

Z OKAZJI TWOJEGO ŚWIATA – DZIEŃ DZIECKA!!

ŻYCZYMY CI DUŻO ZDROWIA, UŚMIECHU,
WYMARZONYCH PREZENTÓW
ORAZ KOLOROWYCH PODRÓŻY!

Poniżej piosenka dla Ciebie !

https://www.youtube.com/watch?v=d_vuxQ-9iVQ



Propozycje zadań i zabaw od Pani Ani i Pani Anety

Temat tygodnia : „Dzień Dziecka”

AKTYWNOŚĆ DZIECKA	Dzień tygodnia 01.06.20r. (poniedziałek)
 BĄDŹ AKTYWNY	Zestaw ćwiczeń: ● „Ptaki do gniazd” - na podłodze leżą porozkładane chusty. Dzieci na sygnał rozbiegają się po przestrzeni i na kolejny sygnał wskakują na chustę ● „Krasnale i wielkoludy” – dzieci naśladują chód krasnali (ręce na kolanach) oraz wielkoludów (ręce w górę). ● „Rzuć i chwyć” – dzieci stoją w rozсыpce, woreczek lub piłkę małą trzymają w dłoniach. Na dany sygnał podrzucają go do góry i próbują go złapać. Powtórzyć 4x. ● Ćwiczenia mięśni grzbietu – przetoczenie się z leżenia tyłem do leżenia przodem. ● Leżenie przodem, broda oparta na dłoniach, w dłoniach chusta. Niewielki wznos tułowia z powolnym prostowaniem ramion i wyciąganiem się w górę. Powtórzyć 3x. ● Ćwiczenia mięśni brzucha – leżenie tyłem, ramiona w bok, nogi ugięte w kolanach, stopy oparte na podłożu – próba uchwycenia palcami stóp leżącej na podłodze chusty, uniesienie w górę i opuszczenie jej na brzuch. Wykonanie 2 – 3 oddechów przeponą, podanie chusty rękoma do stóp. Ćwiczenie to wykonywać przemiennie: prawą, lewą stopą oraz obunóż. Powtórzyć 2 x.

	Ćwiczenie uspokajające • Ćwiczenia uspokajające – „Opadające fale”. W pozycji stojącej dzieci chwytają stopą leżącą na podłodze chustę, podrzucają ją do góry i obserwują jej ruch podczas opadania, po czym odtwarzają ten ruch własnym ciałem. Powtórzyć 2x.
 POSŁUCHAJ I OPOWIEDŹ	„W co się bawią dzieci?” • „W co lubią bawić się dzieci?” – rozmowa na ulubionych zabaw, odwoływanie się dziecka do przeżyć minionych z przeszłości • Dzielenie wyrazów na sylaby i określanie pierwszej i ostatniej głoski: <i>lalka, miś, auto, wózek, samolot, piłka</i> Dzieci 5-letnie: • wykonanie ćwiczenia w KP4 (ćw. 1, s. 34–35)
 RELAKSUJ SIĘ	Podczas relaksu poproś rodzica o wykonanie 2 masażyków zmieniając role. <u>1.Myszka</u> Przyszła myszka do braciszka. [<i>opuszkami palców na plecach dziecka wykonujemy posuwiste i delikatne ruchy</i>] Tu zajrzała, tam wskoczyła, [<i>lekko laskoczymy dziecko za jednym uchem, następnie za drugim</i>] A na koniec tu się skryła. [<i>wsuwamy palec za kołnierzyk</i>] <u>2.Pajaczek</u> Wspinał się pajaczek po rynnie. [<i>wędrujemy palcami od dołu ku górze po plecach dziecka</i>] Spadł wielki deszcz i zmył pajaczkę [<i>rozkładamy na plecach płasko obie dłonie i szybko przesuwamy je w dół</i>] Zaświeciło słońeczko, [<i>masujemy plecy ruchem okrężnym</i>] Wysuszyło pajaczkę, rynnę i... [<i>masujemy tak długo, aż pocujemy ciepło</i>] Wspinał się pajaczek po rynnie... [<i>zaczynamy od początku.</i>]
 ŚPIEWAJ I TAŃCZ	Zapoznaj się z piosenką pt. „Zabawki mają duszę” Postaraj się zapamiętać słowa i melodię☺ Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=fQclaZa3FzU
 BĄDŹ ARTYSTĄ	Praca plastyczna pt. „Ja w mojej krainie wyobraźni” Według pomysłu dziecka i dostępnych materiałów plastycznych

AKTYWNOŚĆ DZIECKA	Dzień tygodnia 02.06.20r. (wtorek)
 BĄDŹ AKTYWNY	Zestaw ćwiczeń Zaproś do ćwiczeń kogoś z rodziny. • Pomaszerujcie wesoło z rękoma na biodrach, wysoko unosząc kolana. • Teraz biegajcie na palcach w różnych kierunkach. • Stańcie na przeciw siebie w odległości 2 metrów. Po kolei dajecie sobie hasła: Sufit! – trzeba unieść wysoko ręce w górę i stanąć na palcach. Na hasło Podłoga!- wykonać przysiad podparty. • Leżymy na plecach i jedziemy na rowerze (pod górkę wolno, a górki szybko) • Teraz spróbujcie chodzić wspak jak raki • Następnie rytmiczny marsz jak żołnierze jeden za drugim • Na koniec połóżcie się na plecach i odpocznijcie spokojnie oddychając Ćwiczenie uspokajające Maszerowanie przy ulubionej piosence.
 POSŁUCHAJ I OPOWIEDŹ	„G jak goryl” Zabawa paluszkowa „Rodzinka gorylka” Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=ZYGWrey2bRs • „Wstążkowe G” – chodzenie po wstążce ułożonej na kształt litery G • „Słówka na G” – wymienianie słów rozpoczynających się głoską G Dla 5-latków: • wykonanie ćwiczenia w KP4 (ćw. 1, s. 36) – kolorowanie lub wyklejanie szablonu litery, rysowanie litery palcem
 RELAKSUJ SIĘ	Zapraszamy na relaks „Spacer po lesie” Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=awlwB3-r9eU
 ŚPIEWAJ I TAŃCZ	Utrwalamy piosenkę pt. „Zabawki mają duszę” Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=fQclaZa3FzU

AKTYWNOŚĆ DZIECKA	Dzień tygodnia 03.06.20r. (środa)
 BĄDŹ AKTYWNY	<i>Zestaw ćwiczeń</i> Ćwiczenia przeciw płaskostopiu 1. Leżenie na plecach - nogi ugięte w kolanach, ręce pod głowę. Ruch- Dociskanie do podłoża pięt i palców z równoczesnym unoszeniem sklepień stóp, napinaniem pośladków i dociskaniem palców do podłoża / 1 min. / 2. Leżenie na plecach- nogi ugięte w kolanach , ręce pod głowę, stopy oparte o ścianę. Ruch- Kurczenie palców i podciąganie pięt, tzw. ”gąsienica” / 1 min. / 3. Leżenie na plecach – nogi ugięte w kolanach , ręce pod głowę, chwyt chusteczki palcami stopy. Ruch- Uniesienie jej w górę /machanie/. / 2 x 10 / 4. Leżenie na plecach , ręce pod głowę , nogi ugięte w kolanach. Ruch- Wtaczanie piłki po ścianie. / 10 x / 5. Leżenie na brzuchu , czoło oparte na dłoniach, nogi ugięte w kolanach. Ruch- Zbliżanie do siebie i oddalanie podeszw, ”klaskanie stopami”. 6. Spokojny chód z wysokim unoszeniem kolan i obciągnięciem palców stóp / 2 min. / 7. Stanie. Ruch- Przesuwanie pięty do przodu z jednoczesnym podkurczaniem palców, tzw. ”gąsienica”. / 1 min
 POSŁUCHAJ I OPOWIEDŹ	„Moje prawa i obowiązki” – posłuchaj co mówią dzieci ☺ <i>Skopiuj link poniżej:</i> https://www.youtube.com/watch?v=4pymm4e0I6U ● Rozmowa na temat: „Co to są prawa?” „Co to są obowiązki?” ● „Szukamy przeciwieństw” – rodzic wypowiada słowa a dziecko wymyśla przeciwieństwo np. do wyrazu gorzki-słodki, smutny -wesoły , zimny – gorący, duży – mały, chudy – gruby
 RELAKSUJ SIĘ	Zapraszamy na relaks przy muzyce „Usypianki - kolysanki” <i>Możesz oglądać i słuchać</i> <i>Skopiuj link poniżej:</i> https://www.youtube.com/watch?v=kh-6z4Xmgr4
 ŚPIEWAJ I TAŃCZ	Posłuchaj piosenki pt. „Jesteśmy dziećmi”- postaraj się zapamiętać słowa i melodię, a następnie zaśpiewaj <i>Skopiuj link poniżej:</i> https://www.youtube.com/watch?v=7K3_mSb1zRQ

AKTYWNOŚĆ DZIECKA	Dzień tygodnia 04.06.20r. (czwartek)
 BĄDŹ AKTYWNY	Zestaw ćwiczeń Zaproś do ćwiczeń kogoś z rodziny. • Pomaszerujcie wesoło z rękoma na biodrach, wysoko unosząc kolana. • Teraz biegajcie na palcach w różnych kierunkach. • Stańcie na przeciw siebie w odległości 2 metrów. Po kolei dajecie sobie hasła: <i>Sufit!</i> – trzeba unieść wysoko ręce w górę i stanąć na palcach. Na hasło <i>Podłoga!</i> – wykonać przysiad podparty. • Leżymy na plecach i jedziemy na rowerze (pod górkę wolno, a górkę szybko) • Teraz spróbujcie chodzić wspak jak raki • Następnie rytmiczny marsz jak żołnierze jeden za drugim • Na koniec połóżcie się na plecach i odpocznijcie spokojnie oddychając wykonując wdech nosem, wydech ustami.
 POSŁUCHAJ I OPOWIEDŹ	„Dzieci świata” Dzieci z różnych stron świata, ich domy i zabawy – oglądanie filmu edukacyjnego Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=zl_dYe03Yx0 • Wykonanie ćwiczenia w KP4 (ćw. 1, s. 38–39) – wyszukiwanie różnic i podobieństw między dziećmi
 RELAKSUJ SIĘ	Zapraszamy na relaks z masażym Położ się wygodnie na brzuchu Zaproś kogoś z rodziny do wspólnego relaksu poprzez masaż ciała. „IDZIE PANI, WIETRZYK WIEJE” Idzie pani: tup, tup, tup Dziecko zwrócone do rodziców plecami. Z wycuciem stukamy w jego plecy opuszkami palców. Dziadek laską: stuk, stuk, stuk, wskazujących, delikatnie stukamy zgiętym palcem. Skacze dziecko: hop, hop, hop Naśladujemy dłońią skoki, na przemian opierając ją na przegubie i na palcach; Żaba robi długi skok. Z wycuciem klepiemy dwie odległe części ciała dziecka np. stopy i głowę, Wieje wietrzyk: fiu, fiu, fiu Dmuchamy w jedno i w drugie ucho dziecka, Kropi deszczyk: puk, puk, puk, Delikatnie stukamy w plecy

	wszystkimi palcami. Deszcz ze śniegiem: Klepiemy dziecko po plecach dłońmi złożonymi w „miseczki” chlup, chlup, chlup, A grad w szyby: łup, łup, łup. Lekko stukamy dłońmi złożonymi w pięści, Świeci słońko, Gładzimy plecy wewnętrzną stroną dłoni ruchem kolistym. wieje wietrzyk, Dmuchamy we włosy dziecka, pada deszczyk. Z wyczuciem stukamy opuszkami palców w plecy dziecka. Czujesz dreszczyk? Leciutko szczypiemy w kark. „IDZIE, IDZIE” Idzie, idzie stonoga, Dziecko leży na brzuchu, spacerujemy palcami po jego plecach stonoga, stonoga A tu... noga! Chwytny dziecko za nogę. Idzie, idzie malec Wędrujemy po niej dwoma palcami w kierunku stopy, drobnymi kroczkami A tu... palec! Chwytny dziecko za palec. Idzie, idzie koń Delikatnie, lecz zdecydowanie naciskamy na jego plecy dłońmi Koń, koń. zwinętymi w pięści na przemian. A tu ... dłoń! Chwytny dziecko za dłoń. Leci, leci sowa Szybko muskamy jego rękę opuszkami palców. Sowa, sowa. A tu... głowa! Ostrożnie, oburącz chwytny jego głowę, głaszczemy po włosach.
 ŚPIEWAJ I TAŃCZ	Utrwalamy piosenkę pt. „Jesteśmy dziećmi” Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=7K3_mSb1zRQ
 BĄDŹ ARTYSTĄ	Wykonaj pracę plastyczną pt. „Dzieci z różnych stron świata” Propozycje prac zamieszczone są pod tabelką ☺

AKTYWNOŚĆ DZIECKA	Dzień tygodnia 05.06.20r. (piątek)
 BĄDŹ AKTYWNY	Zestaw ćwiczeń • Zabawa „Ludzie do ludzi” – poproś do zabawy domowników. Spacerujemy lub poruszamy się na palcach. Na hasło: <i>Kolano do kolana, Dłonie do dłoni, stopa do stopy, Głowa do głowy... itd.</i> szybko witamy się z partnerem tymi częściami ciała • Stoimy w lekkim rozkroku, wykonujemy 4 rytmiczne wyrzuty ramion w prawo. 4 rytmiczne wyrzuty ramion w lewo. 4 wyrzuty ramion w górę, 4 wyrzuty ramion w dół, 4 kroki marszu do przodu, 4 kroki marszu do tyłu • leżymy na plecach i jedziemy na rowerze wolno pod górkę i szybciej z górki • leżymy na plecach i staramy się „przykleić” plecy do podłogi, następnie głowę, kolejno ręce, pięty Ćwiczenie uspokajające Leżymy na plecach. Kładziemy na klatce piersiowej np. woreczek (lub dowolny inny przedmiot). Robimy wdech nosem, wydech ustami (woreczek podnosi się i opada – obserwujemy przedmiot) x 5
 POSŁUCHAJ I OPOWIEDŹ	„Zabawy nadszedł czas!” • Wysłuchanie piosenki pt. „Bal w przedszkolu” Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=pmAPKouj5zw • Wymień postaci, które były na balu i opisz elementy ich strojów • Wspólnie z Rodzicem lub samodzielnie policz wszystkie postaci, które były na balu • Czy pamiętasz za kogo Ty byłeś/byłaś przebrany/przebrana na balu w przedszkolu? A Twoi koledzy i koleżanki?
 RELAKSUJ SIĘ	Zapraszamy na relaks Położ się wygodnie i posłuchaj z zamkniętymi oczami muzyki relaksacyjnej Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=Y2qzY9Y0ONQ
 ŚPIEWAJ I TAŃCZ	Zatańcz wesoło! Tak, jak lubisz przy muzyce :) Skopiuj link poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=JSEHK1V4w7k



BĄDŹ ARTYSTĄ

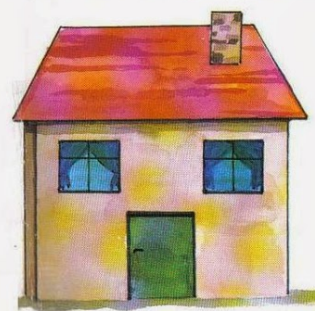
Wykonaj pracę plastyczną pt „Uśmienięte dzieci”

Lepienie z plasteliny według własnego pomysłu

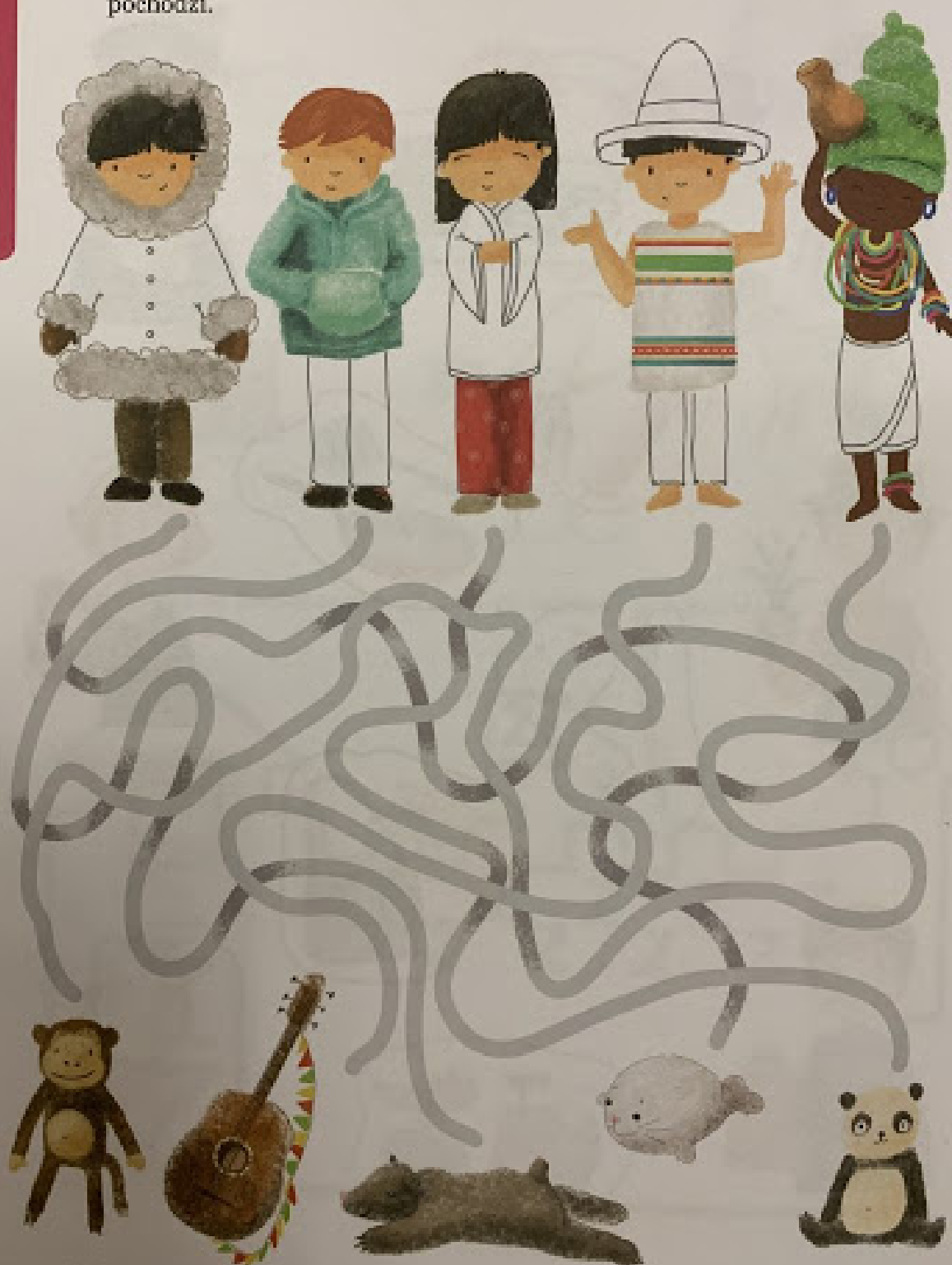
DZIECI ŚWIATA - zadania

Doprowadź dzieci mieszkające w różnych krajach do ich domów.

1



1. Popatrz na dzieci z różnych stron świata. Dokończ kolorowanie ich strojów. Połącz każde dziecko z zabawką związaną z regionem, z którego pochodzi.



Połącz dziewczynki w pary z chłopcami. Ile jest par? Czy ktoś został bez pary? Ile jest osób?



DZIECI ŚWIATA – propozycje prac plastycznych

