**DBAMY O ZDROWIE**

**09.11. – 13.11.2020r**

**PONIEDZIAŁEK 09.11.2020r**

I. Zajęcia poranne.

|  |
| --- |
| • ZABAWA RUCHOWA "Wycieczka rowerowa" |

|  |
| --- |
| **WYCIECZKA ROWEROWA**W leżeniu tyłem uczniowie wykonują ruchy naśladujące jazdę na rowerzez jednoczesnym wypowiadaniem rymowankiJedzie rowerek na spacerekJaki z tyłu ma numerek? Dziecko podaje dowolną liczbę od 1 do 6.Teraz wszyscy zginają nogi w kolanach, opierają stopy na podłodzei unoszą biodra tyle razy, jaką liczbę wymieniło wyznaczone dziecko.• Zabawa na spostrzegawczość „Tropiciele”Rodzic kładzie przedmioty w różnych miejscach pokoju (np. łyżka, nożyczki, foremki do ciastek, zabawka…) Dziecko ma za zadanie odnaleźć te przedmioty .• Ćwiczenia graficzne – rysowanie szlaczków po śladzieKarta pracy poniżej **II. 1. „Przyjaciele zajączka”- rozmowa w oparciu o wiersz L. Wiszniewskiej.** - Rozmowa na temat : Co robimy gdy jesteśmy przeziębieni?- Słuchanie wiersza „Przyjaciele zajączka”Chorował zajączek. Bolało go w boku.Nie mógł się poruszać ani zrobić kroku.Więc do swych przyjaciół wysłał listy krótkie:„Jestem bardzo chory, donoszę ze smutkiem – Zajączek”.Najpierw przyleciały dwie lekarki – sowy:Nie martw się, zajączku, wkrótce będziesz zdrowy.A potem przybiegła wiewióreczka z zielem:Zanim je zaparzę, łóżko ci pościelę!Przyleciały również kuropatwy zacne,przyniosły choremu oziminki smacznej.Jedynie płochliwy bieluśki króliczektelegram nadesłał: „Wyzdrowienia życzę”.Zając poweselał i wyrzekł te słowa:Wśród tylu przyjaciół przyjemnie chorować!- Rozmowa na temat wiersza√ Które zwierzęta przyszły odwiedzić zajączka?√ Co radziły? Jak pomagały zajączkowi?√ Jak się czuł zajączek wśród tylu przyjaciół?√ Czy do tej sytuacji pasuje przysłowie: *Prawdziwych przyjaciół poznajemy w biedzie?*√ Czy zawsze możemy odwiedzić chorego kolegę ? Dlaczego?- Wypowiedzi dziecka na temat : Jak pomagamy chorym kolegom i koleżankom?- Zabawa ruchowa „Gimnastyka”Dziecko stoi i wykonuje ćwiczenia zgodne z tekstem. Dziecko:*Gimnastyka - ważna sprawa,* maszeruje w miejscu*Dla nas dzieci to zabawa .* wykonuje obrót i kłania się, *Ręce w górę ,* wyciąga ręce do góry,*ręce w bok,* przenosi ręce z góry na boki,*krok do przodu,* wykonuje krok do przodu,*przysiad,* wykonuje przysiad,*skok.* wyskakuje z przysiadu do góry*Ręce w górę,* ( powtórzenie zabawy, wykonanie kroku do tyłu)*ręce w bok,**krok do tyłu, przysiad, skok.***2. Zabawa ruchowa do piosenki „Piosenka kąpielowa”** |

<https://www.youtube.com/watch?v=3kriWVLPaMs>

- Słuchanie piosenki

- Rozmowa na temat piosenki

√ określenie tempa i nastroju

√ omówienie treści

- zabawa ruchowa do piosenki

 Dziecko z rodzicem wykonuje ruchy zgodnie ze słowami piosenki

- Zabawa muzyczno-ruchowa „Chcemy być zdrowi”

 Dziecko porusza się przy dźwiękach dowolnego instrumentu perkusyjnego lub jakiegoś przedmiotu wydającego dźwięk). Na przerwę naśladuje czynności związane z czystością własną np. mycie włosów, zębów, rąk…

- Kolorowanie obrazka „Przybory toaletowe”

* [](http://mp17siedlce.net/grupy/gr-4-wesole-nutki/253-piosenka-czystosc-to-zdrowie?tmpl=component&print=1&layout=default&page=)
* 



ZABAWY DODATKOWE:

- Na świeżym powietrzu

• Spacer z rodziną - obserwowanie listopadowej pogody

• Chodzenie po suchych liściach

• Tworzenie bukietów z liści

- Zabaw tematyczna „Mały lekarz”

