WITAM WAS W PIĄTEK 24.04.20R.

Dzisiejszy temat dnia : „ Wiosenna gimnastyka”

Proponuję zestaw ćwiczeń na świeżym powietrzu.

Ćwiczenia gimnastyczne

- „ Deszcz i słonce”- zabawa orientacyjno – porządkowa.

Dziecko biega swobodnie. Nas hasło: Deszcz!- kuca, a na hasło Słonce!- stoi z wyciągając ręce w górę.

- „Prace na grządce”- ćwiczenia dużych grup mięśniowych.

Dziecko naśladuje: przekopywanie ziemi- skłony i wyprosty, grabienie- skrety ciała w lewo i w prawo, wysiewanie nasion- skręty ciała w przysiadzie.

-„ Idą krety”- zabawa z czworakowaniem.

Dziecko chodzi na czworakach. Na hasło: Kret wychodzi na powierzchnię ziemi!- z przysiadu powoli prostuje się.

\_ „ Koniki”- zabawa bieżna.

Dziecko biega swobodnie. Na hasło: Konik grzebie kopytkiem!- dziecko uderza o podłogę palcami stóp jednej nogi, potem drugiej. Następnie koniki parskają, rżą i biegną dalej.

- „ Zajączki w ogrodzie”- zabawa z elementem podskoku.

Dziecko podskakuje raz na jednej, raz na drugiej nodze. Na sygnał R. zajączek zatrzymuje się i rozgląda- stoi w małym rozkroku i wykonuje skręty głowy: zagląda za jedno ramię, potem za drugie.

-Maszerowanie z wyklaskiwaniem rytmu.

„ Złap piłkę”- zabawa z elementem rzutu.- do zabawy zapraszamy innych domowników.

„ Krety i kopce”- zabawa dydaktyczna.( poniżej umieściłam rysunki kretów z kopcami, po wydrukowaniu należy odciąć kopce.

R układa w szeregu rysunki kretów i mówi: To są krety: mały, większy i duży, a to ich *kopce: duży, mniejszy i mały.*

Dziecko wskazuje kreta małego, większego i dużego oraz kopce: duży, mniejszy i mały. Liczy krety i kopce oraz określa ich liczbę liczebnikiem. Następnie umieszcza krety nad kopcami według wielkości. Następnie dziecko może pokolorować wybranego krecika.

Miłej zabawy!





