

Poniedziałek - 01.06. 2020

Witamy Was ciepłutko w dniu waszego święta.

Z okazji Dnia Dziecka życzymy dużo zdrowia, samej radości i najwspanialszej zabawy każdego dnia. Z życzeniami przesyłam piosenkę Majki Jeżowskiej.

<https://www.youtube.com/watch?v=HnssMcCpO70>

Dzisiaj porozmawiamy o dziecięcych marzeniach . Posłuchajcie wiersza i powiedzcie – „ Jakie marzenia miał Dyzio?”

Julian Tuwim: Dyzio Marzyciel

Położył się Dyzio na łące,
Przygląda się niebu błękitnemu
I marzy:
"Jaka szkoda, że te obłoczki płynące
Nie są z waniliowego kremu...
A te różowe -
Że to nie lody malinowe...
A te złociste, pierzaste -
Że to nie stopy ciastek...
I szkoda, że całe niebo
Nie jest z tortu czekoladowego...
Jaki piękny byłby wtedy świat!
Leżałbym sobie, jak leżę,
Na tej murawie świeżej,
Wyciągnąłbym tylko rękę
I jadł... i jadł... i jadł..."

R. - „ Jakie marzenia miał Dyzio?”

A teraz wykonajcie zadanie ze str. 34-35 w książce Nowa trampolina 4.
W co bawią się dzieci? Uzupełnij naklejkami. Wskaż różnice.

Przygotujcie wspólnie z rodzicem: farby plakatowe, wodę, pędzle i kartki. Porozmawiajcie z rodzicami o waszych marzeniach. Spróbujcie namalować je na kartce. Jeśli nie macie farb możecie je narysować.

Zapraszam Was dzieciaki z okazji „ Dnia Dziecka” do obejrzenia teatrzyku cieni w wykonaniu dziewczynki.

Spróbujcie zabawić się cieniami wieczorem z rodzicami. Sylwety mogą być wykonane z papieru , ułożonych odpowiednio dłoni, a czasem mogą też być zabawki.

Potrzebna będzie też latarka. Twórcie własne teksty lub korzystajcie z wierszyków lub

opowiadań. Bajka – teatrzyk cieni „Calineczka”

<https://www.youtube.com/watch?v=HEuK3xj1uxk>

WTOREK 02.06.20

Dzień dobry dzieciaki. Dzisiaj posłuchajcie piosenki i powiedzcie, o czym ona opowiada.

Piosenka o prawach dziecka:

<https://www.youtube.com/watch?v=Mudintn3BM4>

Wykonajcie zadanie ze strony 38 i 39. Nowa trampolina 4.

Gdzie mogą mieszkać te dzieci, które są przedstawione na obrazkach. Czym się różnią. Jak są ubrane. Zaznacz podobieństwa i różnice.

R. Posłuchajcie wiersza i zastanówcie się, jakie prawa mają dzieci na całym świecie.

Marcin Brykczyński - O prawach dziecka

Niech się wreszcie każdy dowie

I rozpowie w świecie całym,

Że dziecko to także człowiek,

Tyle, że jeszcze mały.

Dlatego ludzie uczeni,

Którym za to należą się brawa,

Chcąc wielu dzieci los odmienić,

Stworzyli dla Was mądre prawa.

Więc je na co dzień i od święta

Spróbujcie dobrze zapamiętać:

Nikt mnie siłą nie ma prawa zmuszać do niczego,

A szczególnie do zrobienia czegoś niedobrego.

Mogę uczyć się wszystkiego, co mnie zaciekawi

I mam prawo sam wybierać, z kim się będę bawić.

Nikt nie może mnie poniżyć, krzywdzić, bić, wyzywać,

I każdego mogę zawsze na ratunek wzywać.

Jeśli mama albo tata już nie mieszka z nami,

Nikt nie może mi zabronić spotkać ich czasami.

Nikt nie może moich listów czytać bez pytania,

Mam też prawo do tajemnic i własnego zdania.

Mogę żądać, żeby każdy uznał moje prawa,
A gdy różnię się od innych, to jest moja sprawa.

Tak się tu w wiersze poukładały
Prawa dla dzieci na całym świecie,
Byście w potrzebie z nich korzystały
Najlepiej, jak umiecie.

R. - Jakie prawa mają dzieci na całym świecie?

ŚRODA 03.06.20

Dzień dobry „ Sówki” Dzisiaj zapraszam was do zabaw słownych.

„Gazeciaki” to małe stworki, które mieszkają w gazetach i pomogą wam zabawić się literką - G.

Wymyślcie, jak może wyglądać „Gazeciak” i narysujcie go na literce G w książeczce na str.36.
Obok na drugiej stronie są obrazki, które zaczynają się na sylaby – GO, GA, GU. Pokoloruj je, nie wychodząc za linie. Poszukaj w domu gazety i spróbuj odnaleźć w tekście literki G. Oznacz je kolorową kredką. A teraz posłuchaj zagadki i powiedz, co jest jej rozwiązaniem?

„ Wielka płachta papieru i miliony literek w ciasne słupki upchniętych, zmniejszonych i ściętych.
Trzeba to jeszcze umieć przeczytać i zrozumieć. Są tytuły i fotki, informacje i plotki. I nic w tym ciekawego, chyba że dla dorosłego. (GAZETA) Podziel na sylaby słowo gazeta. Policz sylaby. Jaką głoskę słyszysz na początku słowa gazeta? A jaką na końcu? Wymień wszystkie głoski. Napiszcie z mamą wyraz GAZETA.

Poproście rodzica o przygotowanie potrzebnych pomocy do ćwiczeń. Przebierz się w wygodny strój sportowy. Miłej zabawy.

Uwagi:

- Miejsce zabaw: podłoga lub dywan, pomieszczenie przewietrzone.
- Dziecko musi być zdrowe.
- Ćwiczyć należy w pogodnym nastroju.
- Nie należy wykonywać ćwiczeń po posiłku.
- Rodzice zapewniają bezpieczeństwo.

Pomoce: gumowa piłka lub skarpetki zwinięte w kulkę, kartonowe pudełko lub pojemnik, 5-6 niewielkich maskotek , krzesółko.

- ✓ Podajcie sobie ręce –dziecko i rodzic.
- ✓ Zabawa ożywiająca. Dziecko maszeruje i powoli biega po pokoju, na słowo rodzica dotyka przedmiotu, np. czerwony miś, białe drzwi, brązowe krzesło...
- ✓ Zabawa: „ Zgaś świeczki”. Dz. siedzi skrzyżnie, ręce ułożone w pozycji skrzydełek. Dłonie złożone tak, aby był wyprostowany tylko palec wskazujący. Łopatki ściągnięte, plecy wyprostowane. Dz. wykonuje skręty głowy na „ NIE” gasząc świeczki- palce wskazujące. Wdech jest wykonany wtedy gdy dz. patrzy w przód, a wydech, gdy wykonuje skręt w bok.
- ✓ Zabawa : „Sufit – podłoga”. Dz. stoi w rozkroku, na sygnał - sufit wykonuje wyprost z rękoma w górę, a na sygnał podłoga wykonuje skłon tułowia w przód.
- ✓ Zabawa: „ Pochód pajacyka”. Dz. wykonuje skok rozkroczo-zwarty(pajacyki) w miejscu, a na sygnał- np. klaśnicie w dłonie, porusza się w przód, wykonując skok rozkroczo zwarty.
- ✓ Zabawa: „ Wrzuc piłkę do pudła”. Dz. wykonuje leżenie tyłem(na plecach), między stopy wkłada piłkę. Na polecenie rodzica – start, przekłada nogi za głowę starając się wrzucić piłkę do pudła. Powtarzamy 5-6 razy. Liczymy punkty.(Możemy wrzucać maskotki).
- ✓ Zabawa : „Przenieś piłkę za głowę”. Dz. wykonuje leżenie tyłem. Nogi ugięte, stopy oparte na podłodze. Na brzuchu leży piłka trzymana oburącz. Dz. wykonuje wdech nosem z przeniesieniem piłki za głowę, a następnie wydech ustami z położeniem piłki na brzuch. Barki powinny przylegać do podłogi. Powtarzamy 5-6 razy.
- ✓ Zabawa: „Potocz piłkę głową” Dz. wykonuje podpór przodem z biodrami uniesionymi wysoko i próbuje toczyć piłkę głową np. między maskotkami ułożonymi w rzędzie (slalomem).
- ✓ Zabawa: „ Kolory”. Dz. z rodzicem podają sobie piłkę i wymieniają nazwy kolorów. Kto złapie na słowo czarny przegrywa. Wykonuje wtedy jeden przysiad – plecy wyprostowane, ręce wyciągnięte w przód, stopy złączone przylegają do podłoża(nie odrywać pięt od podłogi).
- ✓ Zabawa: „ Chód na pośladekach”. Dz. siad płaski, nogi wyprostowane i złączone, ręce wyciągnięte w przód. Dz. posuwa się do wyznaczonego przez rodzica miejsca przesuwając pośladek w przód naprzemiennie.
- ✓ Zabawa: „ Włóż maskotkę”. Dz. siedzi na krzeselku. Przed nim ułożone maskotki i pudło. Dz. podnosi maskotki palcami stóp i wrzuca je do kartonu. Liczy zabawki.
- ✓ Zabawa: „ Wyciąganie głowy” Dz. siad skrzyżny ręce w pozycji skrzydełek, łopatki ściągnięte. R. kładzie dłoń na głowie dziecka, dziecko wypycha czubek głowy w górę. Po uzyskaniu maksymalnej elongacji rodzic oporuje, naciskając lekko na głowę dziecka. Powtórzyć 4 -5 razy
- ✓ Zabawa: „ Wdech-wydech”. Dz. leżenie tyłem. Nogi ugięte w stawach kolanowych i biodrowych, stopy oparte na podłodze. Ręce w pozycji skrzydełek. Wdech nosem z uwypukleniem brzucha, wydech ustami – brzuch opada.

Na zakończenie przyjmij postawę skorygowaną -

„ TEST ŚCIENNY”:

- stanie tyłem do ściany
- plecy przylegają do ściany
- ręce wzdłuż tułowia
- brzuch wciągnięty
- pięty dotykają ściany
- barki cofnięte i opuszczone ustawione na tej samej wysokości

- łopatki ściągnięte
- klatka piersiowa lekko uwypuklona
- głowa wyciągnięta w górę
- wzrok skierowany przed siebie

Dz. wytrzymać w tej postawie 5 sekund.

Po zabawie sprzątnij pomoce i podziękuj rodzicowi za wspólną zabawę.

CZWARTEK 04.06.20

Dzisiaj jest czwarty dzień tygodnia, czyli czwartek. Wymień wszystkie dni tygodnia. Czy pamiętasz?

Miesiąc – czerwiec. Czerwiec jest szóstym miesiącem. Wymień z rodzicem wszystkie nazwy miesięcy, a jest ich 12. Czy Ci się udało? Zapraszam Was do zabawy podczas, której nauczysz się zadawać sensowne pytania i będziesz udzielać na nie poprawne odpowiedzi.

Postaw na stole 10 różnych przedmiotów: np. zabawka, klocek, wazonik, figury geometryczne wycięte z papieru, długopis, kredka, itp.

Rodzic – Nauczę Was sposobu odgadywania myśli. Można to robić tak: - Na stole leżą różne przedmioty. Zamknę oczy, a ty schowasz jeden przedmiot.

Będę zgadywać o jaki przedmiot chodzi , ale w inny sposób.

- Czy ten przedmiot służy do pisania? Czy był gruby? Czy był wykonany z plastiku? Czy ma wkład?

Dziecko odpowiada- długopis. Można zamieniać się rolami.

Dzisiaj nauczymy się również wesołej piosenki „Stokrotka” . Posłuchajcie jej uważnie i wyklaszczcie jej rytm. Nauczcie się jej słów na pamięć. Możecie nagrać swój śpiew i wysłać nam do posłuchania. Tę piosenkę na pewno znają wasi rodzice i dziadkowie. Można ją śpiewać przy ognisku lub na wycieczce.

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

1. Gdzie strumyk płynie z wolna,
Rozsiewa zioła maj,
Stokrotka rosła polna,
A nad nią szumiał gaj,
Stokrotka rosła polna,
A nad nią szumiał gaj,
Zielony gaj.
2. W tym gaju tak ponuro,
Że aż przeraża mnie,
Ptaszka za wysoko,
A mnie samotnej źle,
Ptaszka 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.

Jak będziecie gotowi to nagrajcie swój śpiew i prześlijcie nam. Możecie zaśpiewać wspólnie z rodzicami i rodzeństwem.

PIĄTEK 05.06.20

Dzień dobry „SÓWKI”

W tym tygodniu rozmawiamy o dzieciach z całego świata. Każde dziecko ma swoje prawa, ale ma też obowiązki. Posłuchajcie piosenki i powiedzcie, o czym ona opowiada.

https://www.youtube.com/watch?v=7K3_mSb1zRQ

Dzisiaj proponujemy wam wielkie rysowanie. Przygotujcie sobie mazak i zapiszcie z rodzicem swoje obowiązki w domu. Narysujcie więc swoje obowiązki jakie będziecie wykonywać.

Zachęcam Was również do zadbania o własne zdrowie poprzez uprawianie sportu – uczestniczenie w zabawach ruchowych.

Uwagi:

- Miejsce zabaw: podłoga lub dywan, pomieszczenie przewietrzone.
- Dziecko musi być zdrowe.
- Ćwiczyć należy w pogodnym nastroju.

- Nie należy wykonywać ćwiczeń po posiłku.
- Rodzice zapewniają dziecku bezpieczeństwo.

Pomocze: 2 małe poduszki, plastikowe butelki z wodą, 3 pary skarpetek, piłka, książeczka.

Propozycje zabaw ruchowych z możliwością przeprowadzenia w warunkach domowych.

- ✓ Powitajcie się w radosnej atmosferze. Rodzic wypowiada słowa, a dziecko uzupełnia zdanie: Szybki jak....., silny jak....., zwinny jak....., skoczny jak....
- ✓ Zabawa ożywiająca: „**Zwierzęta**”. Dziecko maszeruje wysoko unosząc kolana w rytmie marszu, na słowo rodzica: kot naśladuje ruchy kota. (rodzic wymienia nazwy zwierząt: niedźwiedź, zając, wąż, kangur, żaba. Dziecko naśladuje ruchy wymienianych zwierząt).
- ✓ Zabawa: „**10 paluszków**”. Dz. siedzi skrzyżnie, plecy wyprostowane, dłonie z rozłożonymi palcami trzyma przed twarzą. Nabiera powietrze nosem, a wydycha ustami. Dmucha w każdy palec. Rodzic liczy – 10 x.
- ✓ Zabawa „**Zrób to co ja**” . Rodzic ustawia się przed dzieckiem w lekkim rozkroku wykonując ćwiczenia, a dziecko powtarza (4- 5 razy):
 - powolne skłony głową w przód i w tył, skręty głową w lewą i prawą stronę,(4-6 razy)
 - skłon tułowia do prawej nogi i wyprost z rękoma w górę, skłon tułowia do lewej nogi i wyprost z rękoma w górę,
 - krążenia ramion w przód i w tył,
 - przysiady,
 - skok rozkroczno – zwarty (pajacyk),
 - bieg w miejscu z wysokim unoszeniem kolan, bieg z uderzaniem piętami o pośladki.
 - w leżeniu na plecach „ jazda rowerem”. Dz. naśladuje nogami jazdę rowerem.
- ✓ Zabawa: „**Uderz w poduszkę**”. Dz. układa 2 poduszki w odległości 3- 4 metrów. Na sygnał rodzica biega od poduszki do poduszki, uderzając je dłonią. Rodzic liczy, ile razy udało się dziecku uderzyć w poduszki w ciągu 15 sekund. Jeżeli jest łapka na muchy, to można ją wykorzystać.
- ✓ Zabawa: „**Skarpetkowy dywan**”. Dz. Przeskakuje przez skarpetki obunóż w przód, na lewej i prawej nodze. Na sygnał R. zbiera wszystkie skarpetki i układa w pary.
- ✓ Zabawa: „**Słalom z poduszczką**”. Dz. w podporze tyłem („jak raczek”)pokonuje ułożony z butelek slalom. Na brzuchu leży poduszczonek. Dziecko stara się , aby poduszczonek nie spadła na podłogę i nie przewrócić butelki.
- ✓ Zabawa : „**Koty na płoty**”. Dz. naśladują koty(Rodzic podpowiada dzieciom, co mogą wykonywać np. chodzą na czworakach, rozciągają się robiąc „koci grzbiet”, poszukują myszy, miauczą cicho i głośno, wylegają się na słońcu..) na sygnał R. „Koty na płoty” wbiegają na kanapę.
- ✓ Zabawa: „**Traf w poduszkę**” Dz. układa poduszki w różnej odległości od siebie 2-3 metry. Stojąc na wyznaczonym miejscu trafia do celu (poduszek) skarpetkami zwiniętymi w kulki. Wspólnie z rodzicem określa, ile punktów przysługuje za trafienie w poduszki. Po zabawie liczymy punkty. (Ucz się określać zasady gier i zabaw. Przestrzegaj ustalonych wspólnie zasad. To ważne! Możesz rywalizować z rodzicem)

- ✓ Zabawa: „ **Gra w kolory**”. Dz. z rodzicem podają sobie piłkę i wymieniają nazwy kolorów. Kto złapie piłkę na słowo „czarny” przegrywa. Wykonuje wtedy postawę skorygowaną i stoi w tej pozycji 5 sekund.
- ✓ Zabawa: „ **Rybki**”. Dziecko porusza się po pokoju naśladowując rękoma pływanie „ żabką”. Na słowo rodzica – rybki, kładzie się na podłogę przodem (na brzuchu) z dłońmi pod brodą. Wzrok skierowany w podłogę. Wykonuje ruchy nogami naprzemiennie pionowo. Nogi wyprostowane w stawach kolanowych nie dotykają podłogi.
- ✓ Zabawa: „ **Wkręcamy żarówki**”. Marsz po pokoju we wspięciu na palcach z rękoma w górę i naśladowaniem dłońmi „ Wkręcanie żarówek”, a następnie chód na piętach z rękoma opuszczonymi w dół.
- ✓ Zabawa: „ **Z książką na głowie**” Dz. siedzi skrzyżnie, ręce w pozycji skrzydełek, łopatki ściągnięte. R. kładzie książeczkę na głowie dziecka, dziecko wypycha książkę w górę. Po uzyskaniu maksymalnej elongacji rozluźnia plecy. Ćwiczenie powtarzamy 4 -5 razy.
- ✓ Zabawa: „ **Wdech-wydech**”. Dz. leżenie tyłem. Nogi ugięte w stawach kolanowych i biodrowych, stopy oparte na podłodze. Ręce w pozycji skrzydełek. Wdech nosem z uwypukleniem klatki piersiowej, wydech ustami – klatka piersiowa opada(oddychanie torem piersiowym).
Na zakończenie przyjmij postawę skorygowaną -
„ **TEST ŚCIENNY**”:
- stanie tyłem do ściany
- plecy przylegają do ściany
- ręce wzdłuż tułowia
- brzuch wciągnięty
- pięty dotykają ściany
- barki cofnięte i opuszczone ustawione na tej samej wysokości
- łopatki ściągnięte
- klatka piersiowa lekko uwypuklona
- głowa wyciągnięta w górę
- wzrok skierowany przed siebie

Wytrzymać w tej postawie 5 sekund. Rodzic sprawdza ustawienie ciała.

Miłej zabawy

Na koniec tygodnia obejrzyjcie sobie bajkę o chłopcu z Chin: „ Magiczny pędzel”.