

CZWARTEK 30. 04. 2020 r.

1. „Zabawy i ćwiczenia poranne”.

Dziecko gniecie gazetę lub kartkę, robi z niej papierową kulę.

Przekładanie papierowej kuli z ręki do ręki z przodu i z tyłu za plecami, papierowa kula krąży wokół bioder,

Ćwiczenie jak wyżej tylko wokół szyi,

Ćwiczenie jak wyżej tylko wokół kolan,

Postawa rozkroczna, skłon tułowia w przód, przekładamy papierową kulę na wysokości kostek zataczając ósemki wokół kostek,

Leżenie przodem ramiona wyciągnięte przed siebie w dłoniach papierowa kula.

Ruch: wznos ramion w górę chwilę wytrzymać, następnie opust ramion w dół powtarzamy 6 razy (wzmacnianie mięśni grzbietu).

Leżenie tyłem, ramiona w górze.

Ruch: skłon tułowia w przód z jednoczesnym przełożeniem papierowej kuli między kostki, przejście do leżenia tyłem z ramionami w górze, następnie wznos nóg w górę i przełożenie za głowę z jednoczesnym przekazaniem papierowej kuli z nóg do rąk, potem opust nóg do pozycji wyjściowej, powtarzamy 6 razy

2. „Katowice – moje miasto” - zapoznanie dzieci z obiektami i miejscami charakterystycznymi dla miasta Katowice.

Dziecko ogląda krótki film „Witamy w Katowicach”.

Link do filmu: <https://www.youtube.com/watch?v=HOGFGcfZsH0>

Podczas oglądania filmu próbuje nazwać charakterystyczne obiekty i miejsca, które znajdują się w Katowicach. Jeżeli czegoś nie zna, rodzic nazywa 😊

Prosimy zwrócić szczególną uwagę na:

- 1) Halę Widowiskowo - Sportową „Spodek”
- 2) NOSPR – Narodową Orkiestrę Symfoniczną Polskiego Radia
- 3) Międzynarodowe Centrum Kongresowe
- 4) Muzeum Śląskie
- 5) Pomnik Powstańców Śląskich
- 6) Rynek w Katowicach

Rodzic pokazuje dziecku na mapie Polski (**została zamieszczona niżej**), gdzie leżą Katowice.

Następnie rodzic pokazuje dziecku i omawia z nim wygląd herbu Katowic (**ilustracja herbu została zamieszczona niżej**).

Symbolika herbu Katowic:

Herb Miasta Katowice składa się: ze złotego tła, z czarnego urządzenia kuźniczego umocowanego na drewnianym stelażu symbolizowanym przez brązową belkę drewnianą, pod nią zlokalizowane jest błękitnej barwy pole symbolizujące wodę napędzającą urządzenie kuźnicze. Młot mechaniczny składa się: z kowadła, młota kuźniczego napędzanego kołem zębatym, współosiowo połączonym wałem z kołem wodnym (kołem podsiębiernym). Herb ten wywodzi się od dawnego godła wójtowskiego i po pewnych zmianach został zatwierdzony przez MSW w 1937. W 2004 herb przeszedł drobne poprawki: nastąpiła zmiana koloru belki z czerwonego na brązowy.

Zabawa dydaktyczna „Podnieś właściwą ilustrację” – dziecko siedzi w siadzie skrzyżnym na dywanie. Przed nim rozłożone są ilustracje (**zostały zamieszczone niżej, należy je wyciąć** 😊) charakterystycznych obiektów i miejsc znajdujących się w Katowicach. Rodzic podaje po kolei nazwę np. „Muzeum Śląskie” – zadaniem dziecka jest podniesienie do góry właściwej ilustracji.

3. **„Moje ulubione miejsce w Katowicach to...”** – wykonywanie pracy plastycznej. Rodzic mówi, zastanów się teraz nad miejscem, które najbardziej podoba Ci się w Katowicach. Może to być jakiś obiekt lub miejsce z ilustracji albo zupełnie coś innego np. park lub inny teren zielony (np. park: Śląski, Kościuszki, Bogucicki, Dolina Trzech Stawów) 😊 Naszkicuj swój obrazek ołówkiem, pokoloruj go kredkami ołówkowymi, a na końcu podpisz na dole, co przedstawia 😊
4. **Zabawy dowolne.**
Pobaw się swoją ulubioną zabawką, dzisiaj ostatni dzień kształcenia na odległość w tym tygodniu 😊

Życzymy miłej i słonecznej majówki.
Pozdrawiamy: Pani Ewa i Pani Marta 😊

Źródła obrazków:

- mapa Polski: <http://agnieszka-filipowska.blogspot.com>
- herb Katowic: <https://pl.wikipedia.org/>
- Muzeum Śląskie: <https://katowice.wyborcza.pl/>
- NOSPR: <http://www.portal.katowice.pl>
- Hala Widowiskowo - Sportowa „Spodek”: <https://smartage.pl/>
- Pomnik Powstańców Śląskich: <https://pamietajskadjestes.pl/> Międzynarodowe Centrum
- Międzynarodowe Centrum Kongresowe: <https://www.gorazdze.pl>
- Rynek w Katowicach: <https://katowice.naszemiasto.pl/>

Mapa Polski



Herb Katowic

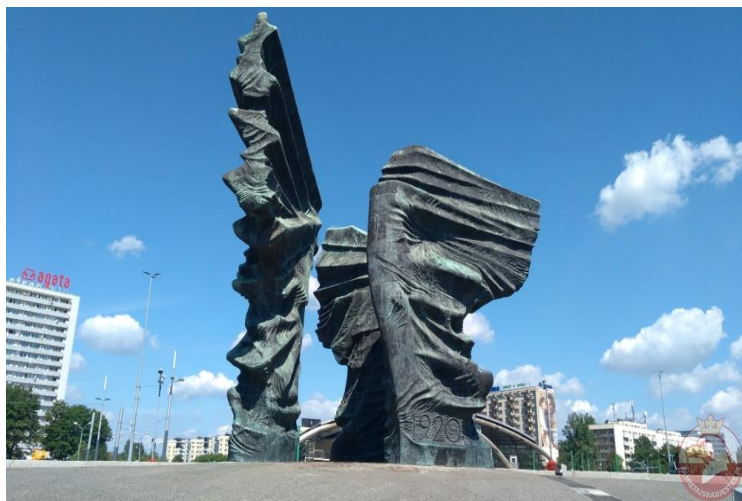


Ilustracje miejsc i obiektów znajdujących się w Katowicach

Spodek



Pomnik Powstańców Śląskich



NOSPR



Rynek w Katowicach



Międzynarodowe Centrum Kongresowe



Muzeum Śląskie

