

CZWARTEK – 7.05

1. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych nr 38

- „Ptaki lecą do gniazd” – zabawa orientacyjno- porządkowa. Dziecko układa szarfy w kółka – gniazda ptaków. Dzieci ptaki biegają między szarfami, starannie je omijając.
Na hasło R.: Ptaki do gniazd! biegną i wskakują do swojej szarfy.
- „Chorągiewka na wietrze” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko siedzi skrzyżnie, w rękach mają szarfę, którą trzymają za końce w górze. Wykonuje skręty tułowia w lewo i w prawo jak chorągiewka poruszająca się z wiatrem.
- „Szukaj szarfy” – ćwiczenie tułowia i ćwiczenie oddechowe. Dziecko stoi w rozkroku przed szarfą. Wznoszą ramiona w górę – wdech, wykonują skłon do szarfy – wydech.
- „Piesek pilnuje budy” – zabawa z elementem czworakowania. Dziecko chodzi na czworakach dookoła kółka z szarfy w prawą i w lewą stronę.
- „Wskocz do szarfy” – zabawa z elementem podskoku.
- „Szufladka” – ćwiczenie mięśni grzbietu. Dziecko leży na brzuchu, dłonie ma ułożone na końcach szarfy, wykonują lekki skłon w tył. Przesuwa szarfy daleko do przodu – szufladka otwiera się, powrót do poprzedniej pozycji – szufladka zamyka się.
- „Przejdź przez szarfę” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Przechodzenie przez szarfę. Dziecko unosi do góry nogi, przekłada nogi i stawia na podłodze. Przekłada po kolei następujące części ciała – biodra, ramiona, głowę i pokazują szarfę w górze.
- „Jedziemy na rowerze” – ćwiczenie stóp. Dziecko w siadzie skulnym podpartym chwyta szarfy palcami stóp za końce, unosi nogi i naśladuje jazdę na rowerze. Dzieci odkładają szarfy (chustę) R. szykują karimatę.
- „Żabki” – zabawa z elementem podskoku. Swobodne podskoki wspomagane pracą ramion.
- „Naleśniki” – ćwiczenie mięśni tułowia. Dziecko przetacza się kolejno po

karimacie, dywanie z jednego brzegu na drugi. Nogi złączone, ręce wyprostowane za głową.

- Marsz z akcentowaniem rytmu przez klaśnięcie w dłonie.
 - Ćwiczenia wyciszające, relaksujące.

2. Nauka słów piosenki „Zakochany bocian”.

Zachęcam do odtworzenia i wspólnego zaśpiewania piosenki.

<https://www.youtube.com/watch?v=9UjJ6Pd4ybM>

**Bocian się zakochał raz
W najpiękniejszej z wszystkich żab
Chodził za Nią cały dzień
I klekotał: Kle, Kle, Kle
Żaba woła: Rechu, Rech ,
Nie wiadomo tak czy nie,
aż od plotek kipiał staw
co za miłość ach, ach, ach**

**Ref: Niestety, Niestety skończyło się to źle
Bo żaba rechu, rechu, a bocian kle, kle, kle (bis)**

**Chodź dokoła milion żab,
bocian człapie człap, człap, człap
W zimnym stawie cały dzień
szuka, biega żabki swej
Żaba woła: Kum, Kum, Kum
drogi boćku jestem tu
Bocian na to: Kle, Kle, Kle
Która z was tą moją jest**

**Ref: Niestety, Niestety skończyło się to źle
Bo żaba rechu, rechu, a bocian kle, kle, kle
Więc ucz się języków bo może zdarzyć się,
Że ktoś ci I love you, a ty ni be ni me.**

Dziecko powtarza słowa piosenki za rodzicem. Zwracając szczególną uwagę na poprawną wymowę słów. Następnie porusza się do melodii utworu. Śpiewa piosenkę, pamiętając o odpowiedniej wysokości dźwięku. Mówi swojemu rodzicowi, jak rozumie dany tekst.

Zachęcam do wykonania kart pracy nr 4:

- 5 – latki – str. 18

- 6- latki – str. 18