

BIEDRONKI

29.04.2020r. (ŚRODA)

Temat kompleksowy: Polska, mój dom

I część dnia:

Dzisiaj zachęcamy do aktywności ruchowej.

Chodzenie pod dyktando

Dziecko porusz się wg poleceń rodzica, np.:

Trzy kroki do przodu... Kucnij... I jeszcze dwa kroki w przód... Stań prosto... Trzy kroki w bok... Stań na jednej nodze... Wytrzymaj... Stań na obu nogach... Tupnij prawą nogą... Cztery kroki w tył... Ukłoń się... Obróć się...itp.

Odbijanie balonika

Można to robić ręką, nogą, głową, kręglem, tekturową rurką po ręczniku papierowym, słowem: czym się da. Taka zabawa świetnie wpływa na koordynację wzrokowo-ruchową!

Instruktor fitness

Przedszkolaki uwielbiają wydawać polecenia dorosłym, dlatego pozwólmy dzieciom poprowadzić domowy trening. Róbcie razem przysiady, nożyce i inne tego typu ćwiczenia. Nie bądźcie poważni, bo po co? Bawiąc się w chodzącą po suficie muchę (leżycie na plecach i machacie uniesionymi rękami i nogami) ćwiczyćcie mięśnie nie gorzej niż przy tradycyjnym rowerku.

Tor przeszkód

Potrzebne będą krzesła, stołki, poduszki, jaśki, zrolowane koce – słowem wszystko, z czego da się budować tunele, kryjówki, pagórki itd. Dziecko może przeciskać się między nogami krzesła, przeskakiwać z "wyspy na wyspę", tak, by nie zamoczyć nóg w oceanie (może być nim dywan), wymijać najróżniejsze przeszkody itd.

Zabawa dydaktyczna rozwijająca logiczne myślenie - „Prawda czy fałsz”

Rodzic mówi zdanie, jeśli dziecko stwierdza **fałsz** - **stuka palcami w podłogę**, jeśli stwierdza **prawdę** - **klaszcze w ręce**; np.:

- Mieszkamy w Polsce ,
- Stolicą Polski jest Warszawa,
- Flaga Polski ma kolor biało- niebieski,
- Godło Polski, to Orzeł Biały.

III część dnia:

Zabawy z muzyką w domu

<https://www.youtube.com/watch?v=4tZK3mNaOJE>

Opracowały:

1. Beata Molenda
2. Małgorzata Wiatrak