

Propozycja zajęć dodatkowych na piątek 02.04.2021

1. Zabawa paluszkowa- "Zajączki".

Rodzic wraz z dzieckiem ilustrują ruchem tekst zabawy.

Pięć zajaczków małych kica na polanie.

Gdy się jeden schowa, ile tu zostanie?

Pięć zajaczków małych kica na polanie.

Gdy się dwa schowają. Ile tu zostanie?

Pięć zajaczków małych kica na polanie.

Gdy się trzy schowają ile tu zostanie?

Pięć zajaczków małych kica na polanie.

Gdy odejdą cztery, ile tu zostanie?

Pięć zajaczków małych kica na polanie.

Kiedy pięć się schowa, ile tu zostanie?

2. Gimnastyka korekcyjna - **gimnastyka z rodzicami.**

I. Muzyczna gimnastyka – rozgrzewka

<https://www.youtube.com/watch?v=Vq4LxW6QX7I&t=9s>

II. Część główna

Podaj mi szalik - Dziecko wraz z rodzicem ustawiają się plecami do siebie, w rękę jedna osoba trzyma szalik. Naprzemienne skręty tułowia z jednoczesnym podaniem szalika.

Łap- Dziecko wraz z rodzicem stoją przodem do siebie w odległości ok. 1 m. W rękę jedna z osób trzyma zwinięty szalik, chwytą go obydwoma rękami i rzuca szalik do osoby z pary. Następnie druga osoba wykonuje ćwiczenie.

Do kosza - Dziecko wraz z rodzicem siedzą po turecku naprzeciwko siebie. Jedna osoba z pary trzyma w rękę zwinięty szalik. Zadaniem drugiej osoby jest zrobienie z rąk „kosza”. Rzucamy np. po 10 razy, potem następuje zmiana. Wygrywa osoba, która jak najwięcej razy trafi do kosza.

ODDYCHAMY- Dziecko wraz z rodzicem siedzą po turecku przodem do siebie. Prawą dłoń kładziemy na brzuchu. Mały palec znajduje się powyżej pępka. Oddychamy głęboko przez nos starając się by prawa dłoń unosiła się. Powietrze wydychamy przez usta. Ćwiczenie wykonujemy kilka razy .

KTO SILNIEJSZY?- Dziecko wraz z rodzicem siedzą naprzeciwko siebie, wasze stopy trzymają szalik. Rodzic i dziecko próbują stopami przeciągnąć szalik na swoją stronę.

Podaj mi szalik - Dziecko wraz z rodzicem ustawiają się plecami do siebie, w rękę jedna osoba trzyma szalik. Zadaniem jest podać szalik górą i oddać dołem. Ćwiczenie powtarzamy kilkakrotnie.

Zapraszam do zabaw ruchowych z dzieckiem w domu.

III. Zakończenie

Marsz:

1. Wdech – ramiona uniesione przodem w górę, wydech – ramiona przodem w dół.
2. Wdech - ramiona bokiem w górę, wydech - ramiona bokiem w dół.

3. Opisywanie obrazka.

Dziecko przygląda się ilustracji i opisuje ją. Następnie rodzic zakrywa obrazek, a zadaniem dziecka jest wymienić jak najwięcej elementów, które zapamiętało.

Załącznik nr 1

4. *Zajaczek z dłoni*

Dziecko odrysowuje rączkę na papierze kolorowym i wycina ją. Następnie środkowy palec zaginamy do tyłu i ozdabiamy naszego zajaczka.

Praca pokazowa w załączniku.

Dodatkowo, do wyboru:

1. Zabawa muzyczno-ruchowa *Psotny spacerek*.

Dziecko porusza się według wskazówek zawartych na filmie. Zachęcam do wspólnego tańca razem z dziećmi:).

https://youtu.be/mnPPLdq7_jo

2. Układanie z kolorowych sznurków symboli świąt Wielkanocnych.

Dziecko układa ze sznurka dowolny kształt, który kojarzy mu się z Wielkanocą, zadaniem rodzica jest odgadnąć, co przedstawia. Następnie można zamienić się rolami.

3. Od dzisiaj do wtorku w ramach przedszkolnych zajęć Dzieci mają za zadanie wychodzić na wiosenne spacerki i pomagać rodzicom w świątecznych przygotowaniach. Dlatego wszystkim Rodzicom i Dzieciom już dziś składam najserdeczniejsze świąteczne życzenia

Pozdrawiam

Magdalena Mortka 😊



