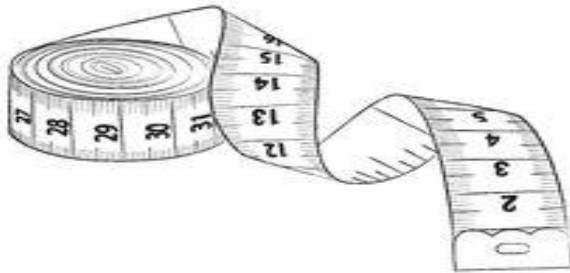


ŚRODA - 08.04.

1. Mierzenie obiektów różnymi miarami np. patykiem, sznurkiem.

- Dziecko rozpoznaje i nazywa przybory do mierzenia: linijka, miara krawiecka itp.
Załączniki:



- Następnie zachęcamy dziecko do mierzenia przedmiotów, które znajdują się w domu za pomocą sznurka i patyka. Porównujemy długości na podstawie danych obiektów. Za pomocą miary krawieckiej mierzymy wzrost dziecka. Dziecko wymienia niskie i wysokie przedmioty w swoim domu.

2. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych z wykorzystaniem woreczków.

- Chodzenie z woreczkiem na głowie
Dziecko kładzie woreczek na głowie i chodzi po pokoju z wyprostowanymi rękami, starając się aby woreczek nie spadł im z głowy. Jeżeli woreczek spadnie należy go podnieść. Zwracamy uwagę na prawidłową sylwetkę.
- Utrzymaj woreczek na głowie
Dziecko chodzi po sali z woreczkiem na głowie. Na dany sygnał wykonują siad skrzyżny, po czym wstaje i chodzi dalej, nie przytrzymując woreczka rękoma.
- Rzuty woreczkiem w górę
Dziecko siedzi w siadzie skrzyżnym trzymając w dłoniach woreczek. Rzuca nim w górę i stara się go chwycić zanim spadnie na podłogę.
- Rzuty woreczkiem do wiaderka
Dziecko stoi w odległości około 2- 3 metrów i rzuca woreczkiem do wiaderka. Za każdy trafiony rzut otrzymują 1 punkt. Wygrywa dziecko lub rodzic, który w 10 rzutach zdobędzie najwięcej punktów.
- Wkładanie woreczka do wiaderka
Dziecko chwytając woreczek palcami stopy i unosi nogę do góry. Następnie porusza się podskokami jedno nogą w kierunku wiaderka i wkłada woreczek do środka. Podskoki wykonujemy raz na prawej, raz na lewej nodze.
- Rzut woreczkiem obunóż
Dziecko siedzi trzymając woreczek między stopami. Na dany znak jednocześnie podrzuca woreczek w górę.
- Rzut woreczkiem w górę
Dziecko siedzi trzymając woreczek palcami jednej stopy. Na dany sygnał podrzucają woreczki jak najwyżej w górę. Dziecko powinno wykonywać rzuty raz prawą, raz lewą nogą.
- Nie daj sobie zabrać woreczka
Dziecko siedzą naprzeciwko rodzica, między nimi leży woreczek. Dziecko opiera zgięte palce stóp na woreczku, przyciskając go do podłogi. Rodzic stara się chwycić woreczek palcami stóp i wyciągnąć go spod stóp swojego dziecka. Po wyciągnięciu woreczka następuje zmiana ról.
- Utrzymaj woreczek na kolanie
Dziecko stoi z rodzicem trzymając się za ręce. Podnosimy wspólnie

ugiętą jedną nogę (np. prawą), kładziemy woreczek na kolanie i staramy się wytrzymać w tej pozycji jak najdłużej.

- **Podrzucanie woreczka nogą i chwyt w dłonie**
Dziecko stoi kładąc woreczek na jednej stopie (na części grzbietowej). Unosi nogę z woreczkiem i podzuca woreczek w górę, starając się złapać go w dłonie zanim upadnie na podłogę.
- **Chodzenie z woreczkiem między stopami**
Dziecko chodzi mając złączone stopy. Ciężar ciała przeniesiony jest na zewnętrzne krawędzie stóp, palce stóp mocno podwinęte przylegają do podłogi. Pod stopami umieszczony jest woreczek. Zadaniem dziecka jest przemierzanie sali drobnymi przesunięciami stóp, nie gubiąc woreczka.
- **Chód z woreczkami**
Dziecko stoi trzymając woreczki palcami stóp. Na dany sygnał zaczyna chodzić po pokoju, wysoko unosząc kolana i utrzymując woreczek palcami stóp.
- **Marsz po obwodzie koła, zebranie woreczków.**

- **Proponuję w dniu dzisiejszym karty pracy nr 3:**
 - 5- latki – str. 38
 - 6 – latki str. 44