**ZADANIA NA PONIEDZIAŁEK 18MAJA**

***ZABAWA PORANNA***

**Zabawy ruchowe dla dzieci - Głowa, ramiona, kolana pięty-  *pokazujemy raczkami kolejno na wymieniane części ciała***

<https://www.youtube.com/watch?v=l-P0PfiZp9E>

**A gimnastyka dobra sprawa   
Dla nas wszystkich to zabawa   
Ręce w górę i w przód i w bok   
Skok do przodu, w górę skok.  
  
Głowa, ramiona, kolana pięty  
Kolana, pięty, kolana, pięty  
Głowa, ramiona, kolana, pięty  
Oczy, uszy, usta, nos.  
  
Głowa, ramiona, kolana pięty  
Kolana, pięty, kolana, pięty  
Głowa, ramiona, kolana, pięty  
Oczy, uszy, usta, nos.**

***AKTYWNOŚĆ JĘZYKOWA***

Rozmowa z dzieckiem o tym, że w czerwcu obchodzimy Dzień Taty, jak możemy go spędzić wspólnie z tatusiem? Rozmowa z dzieckiem o tym, jaki zawód wykonuje tata? Czym, na co dzień zajmuje się w pracy?

|  |
| --- |
| ***Dla mojego Tatusia*** |
|  |

|  |
| --- |
| *Chodzimy z Tatą na długie spacery, mamy wspaniałe górskie rowery. Po parku na nich często jeździmy i nigdy razem się nie nudzimy.  Gdy mroźna zima nagle przybywa i śnieżnym szalem wszystko okrywa, bierzemy narty i śnieżne szlaki wciąż przemierzamy jak szybkie ptaki.  Często chodzimy razem do kina, lubimy kiedy dzień się zaczyna. Mam swego Tatę - to wielkie szczęście, życzeń mu składam dziś jak najwięcej.* |
|  |

***AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA***

zabawy orientacyjno - porządkowa, zabawy z elementem skrętu, ćwiczenia z elementem skłonu, zabawy wzmacniające mięśnie brzucha i nóg, zabawy elementem, czworakowania.

|  |
| --- |
| **Ćwiczenia w parach - jedna osoba jest oznaczona szarfą "mama lub tata", dziecko "dziecko".** Każde ćwiczenie wykonujemy po 1 minutę to co "dziecko" i po zmianie po 1 minucie to co "rodzic"  1. Marsz. "Dzieci" maszerują unosząc kolana, "dorośli" idą na palcach. Na sygnał zmiana ról.  2. **Do mamy i taty** - zabawa orientacyjno - porządkowa. "Rodzice" stają na obwodzie koła w dużych odległościach od siebie. W rytm tamburyna "dzieci bawią się" - przemieszczają w podskokach wewnątrz koła. Na mocniejsze uderzenie tamburyna i hasło "do mamy i taty" stają przed "swoimi rodzicami".  3. **Błoto** - zabawa z elementem skrętu.  Dzieci ustawiają się w parach - najpierw "dziecko" w lekkim rozkroku (ręce na biodrach), za nim "rodzic" w większej odległości. "Dziecko" wpadło do "błota" i boi się poruszyć. Wykonuje skręty tułowia "szuka rodzica".  4. **Kajakowy spływ** - ćwiczenie z elementem skłonu.  Siad w rozkroku, jedno za drugim "rodzic, dziecko". "Dziecko" trzyma "rodzica" w pasie. Wspólnie pochylają się w tym samym rytmie równocześnie w przód i tył. "Rodzic" naśladuje ruchy wiosłem.  5. **Rowery** - zabawa wzmacniająca mięśnie brzucha i nóg.  W parach leżenie tyłem, stopy przylegają do siebie. Ręce wzdłuż tułowia. Równoczesne uniesienie nóg, naśladowanie jazdy na rowerze.  6. Ćwiczenie z elementem czworakowania.  "Rodzic" stoi w rozkroku, "dziecko" przechodzi na czworakach między nogami raz w jedną, raz w drugą stronę.  7. **Gąsienica** - ćwiczenie przeciw płaskostopiu.  "Rodzic i dziecko" widzą gąsienicę. Próbują iść tak jak ona (stopy przylegają do podłoża, podciąganie palców, przesuwanie stóp).  8. "Dziecko" ściąga szarfę z "rodzica" - przesuwanie w dół. Wieszają szarfę na ręce nauczycielki. Wracają do swoich "rodziców", kłaniają się dziękując za wspólne ćwiczenie. |
|  |