

Poniedziałek – 11.05.2020r.

1. Zagadki związane z zawodami: *leśniczy, krawcowa, strażak.*

Rodzic czyta, dziecko odgaduje. Następnie ogląda ilustracje poniżej¹, opisuje ubiór i wymienia atrybuty, które pomagają w pracy: *leśniczego, krawcowej, strażaka.*

- *Ma zielony mundur, dba o las i zwierzęta mieszkające w lesie?*
- *Igła, nici i nożyce, to jej dzielne pomocnice.
Najpierw kroi, potem zszywa, czy już wiesz, jak się nazywa?*
- *Kto pracuje w helmie, pnie się po drabinie.
Kiedy syczy ogień i gdy woda płynie?*



¹ Źródło: google.pl



2. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych z elementami ćwiczeń korekcyjnych

1. Zawodowa rozgrzewka. Dzieci rozgrzewają kolejne partie ciała zgodnie z pokazem opiekuna:

- „*piłkarz kręci piłką*” kręcą głowę w jedną i drugą stronę, kręcą biodrami w jedną i drugą stronę
- „*ogrodnik grabi ziemię*” zginają palce dłoni i naśladują czynność grabienia jedną i drugą ręką, a potem naprzemiennie (ruch w przód i z powrotem)
- „*strażak zwija wąż pożarniczy*” robią krążenia jednym (potem drugim) ramieniem w przód i tył, następnie obydwoma ramionami synchronicznie i naprzemiennie
- „*stolarz tnie drewno*” zginają ramię w łokciu i wykonują posuwisty ruch w przód i z powrotem.

2. Kierowcy samochodów dostawczych – zabawa ożywiająca. Dzieci trzymają obręcz (można wykorzystać zabawkową kierownicę lub plastikową miskę) jako kierownicę i poruszają się, naśladując prowadzenie furgonetek dostawczych. Na hasło: **dostawa** „zamieniają się” w dostarczone pakunki: stają na baczność i prostują ramiona, trzymając obręcz wysoko nad głową.

3. Kolarze – ćwiczenie wzmacniające mięśnie brzucha i nóg. Dzieci kładą się na plecach. Wykonują nogami naprzemiennie krążenia: w wolnym tempie – „kolarze jadą pod górkę”; w umiarkowanym tempie – „kolarze jadą po równej drodze”; w szybkim tempie – „kolarze zjeżdżają z górki”.

4. Przyrodnicy – zabawa wzmacniająca mięśnie karku i grzbietu. Dzieci poruszają się po dywanie naśladując fruujące ptaki, na sygnał opiekuna kładą się na brzuchu. Uginają ramiona w łokciach i unoszą dłonie do oczu jako lornetkę. Zabawa zostaje powtórzona kilka razy.

5. W salonie masażu – zabawa relaksująca w parze. Jedno kładzie się na brzuchu, a drugie naśladuje masażystę, który wykonuje dłońmi masaż: głaskanie, poklepywanie, delikatne ugniatanie, naciskanie itp. Po chwili następuje zmiana. Miłego masażu 😊

4 -latki wykonują zadanie poniżej² (przypomnijcie sobie numery alarmowe, również straży pożarnej. Puzzle przecinamy i naklejamy na kartkę A4), natomiast 5 latki mają kartę pracy nr 14 (**karta jest dwustronna**)

² Źródło: blizejprzedszkola.pl

9

9

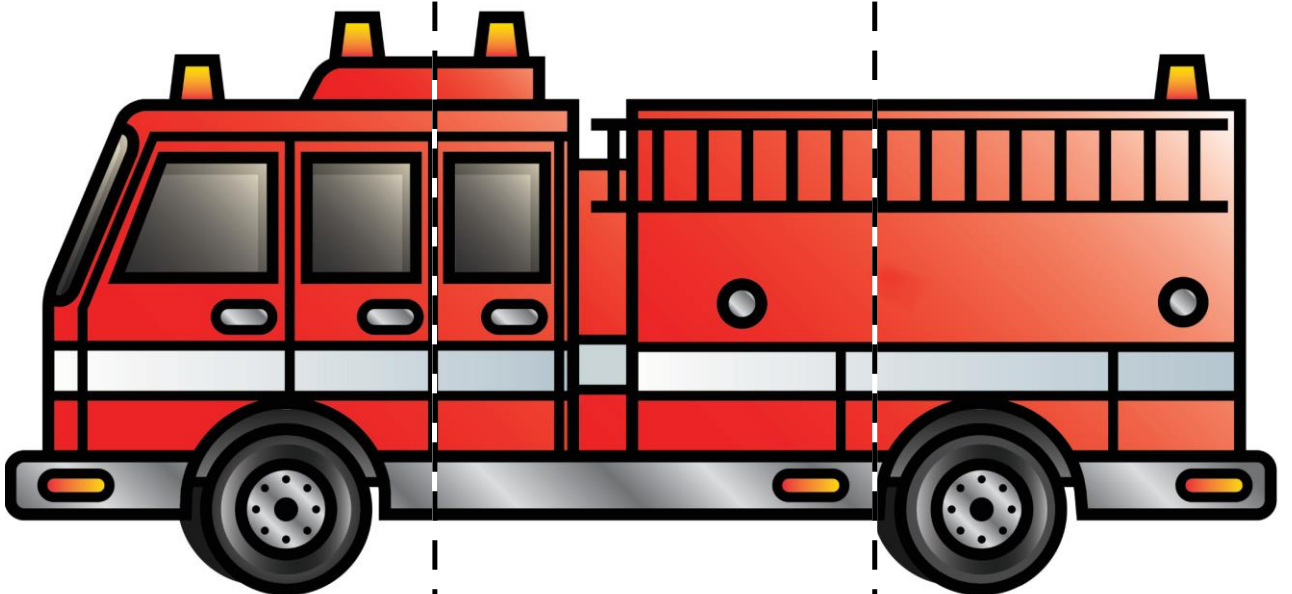
9



9

9

8



9

9

7



1

1

2

