

ŚRODA- 01.04.

I. Rozmowa kierowana na podstawie wiersza „Przetwory z mleka”

B. Formy .

„Na zakupy wyruszamy,
dużą torbę zabieramy.
Trzeba kupić serek biały
i ser żółty w dziury cały.

Smaczny jogurt waniliowy,
naturalny, truskawkowy.
I koniecznie też maślankę,
ser topiony i śmietankę.

Różne są przetwory z mleka,
zatem niechaj nikt nie zwleka.
Dnia każdego - to zasada
coś z nabiału niechaj zjada.”

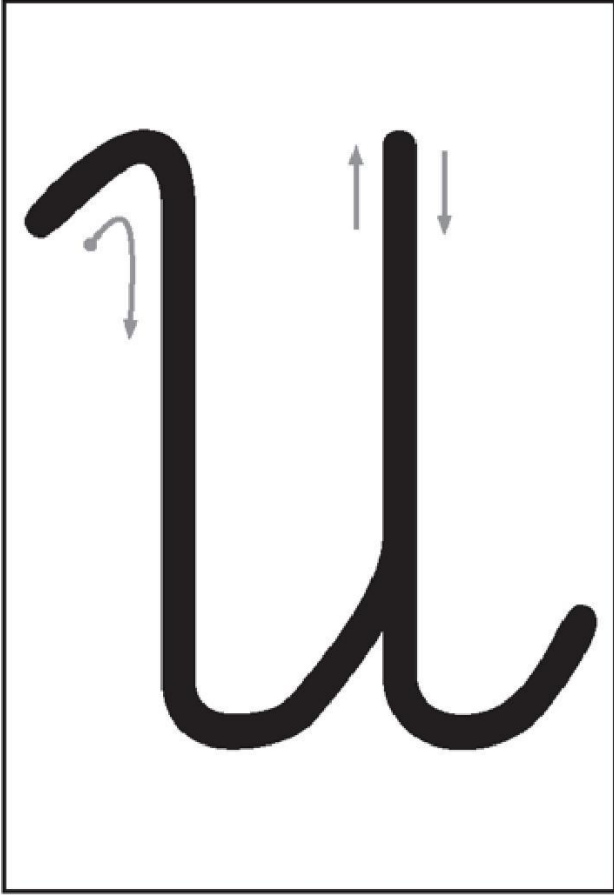
• Pytania do wiersza :

- O czym opowiada wiersz?
- Jakie przedmioty były zaplanowane do kupienia?
- Czym jest nabiał?
- Jakie zwierzęta dają mleko?(krowa, owca, koza)

• Następnie rodzic podaje nazwę produktu mlecznego, dziecko dzieli ją na sylaby, wyróżnia pierwszą/ ostatnią głoskę/ głoski kolejne. Zachęcam do utrwalania głóskowania, ponieważ dzieci bardzo dobrze sobie z tym radzą, a jest to ważne przy opanowaniu nauki czytania ☺

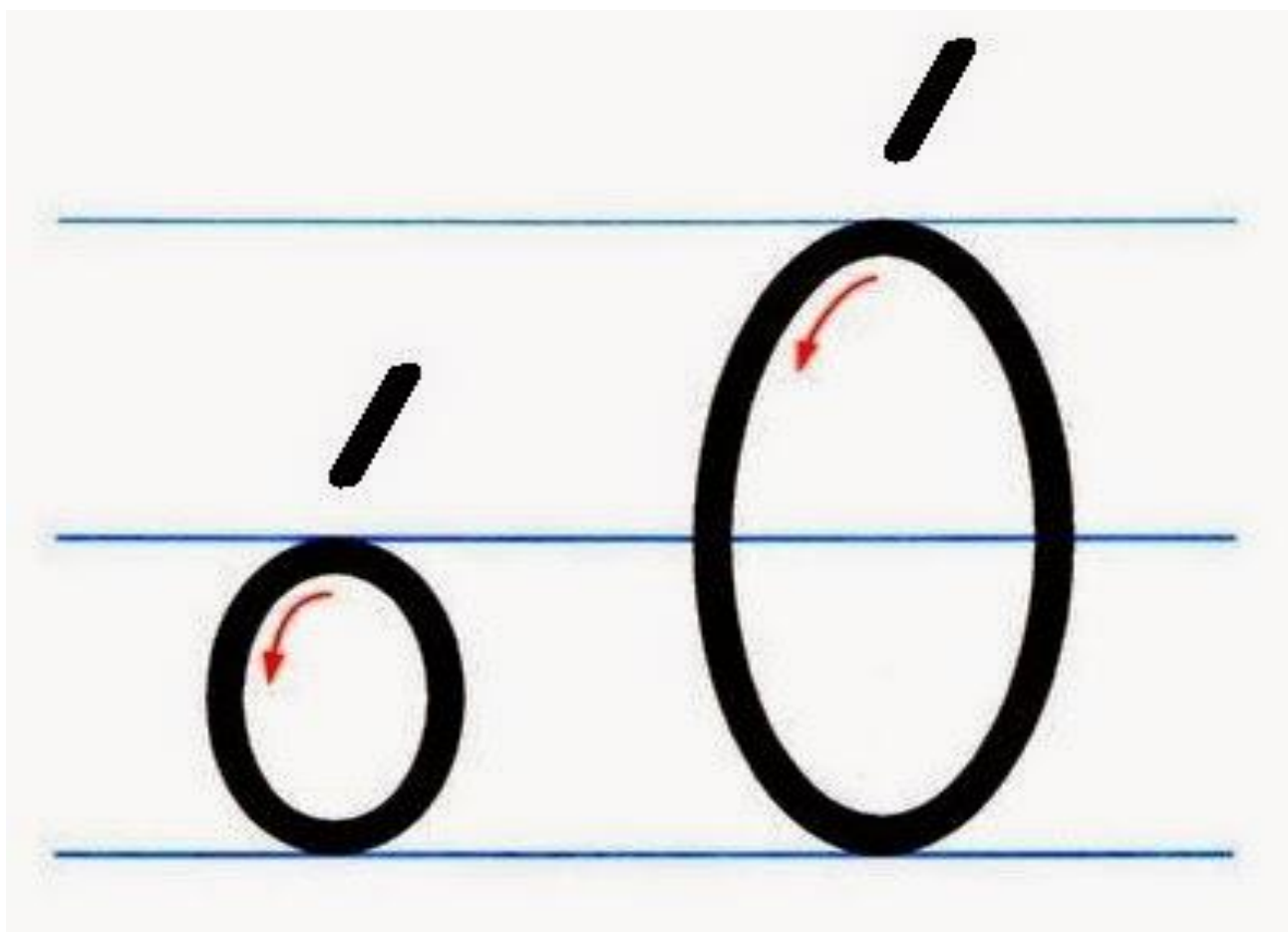
• Utrwalenie litery „U,u”:

- przypomnienie obrazu graficznego, kaligrafia litery





- dzieci piszą literę po śladzie, a następnie w powietrzu
- podawanie imion/ wyrazów na daną literę/ wyróżnianie „U,u” jako liczebnika porządkowego w wyrazie(które z kolei jest U w wyrazie jogurt? itp.)
- Rodzic wyjaśnia, że litery wielkie i małe różnią się między sobą kształtem, ale ich brzmienie jest takie samo. Na tej zasadzie występuje również drugie „Ó,ó” w języku polskim- brzmi tak samo, różni się kształtem. Zachęcam również do poznania kaligrafii litery „Ó,ó”.



II – ZESTAW ĆWICZEŃ GIMNASTYCZNYCH NR 23

Przybory: Woreczki w dwóch kolorach, dwie chorągiewki — również w tych samych kolorach.

1. Zabawa orientacyjno- porządkowa z elementem wyprostnym: Dzieci trzymają woreczki w lewej lub prawej ręce i biegają swobodnie, wymijając się zrecznie. Na gwizdek zatrzymują się, kładą woreczki na głowie, idą kilka kroków w przód, siadają skrzyżnie, następnie wstają, zdejmują woreczki z głowy i powtarzają bieg w rozsypce. Wszystkie czynności należy wykonywać ostrożnie, ażeby woreczek nie spadł na ziemię.

2. Ćwiczenie dużych grup mięśniowych: Rzuć — podnieś.

Dzieci stoją w rozsypce swobodnie, w małym rozkroku, woreczek trzymają oburącz przed sobą. Na polecenie przenoszą woreczek oburącz za głowę (łokcie w górze, cofnięte w tył), puszczają woreczek za plecami, następnie skłaniają się w przód, chwytają woreczek oburącz, podnoszą go w przód w skos i pokazują rodzicowi. **4.**

3. Ćwiczenie tułowia — skłony boczne:

Siad skrzyżny, woreczek na głowie, ręce złożone na kolanach, plecy proste. Skłon tułowia w lewo (bardzo wolno) — woreczek spada na ziemię. Podnieść woreczek lewą ręką, położyć go na głowie i ćwiczenie wykonać w prawą stronę. Należy zwrócić uwagę, aby dzieci skłaniały się wyraźnie w bok, a nie w przód.

4. Zabawa na czworakach: Kulawy lis. Włożyć woreczek pod kolano zgiętej lewej nogi i przyjąć pozycję na czworakach. Dzieci posuwają się na rękach podskokami na prawej nodze (tej, która nie trzyma woreczka). Po kilku podskokach siad skrzyżny i swobodna zabawa woreczkami (niewysoki rzut w górę i próba chwytu). Po chwili zabawy dzieci wkładają woreczek pod prawe kolano i powtarzają chód na czworakach.

5. Ćwiczenie mięśni grzbietu: Leżenie przodem, woreczek pod brodą, trzymany oburącz za rogi. Uniesienie na moment w górę klatki piersiowej i łokci, a następnie powrót do leżenia. Ćwiczenie powtarzamy kilka razy, trzymając cały czas woreczek. (Jeżeli ćwiczenie będzie zbyt trudne dla dzieci słabszych, to w czasie skłonu tułowia w tył mogą one podeprzeć się łokciami).

6. Zabawa bieżna: Znajdź swój kolor. Dzieci swobodnie biegają w rozsypce, woreczki trzymają w lewej (prawej) ręce. Na hasło: „Stój!” — zatrzymują się w miejscu, tyłem do prowadzącej. Rodzic zapowiada: „Biegiem do mnie!” — podnosząc jednocześnie ręce z

chorągiewkami w bok. Dzieci biegną w kierunku nauczycielki i ustawiają się w kolejce przed swoim kolorem chorągiewki, podnosząc woreczki w górę. Nauczycielka sprawdza, czy dzieci dobrze poznały kolor.

7. Rzuty: Celuj w okienko, w rozkroku. Dzieci celują prawą i lewą ręką, rzutem dowolnym, w okienko utworzone przez rozkrok. Rzuty należy powtórzyć kilka razy zwracając uwagę, aby były wykonane prawą i lewą ręką.

8. Skręty tułowia i ćwiczenie równowagi: Ustawienie w rozsypce. Dzieci stoją na prawej nodze, lewą, zgiętą w kolanie, podnoszą w tył, kierując stopę mocno w górę. Woreczek w lewej ręce. Na polecenie rodzica wykonują skręt tułowia w lewo i próbują ułożyć woreczek na stopie nogi zgiętej do tyłu. Komu uda się to zrobić — klaszcze w ręce. Ćwiczenie wykonać kilka razy stojąc na lewej i prawej nodze.

9. Ćwiczenie mięśni brzucha: Leżenie tyłem, nogi zgięte w kolanach, ustawione na ziemi skulnie. Woreczek między stopami. Podnoszenie nóg w górę w pion i stawianie na ziemi (odcinek lędźwiowy cały czas przywarty do podłoża, stopy nie wypuszczają woreczka).

10. Podskoki: Przeskocz woreczek. Rozsypka. Woreczki leżą na ziemi, przy każdym stoi dziecko. Na polecenie rodzica dzieci przeskakują woreczki obunóż, skaczą w przód i w tył. Dopilnować, aby podskoki były wykonywane miękko, elastycznie, na palcach.

11. Ćwiczenie stóp. Siad skulny podparty. Chwyty woreczka palcami stopy lewej i prawej na zmianę.

12. Ćwiczenie wyprostne: Marsz z woreczkiem na głowie po obwodzie koła. Przechodząc koło pudełka, przeznaczonego na woreczki, każde dziecko wykonuje skłon głową w przód i wrzuca w ten sposób woreczek do pudełka.

13. Marsz swobodny.¹

♦ **Dzisiaj proponuję wykonanie zadań w Karty pracy 3 – str. 30.**

¹ Źródło: Kazimiera Wlaznik.

