

Piątek 29. 05. 2020 r.

1. Ćwiczenia i zabawy ruchowe

- „Spacer z mamą / z tatą”- opowieść ruchowa

Jest piękna pogoda, idziemy całą rodziną do parku. (**maszerujemy w miejscu**)

Na ścieżce błyszczą kałuża, po wiosennym deszczu, (**przeskakujemy z nogi na nogę**)

przy alei stoi parkowa ławeczka. (**wykonujemy przysiad**),

Idąc dalej, spotykamy skaczącą po drzewach wiewiórkę. (**podskakujemy tak jak**

wiewiórka)

Przysiadamy na kolejnej ławce (**wykonujemy przysiad**)

i nie możemy się zdecydować, czy odpocząć, czy iść dalej. (**wykonujemy kolejne przysiady**)

Idziemy jednak dalej. (**maszerujemy w miejscu**)

Wśród gałęzi drzew śpiewa ptak. (**rozglądamy się z dłonią przy czole**)

Wracamy do domu i odpoczywamy. (**siadamy lub kładziemy się na podłodze**)

- „Na huśtawce” – ćwiczenia gimnastyczne.
 - Dziecko i rodzic siedzą w siadzie skulnym na dywanie.
 - Wyciągają ręce przed siebie, prostują łokcie i chwytają się za dłonie.
 - Na hasło „na huśtawce”: naprzemienne przyciąganie się.
- „Rysujemy koła małe i duże” – ćwiczenie ramion.
 - Dziecko stoi w lekkim rozkroku.
 - Na hasło „małe kółka” wykonuje ruchy okrężne dłońmi.
 - Na hasło „duże koła” wykonuje krążenia ramion.
- „Wesoła rodzinka”
 - Dziecko słucha z rodzicami/ rodzeństwem swojej ulubionej piosenki.
 - Następnie siada w kręgu, uśmiecha się do rodziców/ rodzeństwa i wszyscy kołyszą się w rytm odtwarzanego utworu.

2. Słuchanie wierszy czytanych przez rodzica pt. „Z rodzicami” i „Rodzinny spacer”.

Rozmowa z dzieckiem na temat wysłuchanych utworów oraz ilustracji (**załącznik nr 1**)

„Z rodzicami”

Moja mama jest kochana
i mój tata też.
Dam całusy im od rana,
Namaluję bez.
Potem razem się bawimy
i po parku pochodzimy.
Z parasolem, kiedy pada,
z piłką czasem też.
W piaskownicy i na trawce
z rodzicami siadam
i puszczam latawce.

„Rodzinny spacer” - B. Forma

Mama, tata,
ja i brat
na spacer idziemy.

Nawet kiedy
pada deszcz
wszyscy się śmiejemy.

Ze mną razem
bawią się
tata, brat i mama.

Taka moja
właśnie jest
rodzina kochana.

- Wypowiedzi dzieci na temat form spędzania wolnego czasu na podstawie ilustracji i doświadczeń własnych. (**załącznik nr 1**)
- W jaki sposób można spędzać czas wolny z rodzicami?

3. „Moje zabawy z mamą i tatą” – rysowanie dowolnie wybranym narzędziem plastycznym (dowolne kredki, ołówek, flamastry).

- Pokoloruj obrazek wg własnego pomysłu (**karta pracy nr 1**)

4. Zaprosz rodziców na spacer do parku lub wycieczkę rowerem.

Wszystkim przedszkolakom i Rodzicom

życzymy dużo zdrowia

i słonecznego weekendu 😊

Pani Ewa i Pani Marta

Źródła obrazków:

- załącznik nr 1: obrazek 1: <https://pl.freepik.com/>,
obrazek 2: <https://pl.dreamstime.com/>,
obrazek 3 i 4: <https://pl.freepik.com/>
obrazek 5: <https://www.dreamstime.com/>,
obrazek 6: <https://www.shutterstock.com/pl/>,
obrazek 7: <https://www.shutterstock.com/pl/>,
- **karta pracy nr 1:** <https://pl.pinterest.com/>

Załącznik nr 1





Download from
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for previewing purposes only.

ID 31786645

© Artisticco Llc | Dreamstime.com









www.shutterstock.com · 641520415

Karta pracy nr 1

