**Środa 7.04.21 - Zdalne nauczanie - Chciałbym być sportowcem**.

1.Cwiczenia ortofoniczne z wykorzystaniem wiersza.

**„ Bocianie, bocianie”** **B. Formy**

Bocianie, przybyłeś dziś do nas, witają cie dzieci i łąka zielona.

Dostojne twe nogi stąpają po trawie, czarno- białe pióra w słońcu lśnią ciekawie. Tak jak ty wysoko nogi podnosimy i kle, kle śpiewamy z Toba boćku miły. Bocianie, bocianie przybyłeś dziś do nas. Kle, kle, kle, kle, kle. Kle, kle, kle, kle, kle.

. 

Dziecko naśladuje głos bociana: głośno- cicho, wolno- szybko, porusza się po pokoju z wysokim unoszeniem kolan.

2. Zabawa z wykorzystaniem rymowanki:, „Gdy sportowcem zostać chcę, muszę ćwiczyć całe dnie.” ( Dziecko idzie rytmicznie, mówi rymowankę, potem pokazuje ćwiczenie).

3. Gimnastyka na wesoło przy piosence „Gimnastyka Fruzi”

[Fruziaki - Gimnastyka Fruzi (PIOSENKI DLA DZIECI) - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=3ucDVAsz_C0&ab_channel=Fruziaki)

**4.Temat: Inscenizacja ruchowa wiersza J. Koczanowskiej „Gimnastyka”**

* Zabawa ruchowa „Aerobik”- przy muzyce z rodzicami

Aerobik – wyjaśniamy dziecku – to ćwiczenia przy muzyce rytmicznej, często wykonywane przez panie, które chcą mieć zgrabna figurę.

* Słuchanie wiersza.

Gimnastyka to zabawa,

Ale także ważna sprawa,

Bo to sposób jest jedyny,

Żeby silnym być i zwinnym.

Skłony, skoki i przysiady

Trzeba ćwiczyć- nie ma rady!

To dla zdrowia i urody!

Niezawodne sa metody.

* Rozmowa na temat wiersza.

Co nam daje gimnastyka? Co wykonujemy podczas gimnastyki?

Ruchowa interpretacja wiersza *„Gimnastyka to zabawa”*

|  |  |
| --- | --- |
| Gimnastyka to zabawa, | Dziecko staje na środku pokoju i ćwiczy za rodzicem;  - wyciąga ręce w bok, |
| ale także ważna sprawa, | - trzyma ręce wyprostowane i zgina je w łokciach, dłońmi dotyka klatki piersiowej |
| bo to sposób jest jedyny, | - trzyma ręce wyprostowane i zgina je w łokciach, dłońmi dotyka klatki piersiowej  - dziecko wykonuje przysiad i wstaje |
| żeby silnym być i zwinnym. | - dziecko podnosi ramiona, zgina je w łokciach, dłonie zaciska w pięści i pokazuje, jakie jest silne |
| Skłony, skoki i przysiady  trzeba ćwiczyć  - nie ma rady! | - dziecko wykonuje skłon, podskok, przysiad i powtarza skłon, podskok, przysiad |
| To dla zdrowia i urody  niezawodne sa metody. | - uśmiechnięte spaceruje po pokoju. |

* Rytmiczne dzielenie ( na sylaby) słów związanych ze sportem.

Dziecko dzieli rytmicznie słowa: gimnastyka ( gim-nas- ty ka), skłony, skoki, przysiady.

* Zabawa orientacyjno – porządkowa „Zróbcie to”

Dziecko porusza się swobodnie po pokoju w rytm tamburyna- bębenka, podczas przerwy wykonuje dokładnie to, o co rodzic prosi „ Zrób…. Przysiad, klęk, leżenie tyłem, leżenie przodem, siad skulny, siad skrzyżny, skłon itd. np. zrób to 2 razy

5.Wykonanie krążka do ćwiczeń

Pomoce: 2 kartonowe kartki w kształcie koła ( z bloku technicznego) z rysunkiem kół, każde o średnicy 20 cm, nożyczki, klej, mazaki, kartonik z wydrukowanym imieniem dziecka.

Dziecko wycina 2 koła, skleja je i ozdabia mazakami. Przykleja kartonik ze swoim imieniem.

Oglądanie krążków. Zabawy z krążkami np.:

a/ dziecko kładzie krążek na głowie i spaceruje po pokoju starając się żeby nie spadł;

b/dziecko siada na krążku, podnosi nogi zgięte w kolanach, obraca się na krążku.

c/spacer po pokoju i wystukiwanie rytmów podanych przez rodzica

6.Zabawy ruchowe przy piosence „Taniec Zygzak”

[KTO JAK SKACZE – WYGIBASY TV - piosenki dla dzieci - piosenka dla dzieci, dziecięce hity! - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=LNouuY9zrKQ&ab_channel=WYGIBASYTV-piosenkidladzieci)

Zajęcia dodatkowe.

7. Dziecko rysuje swoje ulubione sporty, opowiada o nich; następnie przeprowadza wywiad z tata i mama na temat ich ulubionych sportów. Planowanie i przeprowadzenie wspólnej aktywności ruchowej.

8. Zabawy na świeżym powietrzu.

Zabawy z piłka – rzuty i chwyty, rzucanie do kosza, rzuty do celu, wbijanie goli.

Pokonywanie naturalnych przeszkód na podwórku pod bacznym okiem rodziców.

Załączniki – pokoloruj:

 