



**Potrzebne materiały:** wygodny strój do gimnastyki dla dziecka, klocki (drewniane lub lego).

TEMAT TYGODNIA: Zwierzęta na wiejskim podwórku

01.04.2020r. (środa)

TEMAT DNIA: „Budujemy domy dla zwierząt z wiejskiego podwórka”

1. „W zdrowym ciele, zdrowy duch...” - Zestaw ćwiczeń z dzieckiem

„Kocie wygibasy” – ćwiczenia rozciągające.

- Dziecko stoi prosto z lekko rozstawionymi nogami, następnie wykonuje skłon w przód, przy prostych nogach, starając się dotknąć palcami podłóża. W tej pozycji powinno wytrzymać 5-10s. Podczas tego ćwiczenia należy pilnować by kolana się nie ugiwały. Jeżeli dziecko nie dostaje rękami do podłóża zatrzymuje ruch w pozycji maksymalnego skłonu wytrzymując 5 -10s.
- Dziecko stoi w pozycji zasadniczej - rozkrok na szerokość bioder, ręce w górę, następnie wykonuje opad tułowia w przód (skrętoskłon) dotykając prawą ręką do lewej nogi, po wyprostowaniu powtarza czynność zmieniając rękę (dotykając lewą ręką do prawej nogi). Kolana powinny być proste.

„Drzewa na wietrze” - Ćwiczenia dużych grup mięśniowych.

Dziecko stoi w rozkroku, ramiona uniesione w górę. Porusza ramionami kołysząc się na boki (silny wiatr- skłon pogłębiony, lekki wietrzyk - delikatne skłony).

„Królik” - Zabawa z elementami podskoku.

Dziecko kuca, kładzie ręce przed sobą i podskakuje po pokoju jak „królik”.

„Kaczuszki”- zabawa ruchowa.

Dziecko chodzi po domu na kuckach trzymając się rękoma za kostki.

„Pieski idą na spacer”- Zabawa z elementami czworakowania.

Dziecko czworakuje w różnych kierunkach.

„Owieczki na polu”- zabawa z elementami raczkowania.

Dziecko raczkuje po pokoju udając owieczkę, która gryzie trawę.

„Kaczki na drodze” - Ćwiczenia uspokajające.

- Marsz z wysokim unoszeniem kolan i wymachem rąk. Dziecko chodząc swobodnie wdycha powietrze nosem a wydycha ustami.
- Odpoczynek na plecach z zamkniętymi oczami. Dziecko wsłuchuje się w swój oddech.

2. „Zwierzęta z wiejskiego podwórka” - zagadki o zwierzętach.

Zagadki to miła a jednocześnie pożyteczna forma zabawy dla dziecka.

Rozwiązywanie zagadek ćwiczy u dzieci logiczne myślenie i analizowanie tekstu, porządkuje ich wiedzę o świecie. Zachęca do zdobywania nowych wiadomości i utrwalanie tych, już nabytych - ale przede wszystkim bawi.

Gdy wychodzisz z domu,

On na ciebie czeka.

Kiedy wrócisz znowu,

Cieszy się i szczeka. (pies)

Ma długie uszy,  
Futerko puszyste.  
Ze smakiem chrupie  
Sałaty listek. (królik)

Dobre ma zwyczaje –  
Ludziom mleko daje. (krowa)

Bywa siwy, gniady, kary.  
Wozi ludzi i towary. (koń)

Co to za damy żyją w chlewiku?  
Duże, różowe, jest ich bez liku.  
Małe oczka, krótkie ryjki mają  
I zawsze chrum, chrum, chrumkają. (świnki)

### 3. „Domy zwierząt” - zabawa konstrukcyjna.

Rodzic proponuje dziecku zbudowanie z klocków, domów zwierząt gospodarskich: budy dla psa, kurnika- kurom, stajni- koniom, obory- krowom.

Drodzy rodzice zabawy konstrukcyjne pobudzają wyobraźnię, ćwiczą sprawność manualną oraz rozbudzają kreatywność. Polegają na budowaniu, wytwarzaniu czegoś nowego. W zabawie konstrukcyjnej powstaje wytwór, będący rezultatem działań dziecka. Zabawy tego typu doskonałą rozwój spostrzegawczo-ruchowy. Wyzwalają pomysłowość, wdrażają do skupienia uwagi, uczą obserwacji. Najpopularniejszą zabawą konstrukcyjną są klocki. Przy ich pomocy dziecko buduje swoją własną rzeczywistość wykorzystując nieograniczoną wyobraźnię. Każda konstrukcja jest niepowtarzalna i daje dziecku wiele radości.

Pozdrawiamy i życzymy dużo uśmiechu!

Panie z gr. III