

Drodzy Rodzice. Drogie „Rybki”. W tym tygodniu tematem przewodnim będzie: „WAKACJE TUŻ, TUŻ...”

Propozycja zabaw i aktywności 17.06.2020

1. Drodzy Rodzice, Drogie Rybki zapraszam Was do wysłuchania piosenki pt. „Lato na dywanie” .

Proponuję nauczyć się piosenki na pamięć. Zachęcam do wyklaskiwania rytmu piosenki według pomysłu dziecka: klaskanie w dłonie, tupanie nogami, uderzanie w kubeczek, pokrywkę itp.

Proszę wejść w link: <https://www.youtube.com/watch?v=JY2LxTIkWyQ>

*Wysłało po nas lato swój dywan latający.
Buchnęło ciepłym wiatrem, ogrzało buzię słońcem.
Drzewami zaszumiało, ptakami zaśpiewało
I nasze ukochane wakacje zawołało.*

**Ref: Lato, lato, lato, lato baw się z nami.
Lato, lato, lato, bądźmy kolegami.
Lato, lato, lato, lato z przygodami.
Obiecaj, że zawsze zostaniesz już z nami.**

*Będziemy w morzu pływać i w piłkę grać na plaży.
Piosenki razem śpiewać i razem w nocy marzyć.
I co dzień na dywanie będziemy razem latać.
Do wszystkich najpiękniejszych zakątków tego świata.*

**Ref: Lato, lato, lato, lato baw się z nami...
Lato, lato, lato, bądźmy kolegami.
Lato, lato, lato, lato z przygodami.
Obiecaj, że zawsze zostaniesz już z nami. x2**

2. Po wysłuchaniu piosenki warto chwilę porozmawiać z dziećmi na temat jej treści i zadać dzieciom kilka pytań:

- O czym jest piosenka?
- Co lubisz robić latem?

3. Zapraszam do rozgrzewki pt. „Taniec połamaniec”.

Proszę wejść w link: <https://www.youtube.com/watch?v=RrsdZz3wkCo>

4. Proponuję zestaw ćwiczeń kształtujących ogólną sprawność fizyczną.

• **”Jak rusza się...”?**

Niech dziecko pokazuje (Rodzic też –będzie zabawnie!), jak poruszają się różne zwierzęta: kot, słoń, niedźwiedź, sikorka, pies, bocian, wąż itp.

• **”Sznurek parzy, sznurek to ścieżka”**

Rodzicu połóż na podłodze sznurek. Wymyślaj różne sposoby poruszania się z jego wykorzystaniem:

- chodzenie po sznurku przodem, tyłem, bokiem,
- przeskakiwanie przez sznurek przodem i tyłem,
- przeskakiwanie nad sznurkiem bokiem obunóż lub z nogi na nogę.

• **”Przeprawa przez rzekę”**

Mamusiu ustaw na podłodze przedmioty, po których można chodzić: złożony koc, poduszki, stołeczek, fragmenty piankowej maty itp. Przedmioty powinny tworzyć ścieżkę. Zadanie: przejdźcie po kamieniach (przedmiotach) wystających z wody (podłoga) bez „zamoczenia” nóg.

• **”Slalom na różne sposoby”**

Proszę ustawić slalom, układając na podłodze w linii prostej np. papierowe lub plastikowe kubeczki albo butelki (mogą to być też zgniecione zapisane kartki papieru). Poproś dziecko, aby pokonywało slalomem przeszkody w różny sposób: na czworaka, na czworaka tyłem, na jednej nodze, tyłem na stojąco, idąc w kucki, skacząc jak zając itd.

• **”Do celu”**

Rodzic ustawia na środku dużą piłkę. Metr od niej zaznacza linię, na której stoi dziecko. Dziecko otrzymuje woreczek gimnastyczny (inny lekki, mały przedmiot), którym stara się trafić w piłkę. Po dwóch kolejkach Rodzic zwiększa odległość, z której dziecko rzuca woreczkiem.

• **”Szczer”**

Dziecko stoi naprzeciwko Rodzica. Rodzic kręci skakanką dookoła własnej osi, tuż nad ziemią. Dziecko przeskakuje przez skakankę i stara się jej nie dotknąć.

5. Kochani zapraszam Was na masaż relaksacyjny pt. „Rybki”. Rodzic/ opiekun wykonuje masaż relaksacyjny dziecku, następnie role się zamieniają.

Raz rybki w morzu brały ślub(rysujemy na plecach dziecka faliste linie)

i tak chlupały: chlup, chlup, chlup.(lekko stukamy w nie rozluźnionymi dłońmi)

A wtem wieloryb wielki wpadł(masujemy całe plecy)

i całe towarzystwo zjadł.(mając rozpostarte dłonie ściągamy palce do środka)

Propozycja zadań do wykonania:

Kart pracy -Nowa Trampolina Część 4 str. 55