ust dziecka. Dziecko wykonuje głęboki wdech nosem i wydech ustami wprawiając w ruch kapsel – „ statek”. Zabawę powtarzamy 4-5 razy.

7. Zabawa: „Nad maskotką”- dz. leżenie tyłem, nogi wyprostowane w okolicach stóp leży maskotka.

Przenoszenie wyprostowanych złączonych nóg ponad maskotką. (Powtarzamy 5-6 razy)

8. Zabawa: „Gąsienica ”- dz. leżenie przodem( na brzuchu). Ruch – pełzanie po dywanie bez pomocy nóg. ( 30 sekund)

9. Zabawa: „Zdjęte ubranko ”- dz. leży dowolnie na dywanie, jak „zdjęte ubranko”, na słowa rodzica „ kłoda drzewa” przyjmuje pozycję leżenia tyłem, ręce wzdłuż ciała, brzuch wciągnięty, nogi złączone, wzrok skierowany w sufit. (Powtarzamy 5-6 razy)

10. Zabawa: „ ZBITKI”. Dz. ustawia kilka maskotek na dywanie w różnych odległościach. Ustawia się w wyznaczonym punkcie przez rodzica. Celuje w zabawki papierowymi kulkami z gazety. Liczy punkty.

11. Zabawa: „Przejdź przez mostek ”- chodzenie po pokoju krokiem mierniczym ( stopa za stopą) po wyznaczonej linii. Nie można spaść z linii( sznurka) bo pod spodem płynie rzeczka.

12. Zabawa oddechowa: „ Wrona bez ogona”. Dz. siedzi skrzyżnię na przeciwko rodzica. Nabiera powietrza nosem i na jednym wydechu wypowiada słowa: „ Jedna wrona bez ogona, druga wrona bez ogona, trzecia wrona bez ogona...”.

13. Zakończenie. Rodzic omawia z dzieckiem zabawy: Co było najtrudniejsze do wykonania? Co ci się podobało? Podają sobie dłonie. Wymyślają własny okrzyk na zakończenie.

Miłej zabawy

### **Zabawy ruchowe:**

**N. Zabawy: „Przejdź przez mostek”.**

**D. Zabawy: „Zbitki”**

Pomoce: mała plastikowa butelka napełniona wodą, mała piłeczka, kilka kulek z gazety, kilka ulubionych maskotek, miseczka z wodą i plastikowy kapsel lub korek.

**Wskazówki:** miejsce ćwiczeń powinno być bezpieczne dla dziecka, pokój przewietrzony, dziecko przebrane w strój sportowy. Ćwiczenia wykonuje dziecko przy współudziale i pomocy rodzica.

1. Zabawa: „Lusterko”- powitanie. Podanie sobie ręki. Przyjęcie postawy skorygowanej.  
R. Drogi rodzicu stań przed swoim dzieckiem i zrób śmieszny minę.  
- Dz. zadaniem dziecka jest naśladowanie miny rodzica. (Powtarzamy 5-6 razy)

2. Zabawa: „Słonko świeci, deszcz pada”- na zapowiedź „Słonko świeci” dz. biega w średnim tempie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, na zapowiedź „deszcz pada”- przyciska się plecami do ściany( chowa się pod okapem dachu). (Powtarzamy 5-6 razy)

3. Zabawa: „Tik-tak”- dz. stoi w rozkroku, nogi ustawione na szerokości bioder. R. wypowiada słowo – „tik”, dz. wykonuje powolny skłon głowy w przód połączony z maksymalnym ściąganiem brody( podwójny podbródek)dotykając brodą klatki piersiowej, na słowo –„tak”, cofa powoli głowę w tył.

4. Zabawa: „Pod mostkiem”- Dz. siedzi na podłodze , podpira się rękoma z tyłu, nogi ugina w stawach kolanowych (tworzy się mostek).

R. na podaje sygnał „ Start” i turla piłkę pod uniesionym tułowiem dziecka. Dziecko obserwuje uważnie toczącą się piłkę. Zadaniem jego jest zatrzymać piłkę *pośladkami* , która się toczy pod nim. (Powtarzamy 6-8 razy)

5. Zabawa: „ Przełoż butelkę”- Dz. leżenie tyłem( na plecach), nogi ugięte w stawach biodrowych i kolanowych, stopy złączone oparte o podłoże, ręce wzdłuż tułowia, w jednej ręce mała plastikowa butelka napełniona wodą. Ruch- przeniesienie ramion bokiem w górę, przełożenie butelki do drugiej ręki.

6. Zabawa: „Sztorm”- Dz. leżenie przodem( na brzuchu) na dywanie, dłonie splecione na których oparte jest czoło. Nogi wyprostowane w stawach kolanowych i biodrowych, stopy ściągnięte.

R. Liczy głośno do pięciu, w tym czasie dziecko naśladuje ruch pływania nogami( pionowo), tak , aby nogi nie dotykały podłoża i były cały czas wyprostowane. Na sygnał : „Sztorm” dziecko siada skrzyżnie( plecy wyprostowane, dłonie oparte na kolanach).

R. Trzyma miseczkę z wodą i kapslem na wysokości ust dziecka. Dziecko wykonuje głęboki wdech nosem i wydech ustami wprawiając w ruch kapsel –„ statek”. Zabawę powtarzamy 4-5 razy.

7. Zabawa: „Nad maskotką”- dz. leżenie tyłem, nogi wyprostowane w okolicach stóp leży maskotka. Przenoszenie wyprostowanych złączonych nóg ponad maskotką. (Powtarzamy 5-6 razy)

8. Zabawa: „Gąsienica ”- dz. leżenie przodem( na brzuchu). Ruch – pełzanie po dywanie bez pomocy nóg. ( 30 sekund)

9. Zabawa: „Zdjęte ubranko ”- dz. leży dowolnie na dywanie, jak „zdjęte ubranko”, na słowa rodzica „ kłoda drzewa” przyjmuje pozycję leżenia tyłem, ręce wzdłuż ciała, brzuch wciągnięty, nogi złączone, wzrok skierowany w sufit. (Powtarzamy 5-6 razy)

10. Zabawa: „ ZBITKI”. Dz. ustawia kilka maskotek na dywanie w różnych odległościach. Ustawia się w wyznaczonym punkcie przez rodzica. Celuje w zabawki papierowymi kulkami z gazety. Liczy punkty.

11. Zabawa: „Przejdź przez mostek ”- chodzenie po pokoju krokiem mierniczym ( stopa za stopą) po wyznaczonej linii. Nie można spaść z linii( sznurka) bo pod spodem płynie rzeczka.



12. Zabawa oddechowa: „Wrona bez ogona”. Dz. siedzi skrzyżnie na przeciwko rodzica. Nabiera powietrza nosem i na jednym wydechu wypowiada słowa: „Jedna wrona bez ogona, druga wrona bez ogona, trzecia wrona bez ogona...”.

13. Zakończenie. Rodzic omawia z dzieckiem zabawy: Co było najtrudniejsze do wykonania? Co ci się podobało? Podają sobie dłonie. Wymyślają własny okrzyk na zakończenie.

Miłej zabawy

### **Zabawy ruchowe:**

#### **N. Zabawy: „Przejdź przez mostek”.**

#### **D. Zabawy: „Zbitki”**

Pomoce: mała plastikowa butelka napełniona wodą, mała piłeczka, kilka kulek z gazety, kilka ulubionych maskotek, miseczka z wodą i plastikowy kapsel lub korek.

**Wskazówki:** miejsce ćwiczeń powinno być bezpieczne dla dziecka, pokój przewietrzony, dziecko przebrane w strój sportowy. Ćwiczenia wykonuje dziecko przy współudziale i pomocy rodzica.

1. Zabawa: „Lusterko”- powitanie. Podanie sobie ręki. Przyjęcie postawy skorygowanej.

R. Drogi rodzicu stań przed swoim dzieckiem i zrób śmieszny minę.

- Dz. zadaniem dziecka jest naśladowanie miny rodzica. (Powtarzamy 5-6 razy)

2. Zabawa: „Słonko świeci, deszcz pada”- na zapowiedź „Słonko świeci” dz. biega w średnim tempie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, na zapowiedź „deszcz pada”- przyciska się plecami do ściany( chowa się pod okapem dachu). (Powtarzamy 5-6 razy)

3. Zabawa: „Tik-tak”- dz. stoi w rozkroku, nogi ustawione na szerokości bioder. R. wypowiada słowo – „tik”, dz. wykonuje powolny skłon głowy w przód połączony z maksymalnym ściąganiem brody( podwójny podbródek)dotykając brodą klatki piersiowej, na słowo – „tak”, cofa powoli głowę w tył.

4. Zabawa: „Pod mostkiem”- Dz. siedzi na podłodze , podpira się rękoma z tyłu, nogi ugina w stawach kolanowych (tworzy się mostek).

R. na podaje sygnał „ Start” i turla piłkę pod uniesionym tułowiem dziecka. Dziecko obserwuje uważnie toczącą się piłkę. Zadaniem jego jest zatrzymać piłkę *pośladkami* , która się toczy pod nim. (Powtarzamy 6-8 razy)

5. Zabawa: „ Przełóż butelkę”- Dz. leżenie tyłem( na plecach), nogi ugięte w stawach biodrowych i kolanowych, stopy złączone oparte o podłoże, ręce wzdłuż tułowia, w jednej ręce mała plastikowa butelka napełniona wodą. Ruch- przeniesienie ramion bokiem w górę, przełożenie butelki do drugiej ręki.

6. Zabawa: „Sztorm”- Dz. leżenie przodem( na brzuchu) na dywanie, dłonie splecione na których oparte jest czoło. Nogi wyprostowane w stawach kolanowych i biodrowych, stopy ściągnięte.

R. Liczy głośno do pięciu, w tym czasie dziecko naśladuje ruch pływania nogami( pionowo), tak , aby nogi nie dotykały podłoża i były cały czas wyprostowane. Na sygnał : „Sztorm” dziecko siada skrzyżnię( plecy wyprostowane, dłonie oparte na kolanach).

R. Trzyma miseczkę z wodą i kapslem na wysokości ust dziecka. Dziecko wykonuje głęboki wdech nosem i wydech ustami wprawiając w ruch kapsel – „ statek”. Zabawę powtarzamy 4-5 razy.

7. Zabawa: „Nad maskotką”- dz. leżenie tyłem, nogi wyprostowane w okolicach stóp leży maskotka.

Przenoszenie wyprostowanych złączonych nóg ponad maskotką. (Powtarzamy 5-6 razy)

8. Zabawa: „Gąsienica ”- dz. leżenie przodem( na brzuchu). Ruch – pełzanie po dywanie bez pomocy nóg. ( 30 sekund)

9. Zabawa: „Zdjęte ubranko ”- dz. leży dowolnie na dywanie, jak „zdjęte ubranko”, na słowa rodzica „ kłoda drzewa” przyjmuje pozycję leżenia tyłem, ręce wzdłuż ciała, brzuch wciągnięty, nogi złączone, wzrok skierowany w sufit. (Powtarzamy 5-6 razy)

10. Zabawa: „ ZBITKI!”. Dz. ustawia kilka maskotek na dywanie w różnych odległościach. Ustawia się w wyznaczonym punkcie przez rodzica. Celuje w zabawki papierowymi kulkami z gazety. Liczy punkty.

11. Zabawa: „Przejdź przez mostek ”- chodzenie po pokoju krokiem mierniczym ( stopa za stopą) po wyznaczonej linii. Nie można spaść z linii( sznurka) bo pod spodem płynie rzeczka.

12. Zabawa oddechowa: „ Wrona bez ogona”. Dz. siedzi skrzyżnię na przeciwko rodzica. Nabiera powietrza nosem i na jednym wydechu wypowiada słowa: „ Jedna wrona bez ogona, druga wrona bez ogona, trzecia wrona bez ogona...”.

13. Zakończenie. Rodzic omawia z dzieckiem zabawy: Co było najtrudniejsze do wykonania? Co ci się podobało? Podają sobie dłonie. Wymyślają własny okrzyk na zakończenie.

Miłej zabawy

Na koniec tygodnia posłuchajcie wiersza pt. „Szkoła mądrości”.

<https://www.youtube.com/watch?v=FNP3vmE4lw>

Życzymy miłego odpoczynku w sobotę i niedzielę.