**ZADANIA NA ŚRODE 06 MAJA**

**Zabawa poranna**

Owocowa gimnastyka – Sałatka owocowa z polewą czekoladową

# Maliny, banany i truskawki zrywany ale najpierw je poszukamy więc zaczynamy marsz potem skłon i obrót, następnie kroimy, szukamy bananów biegniemy, zrywamy i obracamy, potem malinki zrywamy i na koniec mieszamy, polewą polewamy i pysznie zajadamy.

# Link do zabawy ruchowej :

# <https://www.youtube.com/watch?v=Vkiw9i_mQSo>

**Aktywność Językowa**

**Kto mieszka na łące?** – prezentujemy dzieciom plansze ze zdjęciami mieszkańców łąki wraz z opisem, utrwalając nazwy zwierząt i roślin, jakie możemy spotkać na łące.













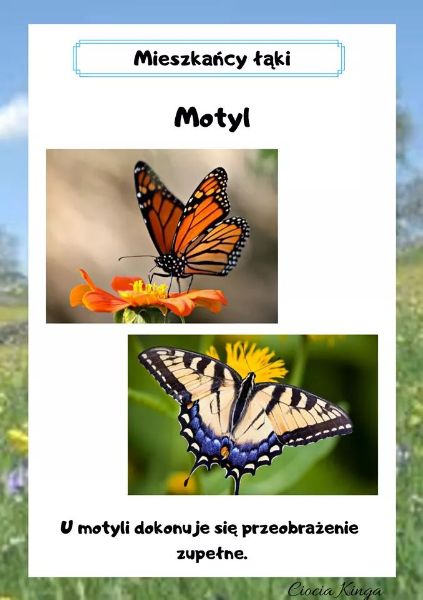


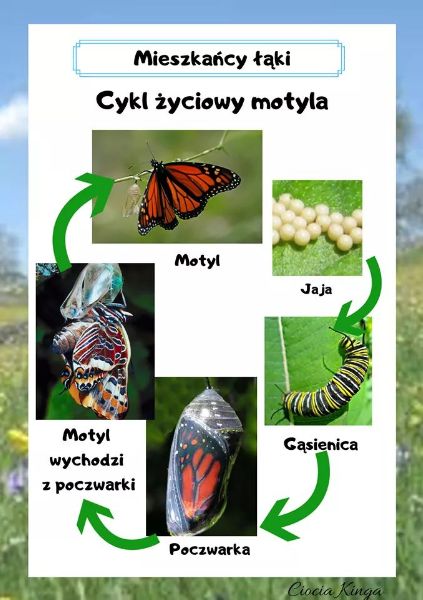














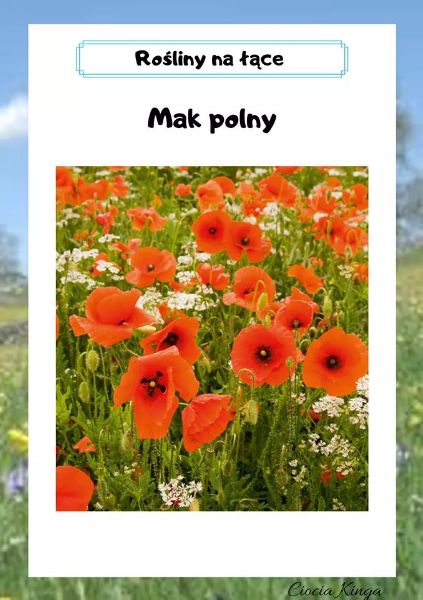


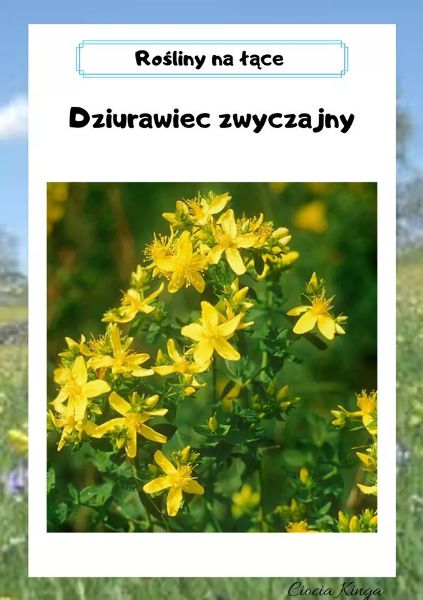






















**Aktywność Fizyczna**

Schemat zawiera ćwiczenia z różnych rodzajów aktywności gibkość, skoczność, zwinność, szybkość, siła oraz równowaga.

1. Podskoki obunóż jak małe piłeczki. Tempo: wolno wolno wolno, szybko szybko szybko, wolno wolno wolno, szybko szybko szybko, wolno wolno wolno, szybko szybko szybko
2. W klęku podparty wykonujemy na przemian „koci grzbiet”, następnie „plecy zapadnięte (wklęsłe)”. (około 8 powtórzeń)
3. Zabawa w pchanie taczek. Trzymamy za kostki nasze dziecko, a ono próbuje chodzić na rękach do przodu, do tyłu, zmieniać kierunek. (+/- do przejścia 15 metrów)
4. Marsz na czworaka w podporze przodem. (+/- do przejścia 20 metrów w różnych kierunkach)
5. Szybki sprint w miejscu.
6. Klęk podparty, wykonujemy ruch do tyłu, opierając pośladki o stopy, równocześnie chowamy głowę między ramiona. Powracamy do klęku podpartego. (+/- 10 ruchów)
7. Małe żabki: skaczemy do przodu obunóż z głębokiego przysiadu (10 żabich skoków).
8. Ćwiczenie dużych grup mięśniowych “Kto silniejszy”. Siadamy naprzeciwko dziecka: siad skrzyżny. Podajemy sobie ręce. Kolana dotykają Przeciągamy się raz w jedną, raz w drugą stronę.
9. Mała miękka piłka lub woreczki z grochem lub balonik: podrzucamy i chwytamy, ale po każdym podrzucie robimy obrót: raz w lewo, raz w prawo
10. Siadamy. Na ustalony znak jak najszybciej podrywamy się z podłogi i klaszczemy.

**Ćwiczenie uspokajające** Maszerowanie przy ulubionej piosence.