

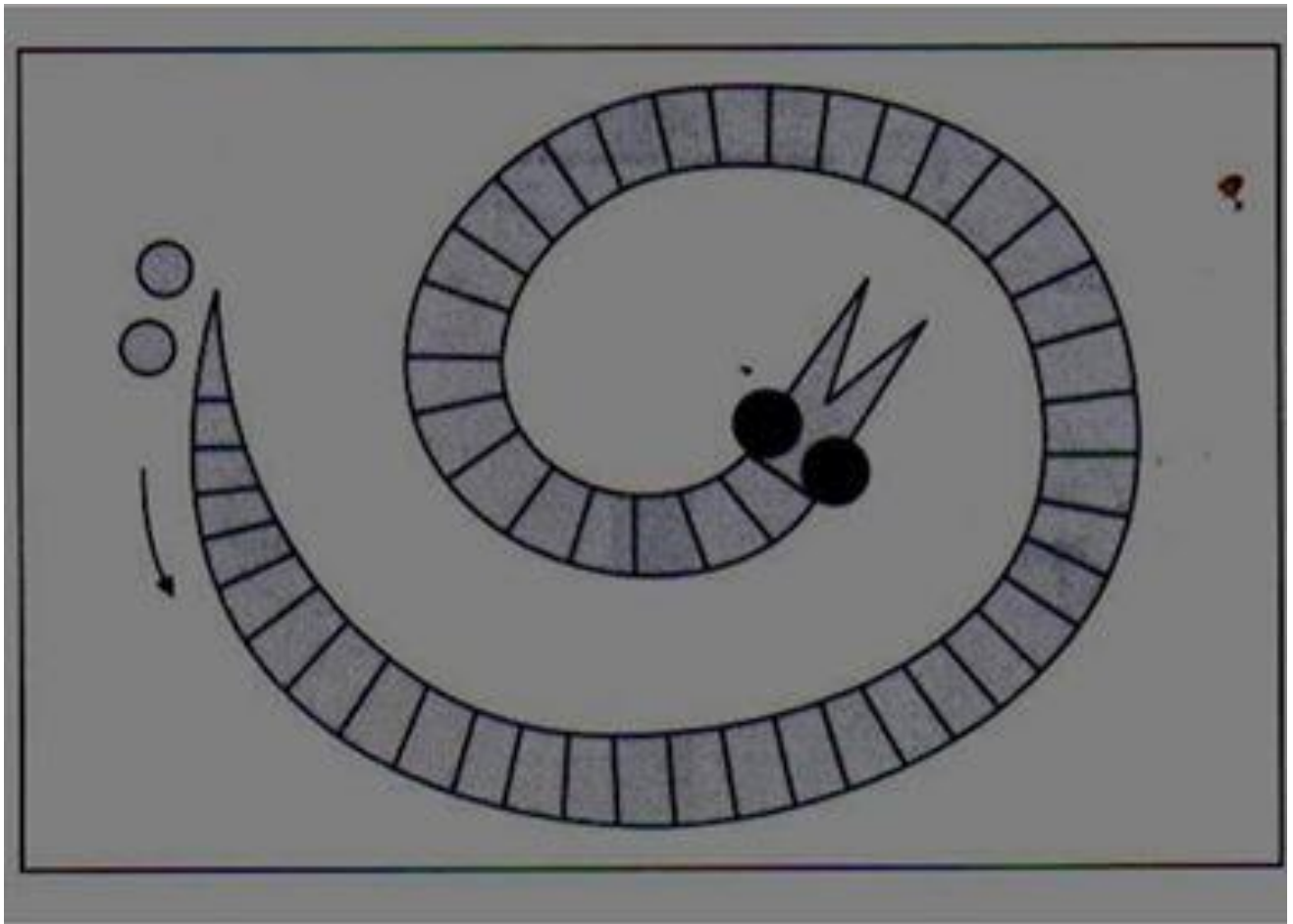
**Wtorek 16.06.2020**

**1.Kształcenie umiejętności konstruowania gier i ich rozgrywania.**

**Do zrealizowania dzisiejszych zajęć potrzebne nam będą następujące materiały:**

- arkusz papieru,
- kredki, mazaki,
- kostki do gry,
- pionki
- klocek

**Dzisiaj ułożymy wspólnie grę, a potem w nią zagramy. Będzie to gra ściganka wg Gruszczyk – Kolczyńskiej.**



1. Rodzic rysuje chodniczek, po którym będziemy się ścigać. Tu jest początek tu koniec wyścigu. Żeby się nie pomyliło, umieszczacie znane wam wyrazy: „start” i „meta”, a także narysujecie strzałkę, która przypomni nam, w którą stronę będziemy się ścigać.
2. Dziecko z pomocą dorosłego odmierza przy pomocy klocka płytki chodniczka.
3. Ustalenie zasad gry: pionki to zawodnicy- jeden twój, drugi mój; rzucamy na przemian kostką; ile wyrzucisz kropek, o tyle przesuń swój pionek do przodu. Zaznaczyć trzeba, gdzie zawodnicy staną przed startem i gdzie mają się zatrzymać po przekroczeniu mety
4. Jeżeli kropek jest więcej, trzeba czekać, aż grający wyrzuci odpowiednią ich liczbę
5. Wygrywa ten kto pierwszy przekroczy minie mety.

## **2. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych nr 31 (zestaw został zmodyfikowany, aby móc go wykonać w domu).**

**Przybory: papierowe koła w kolorze zielonym i czerwonym**

### **Zabawa orientacyjno – porządkowa: „Kot jest, kota nie ma”**

Rodzic mówi hasło „Kot jest”- dziecko myszka obejmuje kolana, głowa nisko opuszczona.

Na zapowiedź „Kota nie ma” myszka biega swobodnie w różnych kierunkach. Powtórzyć 3x.

### **Zabaw orientacyjno- porządkowa: „W sadzie”**

Dziecko chodzi po „sadzie” i zbiera jabłka –skłony w dół i wyprosty.

### **Ćwiczenia tułowia – skłony boczne „Drzewami kołysze wiatr”.**

Dziecko stoi w rozkroku, ręce luźno wzdłuż ciała. Wolne rytmiczne skłony w lewo, w prawo.

Po kilku skłonach – wyprost (wiatr przestał wiać i nie kołysze drzewami). Powtórzyć 3x

### **Ćwiczenia z elementami czworakowania: „Drabina”**

Dziecko wspina się po drabinie po jabłka, które rosną wysoko. Prawidłowy marsz na czworakach w przód, następnie wyprost i sięganie po jabłka rosnące wysoko prawą i lewą ręką. Powtórzyć 3x.

### **Ćwiczenia dużych grup mięśniowych : „Puste kosze, pełne kosze”**

Dziecko wykonuje przysiad podparty, na hasło rodzica „pusty kosz” prostuje się, rozkłada ręce w bok; na hasło „pełne kosze” wykonuje powtórnie przysiad podparty. Powtórzyć 3x.

### **Zabawa bieżna: „Samochody”**

Dziecko (samochód) jeździ po sali w dowolnym tempie. Rodzic pokazuje kolorowe koła – światła drogowe. Dziecko reaguje – czerwone koło– stoi, zielone – jadzie.

## **Ćwiczenia uspokajające.**

Marsz zwykły i we wspięciu, marsz na zewnętrznych i wewnętrznych krawędziach stóp.