

Zajęcia zdalne – propozycje zabaw nauczyciela wspomagającego na dzień 13.04.2021

Ćwiczenie dużych grup mięśniowych

1. "Drzewa na wietrze"

Dziecko stoi w rozkroku, ramiona uniesione w górę. Porusza ramionami kołysząc się na boki (silny wiatr- skłon pogłębiony).

2. Ćwiczenia z elementem podskoku "Skaczące piłki"

Podskoki obunóż w swobodnym tempie.

3. Ćwiczenie uspokajające

Marsz w tempie podanym przez rodzica.

4. Zabawa bieżna "Zajaczki w ogrodzie"

Dziecko- zajaczek biega po ogrodzie. Na hasło "Ogrodnik" chowa się- zatrzymuje i robi przysiad podparty, pochylając nisko głowę.

Ćwiczenie dużych grup mięśniowych

1. " Mrówki budują mrowisko"

Naśladowanie ruchów podnoszenia i układania patyczków, igiełek sosnowych- skłony i wyprosty.

2. Ćwiczenie dużych grup mięśniowych wg C. Orffa Zwijanie gazety w kulę (oburącz, prawą, lewą ręką), zabawy swobodne kulkami, przy muzyce chwytanie, rzucanie, toczenie, przeskakiwanie, dmuchanie balona, jedzenie jabłka, itp.

3. Ćwiczenie uspokajające Marsz w kole , wrzucanie kul z gazety do kosza.

<https://www.youtube.com/watch?v=4cNbggnMMpo&pbjreload=10>

„Jak powstaje tęcza” – wyjaśnienie tego zjawiska podczas oglądania filmu

<https://www.youtube.com/watch?v=qigLVHVd5j0>

✓ Ćwiczenie pamięciowe „Układamy tęczę” – rodzic wiesza zdjęcie tęczy w widocznym miejscu, dziecko przez jakiś czas przypatruje się tęczy a potem rodzic zakrywa tęczę i zadaniem dziecka jest ułożyć tęczę z wyciętych kolorowych pasków wg odpowiedniej kolejności.

✓ „Słodka tęcza” - do wykonania tęczy potrzebujecie tylko 3 rzeczy – paczki cukierków mocno barwionych (Skittles albo M&MS), białego talerza i kubka z wodą o temperaturze pokojowej. Poproście dziecko by poukładało cukierki na talerzyku, wokół rantu, jeden obok drugiego. Najlepiej układać obok siebie cukierki w różnych kolorach Następnie, powoli na sam środek talerzyka, wylejcie kubek wody i poczekać co się stanie. Ważne jest by po wlaniu wody nie przesuwać talerzyka, bo kolory źle się wymieszają. Cukierki już po kilku sekundach zaczynają puszczać barwniki.

https://www.youtube.com/watch?v=wQ8BqgSfDIE&feature=emb_title





✓ „Dokończ kolorowanie tęczy” – ćwiczenie percepcji wzrokowej i orientacji przestrzennej. Należy dokończyć kolorować tęczę i dorysować pewne elementy nad i pod tęczę. Karta pracy.

Sensoplastyka : malowanie na mleku

<https://www.youtube.com/watch?v=MyrmqIz8GYA>

(rodzice proszeni są przygotowanie talerza, mleka, płynu do zmywania oraz barwników – jeśli rodzice nie posiadają barwników mogą użyć rozcieńczonej farby w różnych kolorach, bądź zabarwionej bibuły).

✓ . Ćwiczenia grafomotoryczne – poprowadź ołówek po przerywanej linii i pokoloruj obrazek.

✓ Zabawa taneczna przy piosence pt. „ Tęcza , tęcza ,cza, cza, cza” Dzieci i rodzice trzymają w rękach paski z krepki w różnych kolorach tęczy i wymachują nimi w rytm muzyki.

<https://www.youtube.com/watch?v=LmBK0xFkhH4>

Moi drodzy, zachęcam do spędzania jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu. Możemy bawić się z piłką w różne zabawy, takie jak: kolory, zbijak, rzucanie do celu, kozłowanie itp. Wszystkie zabawy ruchowe możecie wykonywać właśnie na świeżym powietrzu. Pamiętajcie

też o częstym i dokładnym myciu rącek po pobycie na podwórku i koniecznie przed każdym posiłkiem.

ZESTAW ĆWICZEŃ USPRAWNIAJĄCYCH PRAWIDŁOWY ODDECH

1. Chłodzenie gorącej zupy.
2. Wąchanie kwiatów, zapachów, potraw, kosmetyków.
3. Dmuchanie na zmarzniętą szybę, chuchanie na złożone dłonie.
4. Zdmuchiwanie kropli deszczu, płatków śniegu, piórek, listków w czasie zabaw w przedszkolu i podczas spacerów.
5. Nadmuchiwanie balonów.
6. Nabieranie powietrza nosem przy zamkniętej buzi i wypuszczanie przy jednoczesnej artykulacji głoski np. /s/ lub /f/.
7. Zdmuchiwanie chrupek, piłeczek, kawałków waty z gładkiej a następnie szorstkiej powierzchni.
8. Dmuchanie na płomień świecy tak, aby go nie zgasić.
9. Dmuchanie na styropianowe zabawki pływające po wodzie (zabawa “Zawijanie do portu”).
10. Puszczanie baniek mydlanych. Dmuchamy na zmianę:
długo – krótko – jak najdłużej
słabo – mocno – jak najmocniej (gotuje się, kipi)
11. Dmuchanie na wiatraczki, w gwizdki.
12. Gwizdanie.
13. Dmuchanie na paski papieru lub wycięte z kolorowego papieru zabawki (zwierzęta, kwiatki, listki, gwiazdki itp.) umieszczone na nitkach i umocowane na stelażu, tak aby jak najdłużej utrzymały pozycję wychylną.
14. Dmuchanie do celu, np. papierowych, styropianowych lub zrobionych z wacików zabawek (rybki do stawu, pająk na pajęczynę, myszki do norki, pies do kości itp.).
15. Dmuchanie na wycięty z papieru grzebień, od strony lewej do prawej, tak, aby na jednym wydechu wychyliły się wszystkie zęby grzebienia.

16. Oddychanie w pozycji leżącej z zabawką ułożoną na brzuchu (“Kołysanka”).
17. Naśladowanie na jednym wydechu śmiechu różnych osób np. dziewczynka: hi, hi, hi, chłopiec: ha, ha, ha, staruszka: he, he, he, mężczyzna: ho, ho, ho.
18. Fonacja samogłosek lub spółgłosek /s, z, sz, ż, w, f/ na jednym wydechu podczas zabawy np. jazda samochodu z przedszkola do garażu, droga ślimaka z lasu do domu itp.
19. Zabawy fonacyjne samogłoskami aaa..., ooo..., uuu..., eee..., yyy ..., iii ...
20. Łączenie samogłosek w pary, po trzy aż do sześciu: aaauuu, aaaoooouuu itp.
21. Liczenie na jednym wydechu 1, 2, 3, 4, 5....
22. Wyliczenie na jednym oddechu jak najwięcej wron :

„Jedna	wrona	bez	ogona
druga	wrona	bez	ogona
trzecia	wrona	bez	ogona
(...)			

a ta jedenasta, wrona ogoniasta.

W codziennym kontakcie z dzieckiem, nauczyciel przypomina o zasadach prawidłowego oddechu. Dobrym pomysłem jest zabawa “Czarodziejski kluczyk” – zwracamy uwagę na zamykanie buzi i oddychanie nosem.

Uwaga:

Należy pamiętać o tym, że dziecko nie wykona tego zadania, gdy ma katar, przerost trzeciego migdałka lub krzywą przegrodę nosa.

ZESTAW ĆWICZEŃ USPRAWNIAJĄCYCH KOMPETENCJE Z ZAKRESU MOWY I MYŚLENIA:

✓ Podaj kolejność

Za parawanem/chustą jest zgromadzonych kilka przedmiotów. Rodzic odsłania parawan, dziecko przygląda się przedmiotom zapamiętując ich kolejność. Rodzic ponownie zasłania parawan a zadaniem dziecka jest wymienić przedmioty w kolejności. Utrudnieniem może być podanie koloru każdego z przedmiotów.

✓ Co się zmieniło?

Dziecko wychodzi z pokoju, a rodzic zmienia coś w swoim wyglądzie. Dziecko ma znaleźć różnice w wyglądzie rodzica.

✓ Zapamiętaj

Rodzic wykonuje jeden prosty ruch np. kiwa głową. Dziecko powtarza ruch rodzica i dodaje swój. Następnie rodzic powtarza ruchy dziecka dodając swój ruch itd.

✓ Wyliczanki

Człowiek może mieszkać w

Człowiek może siedzieć w

Narzędziem pracy człowieka jest

✓ Kuferek skarbów

Rodzic wyciąga z kufereka zgromadzone w nim przedmioty i pokazuje dziecku. Zadaniem dziecka jest odgadnąć do czego służy każdy przedmiot. Następnie dziecko wymyśla inne zastosowanie znanych na co dzień przedmiotów.

✓ Snuj się, snuj bajeczko

Rodzic wprowadza nastrój i zaczyna opowiadać wymyśloną bajkę np. dawno, dawno temu, za lasem, w małej chatce mieszkała dziewczynka... Dziecko opowiada dalej dodając jedno swoje zdanie, następnie kolejne zdanie dodaje rodzic itd. Na zakończenie dziecko podejmuje próbę odtworzenia całej bajki.

✓ Skarbnica

Zabawa polega na wymienianiu słów według określonych wymogów treściowych. Dziecko wymienia rzeczy –obiekty np. tylko białe (śnieg, mąka, cukier itp.).Rodzic dodaje kolejne kryterium: wymień rzeczy lub obiekty białe i miękkie itp. Rodzic może podawać różne kryterium w zależności od opracowywanej tematyki.



- Dokończ kolorowanie tęczy. Pod tęczą narysuj kwiaty, nad tęczę narysuj ptaki.
- Potrafisz podać nazwy wszystkich kolorów tęczy? Spróbuj je wymienić.



