Potrzebne materiały: słomki, farby, kredki, lusterko, woreczek do ćwiczeń (lub skarpeta z grochem), parę poduszek lub jaśków, chusta do zawiązania oczu, parę plastikowych butelek , kłębek włóczki lub sznurek, wiaderko lub miska, parę kulek zmiętej gazety.

TEMAT TYGODNIA : Wrażenia i uczucia

TEMAT DNIA : My i nasze emocje.

22.05.2020 r. (piątek)

1. „Radosne ćwiczenia”- ćwiczenia ogólnorozwojowe:

Wyścig żółwi

Do tej zabawy są potrzebne woreczki z grochem - bardzo łatwo je uszyć, ale równie dobrze można je zastąpić skarpetą z wsypanym do środka grochem lub kaszą. Rodzic wyznacza trasę wyścigu. Dziecko staje na czworaka, a rodzic kładzie na plecy balast w postaci woreczka. Dziecko musi poruszać się na czworaka najszybciej jak potrafi. Gdy woreczek spadnie zaznaczamy dokąd doszedł. Dziecko może próbować wiele razy poprawiać swój rekord.

Przeprawa przez rzekę

Rodzic rozkłada na podłodze jaśki lub kartki z gazety tak, aby przejście po nich nie było zbyt łatwe. Po każdym prawidłowym przedostaniu się na drugi brzeg rodzic zmienia ustawienie. Oczywiście na trudniejsze, tak jakby to był kolejny poziom do przejścia w grze. Następnie rodzic prosi dziecko: „Wyobraźcie sobie, że przez Wasz pokój przepływa rzeka. Długi rwący potok rozciąga swoje brzegi od stołu, aż do kanapy(lub od ściany do ściany, w zależności od rozkładu mieszkania). Musicie przejść na drugą stronę skacząc po kamieniach, ale tak, aby nie wpaść do wody. Powodzenia."

Butelkowy slalom

Uważacie, że poruszanie się slalomem jest łatwe? To spróbujcie to zrobić z zawiązanymi oczami! Ta zabawa poprawia koncentrację, ćwiczy zapamiętywanie i koordynację ruchową. Zaczynacie od rozstawienia dwóch butelek po pokoju. Dziecko ma chwilę na przyjrzenie się i zapamiętanie gdzie stoją, po czym zawiązujecie mu oczy. Zadanie polega na przejściu w taki sposób, aby nie przewrócić żadnej z butelek. Gdy uda mu się przejść poziom, dokładacie kolejną przeszkodę.

Mały ninja

Rodzic zaplątuje sznurek lub włóczkę o stół i krzesła, tworząc w ten sposób niełatwy do przejścia tor. Dziecko musi przejść przez przeszkodę, tak by nie przerwać włóczki. Ćwiczenie wymaga skupienia, precyzji i trochę gimnastyki. A układ można za każdym razem zmieniać, zaczepiając w inny sposób włóczkę.

Rzucamy do celu

Na podłodze rodzic stawia miskę lub kosz. Dziecko z rodzicem wrzucają do niego piłki lub zmięte w kulki gazety. Oczywiście wygrywa ten, kto wykona najwięcej prawidłowych rzutów z linii startu.

3. „Co oznacza taka mina?"- zabawa dydaktyczna.

Dziecko określa nastroje na ilustracjach, np. kto się gniewa, kto jest szczęśliwy, zły, smutny, itd.

Radość

Szczęście

Złość

Zdziwienie

Choroba

Smutek

„Kwaśna mina”

Strach

Dziecko po zapoznaniu się z wszystkimi wyżej wymienionymi emocjami, siada przed lusterkiem i pokazuje określone wyrazy twarzy, nazywając je.

4. „Jak się zmieniam?” - słuchanie wiersza D. Jasicy połączone z zabawą mimiczną.

Rodzic czyta powoli wiersz a dziecko pokazuje daną emocję na swojej twarzy.

W ciągu dnia miewam różne humory:
Inna jest mina ***wesoła,***
inna, gdy ***jestem chora****.*
Gdy się ***boję*** krzyczę – Ooo!
Gdy zjadam cytrynę,
To mam **kwaśną minę.**
Gdy jestem **zły,**
Moja mina przypomina pysk rekina.

Smutno mi, gdy jestem w domu sama.
Cieszę się, gdy mamę obok mam.
Dziwi mnie, gdy w łazience mydła brak.
Złości mnie, gdy wszystko jest nie tak

5. „ Moje emocje” – praca plastyczna.

Rodzic przy pomocy zakraplacza lub łyżki nanosi farbę na kartkę, a dziecko za pomocą słomki rozdmuchuje farbę tworząc kleksy. Po wyschnięciu nadaje im emocje dorysowując minki i części ciała.