

# Święto dzieci– materiały na 03.06.2020

Przedszkolne zabawy



# 1. Gimnastyka poranna ☺



## 1. Dziecko i pszczoła.

Poruszaj się swobodnie po pokoju. Gdy Rodzic zacznie naśladować pszczołę, mówiąc: bzzzz, schowaj się przykucając pod ścianą. Gdy pszczoła odleci, znowu możesz poruszać się po pokoju.

## 2. Zrywanie kwiatów.

Spaceruj po łące (po pokoju) i naśladuj zrywanie kwiatów. Gdy uzbierasz cały bukiet, podejdź do Rodzica i mu go pokaż – wyprostuj i wznies w górę najpierw jedną rękę, później drugą.

## 3. Omijanie pokrzyw.

Maszeruj z wysokim unoszeniem kolan, w wysokiej trawie i między pokrzywami (po pokoju).

## 4. Trawą kołysz wiatr.

Uklęknij obunóż, ręce luźno opuść wzdłuż ciała. Wykonuj rytmiczne skłony tułowia w lewo i w prawo.

## 5. Zajączki skaczą po łące.

Naśladuj skoki zajączka (oprzyj całe dłonie przed sobą na ziemi i podciągaj nogi do rąk). Skoki przeplataj momentami odpoczynku w siadzie skrzyżnym — zajączek nasłuchuje odgłosu strzału.

## 2. Rozwiązywanie zadań z treścią.

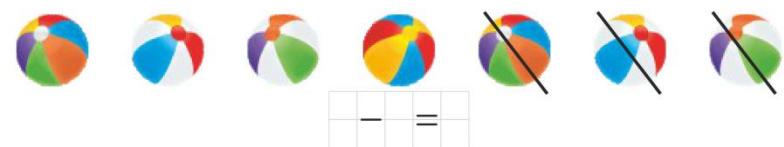
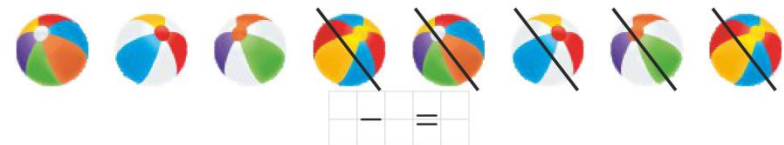
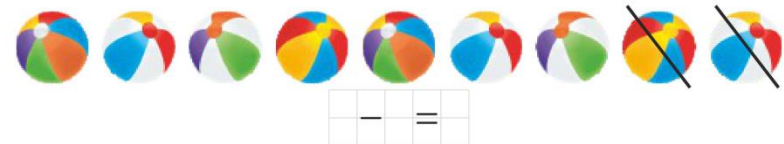
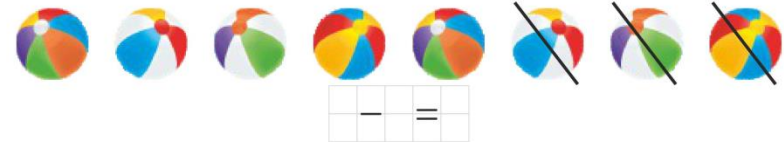
Przygotuj sobie 10 kredek. Będą Ci potrzebne do wykonania zadań.

- w sklepie na półce leżały 4 kredki. Sprzedawca dołożył jeszcze 2 kredki. Ile kredek leży na półce?
- Na półce położono 3 kredki duże i 4 kredki małe. Ile kredek położono na półce?
- w sklepie było 8 kredek. 2 kredki sprzedano. Ile kredek zostało w sklepie?

Spróbuj ułożyć podobne zadania i rozwiązać je.

## 3. Wykonaj kartę pracy. Policz piłki i wpisz odpowiednie cyfry.

Policz piłki i wpisz odpowiednie cyfry.



#### 4. „Misie i lalki” – zabawa ruchowo- muzyczna

Posłuchaj utworu muzycznego. Przy dźwiękach wysokich poruszaj się na palcach, małymi krokami. Gdy usłyszysz dźwięki niskie naśladowuj chód niedźwiedzia.



**5. Zabawy i ćwiczenia ruchowe z balonem**

Nadmuchaj balon, spróbuj go zawiązać i stań na dywanie tak, żebyś miał dużo miejsca wokół siebie. Wykonuj ćwiczenia zgodnie z instrukcją:

- przekładaj balonik z ręki do ręki z przodu i z tyłu
- przekładaj balonik z ręki do ręki nisko za plecami i wysoko nad głową
- podrzucaj balonik w górę i próbuj go złapać
- podrzucaj balonik w górę i próbuj klasnąć w dłonie przed złapaniem balonika
- unosć raz prawą, raz lewą nogę i za każdym razem przełóż balonik pod kolanem
- usiądź na podłodze w siadzie podpartym z ugiętymi nogami, balonik połóż między stopami.  
Chwyć delikatnie balonik obiema stopami, unosć go w górę, następnie odkładaj na podłogę, ćwiczenie powtórz 10 razy.
- usiądź na podłodze w siadzie podpartym z ugiętymi nogami, balonik połóż między stopami.  
Chwyć delikatnie balonik obiema stopami, unosć go w górę, następnie puść.
- usiądź na podłodze w siadzie podpartym z ugiętymi nogami, balonik połóż między kostkami  
Ruch: prostuj i uginaj nogi w kolanach.
- w staniu na przemian raz jednym raz drugim kolanem staraj się podbijać balonik, tak żeby nie upadał na podłogę,
- w staniu na przemian raz jednym raz drugim łokciem staraj się podbijać balonik, tak żeby nie upadał na podłogę,
- ćwiczenie jak wyżej tylko podbijamy balonik czołem,
- kładziemy balonik na podłodze i przemieszczając się na czworakach toczymy balonik głową po podłodze,

- Stoimy w rozkroku, balonik między kolanami, wykonujemy niskie podskoki, balonik nie może nam wypaść i staramy się nie ścisnąć zbyt mocno tak, żeby nie pękł
- Ćwiczenie oddechowe: weź do ręki chusteczkę higieniczną i usiądź w siadzie skrzyżnym (nogi na kokardkę) na dywanie. Dmuchaaj w chusteczkę tak, aby unosiła się nad twoją głową i nie spadła na podłogę.

## 6. „Autoportret” – zabawa plastyczna.

Na białej kartce A5 narysuj swój portret.

