



Mieszkańcy łąki– materiały na 22.05.2020r

Kto mieszka
na łące?



1. Gimnastyka poranna ☺



„**Ptaki**” – poruszaj się po pokoju naśladując różne ptaki, na hasło: *wróbel* – wykonuj podskoki obunóż, na hasło: *jaskółka* – biegaj po pokoju z ramionami wyciągniętymi w bok, na hasło: *bocian* – spaceruj podnosząc wysoko kolana.

„**Motyl**” – poruszaj się po pokoju w rytmie ulubionej muzyki naśladując lot motyla. Na przerwę w muzyce, wykonaj przysiad.

„**Żabka i bocian**” – dziecko – żabka skacze po łące. Gdy usłyszy hasło „bocian” – ucieka do stawu (kartka papieru lub strona z gazety położona na dywanie).

2. „Krasnal Teodor” – słuchanie opowiadania czytane przez Rodzica

Krasnal Teodor mieszkał w pięknym lesie. Miał swój dom w starym dębie. Dąb był też domem rodziny wiewiórek. Mieszkały w starej dziupli i często odwiedzały Teodora. Krasnal miał wielu przyjaciół. Zając Ryszard opowiadał mu o swoich wyprawach na pobliskie pola kapusty. Dzik Franciszek zasięgał informacji, gdzie są najdorodniejsze żołędzie, bo przecież Teodor znał las najlepiej. Mieszkał w nim od dawna i wiedział o nim wszystko. Obok dębu często przebiegały sarny. Ale one nigdy nie miały czasu, aby dłużej porozmawiać z krasnałem. Ciągłe szukały miejsc z soczystą trawą, albo urządziły biegi z przeszkodami.

Pewnego razu Teodor postanowił zwiedzić cały las. Wybrał się na południe i po długiej wędrówce dotarł do miejsca, którego wcześniej nie znał. Jego oczom ukazał się piękny widok. Trawy w różnych odcieniach zieleni, a wśród nich różnokolorowe kwiaty: rumianki, stokrotki, maki, niezapominajki mieszały się z koniczyną i mniszkami lekarskimi. Czegoś takiego krasnal jeszcze nie widział. Znał swój piękny las, ale to co zobaczył było czymś niesamowitym. Postanowił z bliska zobaczyć kolorowy dywan. w pewnym momencie spostrzegł sadzawkę, a obok niej kamień, na którym siedziała żaba.

- Widzę ciebie po raz pierwszy – odezwała się żaba.

- Jestem Teodor – odpowiedział krasnal.

- a ja jestem Zuzanna – przedstawiła się żaba. co cię do nas sprowadza? – zapytała Zuzanna.

- Mieszkam w lesie – odpowiedział Teodor. i nie wiedziałem, że obok lasu jest coś tak pięknego.

- to nasza łąka, tutaj mieszkamy – wyjaśniła Zuzanna.

- to oprócz ciebie ktoś tu jeszcze mieszka? – zdziwił się krasnal.

- Tak – odpowiedziała żaba. Przedstawię ci moich przyjaciół.

I już po chwili Teodor poznał motyla, biedronkę, pszczołę. Zobaczył też kreta, ślimaka i kogoś z kim żaby nie przyjaźnią się – bociana.

- Nie lubimy bocianów – powiedziała żaba, ale miło popatrzeć jak krążą nad naszą łąką.

-Nie robią nic złego, czasem tylko budzą moje dzieci swoim głośnym klekotaniem.

- łąka, to bardzo ładne miejsce – powiedział Teodor. Muszę opowiedzieć o nim swoim przyjaciołom.

- Myślę Teodorze – powiedziała Zuzanna, że twoi przyjaciele znają łąkę.

Czasami odwiedzają nas. Tutaj odpoczywają lub zjadają pyszną trawę...



Odpowiedz na pytania dotyczące opowiadania:

- Gdzie mieszka krasnal Teodor?
- w jakim drzewie krasnal miał swój dom?
- Kto jeszcze mieszkał w starym dębie?
- Jakich przyjaciół miał krasnal Teodor?
- o czym opowiadał Teodorowi zając Ryszard?
- o co pytał Teodora dzik Franciszek?
- Czego szukały sarny?
- do jakiego miejsca dotarł Teodor?
- Jak wyglądała łąka?
- Kogo Teodor spotkał nad sadzawką?
- Kto oprócz żaby Zuzanny mieszkał na łące?
- Komu Teodor chciał opowiedzieć o łące?
- Czego krasnal dowiedział się od żaby Zuzanny?
- Jak myślisz, jakie zwierzęta odwiedzały łąkę?

3. Zabawy i ćwiczenia ruchowe

Zabawa ożywiająca:

Poruszaj się po pokoju, na hasło podane przez Rodzica przyjmij określoną postawę. Hasła podawane przez Rodzica:

- drzewo – dziecko zatrzymuje się w rozkroku z ramionami w górze,
- literka T – postawa o nogach złączonych ramiona w bok,
- most – pozycja na czworakach z wyprostowanymi nogami,
- literka i – dziecko w postawie o nogach złączonych ramiona w górze.

- Ćwiczenia:
- Dziecko próbuje zdjąć skarpety stopami.
- Ćwiczenia równoważne w postawie stojącej ćwiczenia powtarzamy po 3 razy:
- ręce w górę, prawą stopą chwytny skarpetę i unosimy nogę w przód lekko nad podłogę, wytrzymaj w tej pozycji 5 sekund,
 - ręce w górę, lewą stopą chwytny skarpetę i unosimy nogę w przód lekko nad podłogę, wytrzymaj w tej pozycji 5 sekund,
 - ręce w bok, prawą stopą chwytny skarpetę i unosimy nogę w tył lekko nad podłogę, wytrzymaj w tej pozycji 5 sekund,
 - ręce w bok, lewą stopą chwytny skarpetę i unosimy nogę w tył lekko nad podłogę, wytrzymaj w tej pozycji 5 sekund,
 - ręce w bok, w prawą stopę chwytny skarpetkę unosimy nogę w przód, podskakujemy 3 razy na lewej nodze, zmiana nogi ćwiczącej,

Odkładamy skarpetkę na bok.

- pozycja rozkrok ramiona w bok,
- Ruch: na 1 – podskokiem przejście do pozycji o nogach złączonych i ramiona w dół,
na 2 – podskokiem przejście do rozkroku i ramiona w bok,
- pozycja wykrok prawą nogą w przód, ramiona w bok
- Ruch: na 1 – podskokiem zmiana nogi wykroczonej czyli lewa noga w przód ramiona pozostają bez zmian
na 2 – podskokiem zmiana nogi wykroczonej czyli prawa noga w przód ramiona pozostają bez zmian
- podskokiem obrót wokół własnej osi o 180 stopni, obracamy się raz przez prawe ramię raz przez lewe ramię.

Ćwiczenie oddechowe:

Dziecko w siadzie skrzyżnym na podłodze z ramionami opuszczonymi. Przy wdechu ręce podnosi do góry, a przy wydechu opuszcza. Powtórzyć kilka razy.

4. Wykonaj wybrane ćwiczenia zawarte w prezentacji:

https://view.genial.ly/5eb997fca249660da04b478d/interactive-image-majowa-laka?fbclid=IwAR1nfYLK0rG96fx4uzOh7HEX2BhmS2GB9Tx1XiG1WUNQVxE2_reGVEyMmSA