

JAGÓDKI 6-latki
ZESTAW AKTYWNOŚCI NA TYDZIEŃ
do realizacji przez dziecko przy wsparciu rodziców

Temat kompleksowy: Dzieciaki w ruchu

Termin realizacji: od 01.06.2020 do 05.06.2020

Codzienna realizacja

Obszar fizyczny - Podczas czynności samoobsługowych doskonalenie sposobu ich wykonywania

Zabawa ruchowa „Pokonaj przeszkodę” – ćwiczenie z szalikiem lub paskiem.

Dziecko maszeruje po obwodzie dywanu, trzymając przed sobą szalik/pasek. Na hasło: *Stop!* rozciąga przed sobą trzymany w dłoniach szalik/pasek i przechodzi nad nim. Idzie dalej, trzymając szalik za sobą. Na kolejne hasło: *Stop!* przechodzi nad szalikiem, aby z powrotem znalazło się z przodu.

Zabawa ruchowa „Podaj szalik” – ćwiczenie mięśni brzucha Dziecko leży na plecach, ręce układa wyprostowane za głowę. W dłoniach trzyma zwinięty szalik. Na hasło *Zmiana!* dziecko powoli podnosi ręce i nogi, wkłada szalik między stopy i powoli opuszcza nogi. Za drugim razem szalik wędruje w odwrotnym kierunku.

Zabawa ruchowa wzmacniająca mięśnie brzucha „ Jedzie rowerek” Dziecko leży na plecach, unosi w górę nogi i naśladuje pedałowanie, mówiąc: *Jedzie rowerek na spacer, jaki z tyłu ma numer? Na słowo „numer”, przestaje pedałowac, siada po turecku. Podaje numer, głośno liczy, aż doliczy do podanej liczby (można umówić się, że numer nie może być większy niż 20). Następnie znowu się kładzie i pedałuje dalej.*

Zabawa ruchowa „Skoki w dal” Dziecko wybiera w ogrodzie najlepsze miejsce do skoków. Oznacza miejsce wybicia, rysując patykami linię na ziemi, skacze w dal z zaznaczonego miejsca, a następnie mierzy długość skoku za pomocą stóp.

Zabawa ruchowa naśladowcza „Zabawa sportowa” naśladuje ruchem słowa Rodzic mówi np. Teraz jedziemy na rowerze, Teraz jedziemy na hulajnodze, Lubimy jeździć na rolkach, Tańczymy do muzyki, Pływamy.

Emocjonalny – Dziecko radzi sobie z porażką i stresem.

Spoleczny – dziecko docenia wartości i normy społeczne, których źródłem jest rodzina, przygotowuje samodzielnie miejsce pracy i zabawy.

Poniedziałek

Temat: Świętujemy DZIEŃ DZIECKA

Zajęcia:

1. **Zabawa językowa "Dzień Dziecka"** dziecko opowiada jaki dla niego jest wymarzony dzień dziecka.
2. **Zabawa smakowa "Mniam, mniam"**- dajemy dziecku do degustacji różne smakołyki. Dziecko z zamkniętymi oczami rozpoznaje smaki i odgaduje co o jest.
3. **„Deser lodowy”** komponujemy wspólnie z dzieckiem deser z użyciem wcześniejszych smakołyków.
4. **Zabawa taneczna "Dziecięca dyskoteka"**- rodzice puszczaają dziecku przeboje i razem się bawią przy muzyce.

Wtorek

Temat: Skaczemy, biegamy, pływamy

Zajęcia:

1. **Zabawa muzyczno-ruchowa "Głowa, ramiona"**- ilustrowanie piosenki gestem.

Dziecko śpiewa i ilustruje ruchem piosenkę Za pierwszym razem śpiewa powoli, za każdym kolejnym – coraz szybciej.

<https://www.youtube.com/watch?v=30BVftVlsrE>

2. **Zabawa słuchowa- „Sportowe rebusy”**

Rodzic pokazuje dziecku ilustracje różnych przedmiotów lub rysuje proste obrazki.

Zadaniem dziecka jest podanie nazwy czynności, zaczynającej się na pierwszą sylabę przedstawionego obrazka. Propozycje obrazków: ryba (rysowanie), malina (malowanie), płyta (pływanie), latawiec (latanie), biedronka (bieganie), pinezka (pisanie), skakanka (skakanie), goryl (gotowanie), mydło (myślenie, mycie, mydlenie), burak (budowanie), baran (badanie, bawienie), ser (serfowanie), jezioro (jeżdżenie).

3. **Zabawa zręcznościowa- „Kręgle”**

Dziecko ustawia swoje kręgle - półlitrowe butelki plastikowe wypełnione wodą lub puste– od 3 wzwyż (ile jest dostępnych w domu) i oznacza szalikiem miejsce, z którego toczy się piłkę. Każdy stara się przewrócić piłką jak najwięcej kręgli. Dziecko zapisuje swoje punkty, ustawia ponownie kręgle i przekazuje piłkę kolejnemu zawodnikowi np. rodzicowi. Po zakończeniu rundy dziecko i rodzic liczą swoje punkty.

4. **Poznajemy litery z ogonkami – ą i ę.** Dziecko wymyśla wyrazy, które skrywają takie litery np. gąbka, gęś, gąska, głęboko itp.

5. **Ćwiczenie pisania liter „ą” i „ę”- karta pracy przesłana e-mailem.**

Środa

Temat: Zabawy na placu zabaw

Zajęcia:

1. Zabawa pantomimiczna „Dyscypliny sportowe”.

Rodzic przygotowuje karteczki z nazwami sportów. Dziecko losuje karteczkę, odczytuje nazwę i pokazuje daną dyscyplinę sportową za pomocą ruchu i gestów. Uczestnicy zabawy próbują odgadnąć jej nazwę. Przykłady dyscyplin: *kolarstwo, tenis, piłka nożna, koszykówka, siatkówka, jeździectwo, kulturystyka, lucznictwo, pływanie, karate, łyżwiarstwo, skok w dal, skok wzwyż, rzut dyskiem, bieg, szermierka, hokej, wioślarstwo.*

2. Zabawa słownikowa „Nasz wolny czas” – rozmowa dziecka z rodzicem.

Dziecko próbuje odpowiedzieć na pytania: *Co to jest wolny czas, jak można go spędzać? Czy sport jest dobrym sposobem na spędzanie wolnego czasu? Jak nie powinno się spędzać wolnego czasu?*

3. Zabawa plastyczna „Kola olimpijskie” - kolorowanie kół olimpijskich według wzoru. Rodzic opowiada o symbolice kół olimpijskich, które oznaczają poszczególne kontynenty: *niebieskie – Europę, czarne – Afrykę, żółte – Azję, czerwone – Amerykę, zielone – Australię.* Znajdowanie przez dziecko wymienionych kontynentów na mapie lub globusie. – **inspiracja przesłana e-mailem.**

Czwartek

Temat: Gra planszowa o sporcie

Zajęcia:

1. Sportowa gra planszowa – wykonanie planszy do gry. Dzieci samodzielnie przygotowują gry planszowe. Pola w grze odrysowują od dwuzłotowych monet. Zaznaczają miejsce startu i metę. Pozostałe pola numerują. Sposób wykonania planszy i materiały plastyczne dzieci wybierają same według własnego uznania. Mogą rysować kredkami i flamastrami, wycinać gotowe elementy z czasopism, doklejać elementy wycięte z papieru kolorowego. Gra powinna opowiadać o sporcie, a zadania do wykonania na oznaczonych polach powinny być ćwiczeniami gimnastycznymi (określona liczba podskoków obunóż, skłonów, przysiadów, pajacyków, obrotów, podskoków na jednej nodze

2. Dzień dobry – zabawa językowa wspierająca kształtowanie umiejętności społecznych.

Dziecko uczy się na pamięć krótkiej rymowanki o zwrotach grzecznościowych. Tekst można powtarzać wielokrotnie, podając sobie piłkę z mamą lub tatą zgodnie z tempem recytowania. Można też zaproponować dziecku recytowanie na różne sposoby: miło i z uśmiechem, stanowczo, jak robot, jak duch, szeptem lub wymyślanie melodii do wiersza.

(A.Pwłowska-Niedbala "Dzień dobry")

Dzień dobry.

Dziękuję.

Poproszę.

Przepraszam.

Pozdrawiam serdecznie.

*Serdecznie zapraszam.
Ach, jakie to mile.
Pamiętaj koniecznie,
do wszystkich i zawsze
odzywać się grzecznie.*

3. Zabawa rozwijająca spostrzegawczość „Zgadnij gdzie to było” - rodzic ustawia przed dzieckiem np., 4 przedmioty prosi aby dziecko zapamiętało ich miejsce i zamknęło oczy. W tym czasie przestawia miejsce przedmiotu i sprawdza czy dziecko dobrze zauważyło co się zmieniło.

3. Matematyczne łamigłówki – propozycja przesłana e-mailem.

4. Ćwiczenie umiejętności czytania z literami ą i ę – czytanka przesłana e-mailem.

Piątek

Temat: Moja ulubiona dyscyplina sportowa

Zajęcia:

1 Zabawa badawcza-matematyczna „Kolorowa piłka”- rysowanie kredkami.

Dziecko samodzielnie szuka w pobliżu siebie i okrągłych przedmiotów, które można obrysować na kartce. Sprawdza, czy dany przedmiot mieści się na kartce, czy nie jest za duży. Narysowane koło ozdabia różnymi wzorami i szlaczkami. Na koniec liczy, ile kolorów jest na każdej narysowanej piłce..

2. Zabawa językowa „Traf – traf” – nauka rymowanki budowanie wieży z rąk, zabawa rodzinna.

Dziecko uczy się popularnej wyliczanki:

*Traf, traf, Misia, Bela,
Misia, Kasia, konfacela,
Misia A, misia Be,
Misia, Kasia, konface.*

3. Praca plastyczna „Moja ulubiona dyscyplina sportowa” – rysowanie kredkami.

Wesołej zabawy Jagódki ☐ ☐