

ZESTAW AKTYWNOŚCI NA TYDZIEŃ – 6 I
do realizacji przez dziecko przy udziale rodziny

Temat kompleksowy:

Termin realizacji: 01.06.2020 do 05.06.2020 r.

Dzień tygodnia	Poniedziałek 01.06.2020
Obszar podstawy programowej	Zadanie/aktywność
1. Fizyczny	<p>Pokonaj przeszkodę – ćwiczenie z szalikiem lub paskiem. Dzieci maszerują po obwodzie dywanu, trzymając przed sobą szalik/pasek. Na hasło: <i>Stop!</i> rozciągają przed sobą trzymany w dłoniach szalik/pasek i przechodzą nad nim. Idą dalej, trzymając szalik za sobą. Na kolejne hasło: <i>Stop!</i> przechodzą nad szalikiem, aby z powrotem znalazł się z przodu.</p>
2. Emocjonalny	Radzi sobie z porażką i stresem
3. Społeczny	Docenia wartości i normy społeczne, których źródłem jest rodzina
1. Poznawczy	<p>1. Głowa – ramiona – zabawa ruchowa, ilustrowanie piosenki gestem. Dzieci śpiewają i ilustrują ruchem piosenkę (na melodię „Siekiera, motyka”). Za pierwszym razem śpiewają powoli, za każdym kolejnym – coraz szybciej. https://www.youtube.com/watch?v=30BVftvlsrE</p> <p>Sportowe rebusy – zabawa słuchowa. Nauczyciel/ rodzic pokazuje dzieciom ilustracje różnych przedmiotów lub rysuje proste obrazki. Zadaniem dzieci 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).</p> <p>Kręgle – zabawa zręcznościowa. Dzieci ustawiają swoje kręgle - półlitrowe butelki plastikowe wypełnione wodą – od 6 do 9 sztuk) 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</p>

Dzień tygodnia	Wtorek 02.06.2020
Obszar podstawy programowej	Zadanie/aktywność
4. Fizyczny	<p>Podaj szalik,pasek – ćwiczenie mięśni brzucha. Dzieci leżą na plecach, ręce układają wyprostowane za głową. W dłoniach trzymają zwinięty szalik. Na hasło <i>Zmiana!</i> dzieci powoli podnoszą ręce i nogi, wkładają szalik między stopy i powoli opuszczają nogi. Za drugim</p>

	razem szalik wędruje w odwrotnym kierunku.
5. Emocjonalny	Radzi sobie z porażką i stresem
6. Społeczna	Docenia wartości i normy społeczne, których źródłem jest rodzina
2. Poznawczy	<p>Dyscypliny sportowe – zabawa pantomimiczna. 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: <i>kolarstwo, tenis, piłka nożna, koszykówka, siatkówka, jeździectwo, kulturystyka, hucznictwo, pływanie, karate, łyżwiarstwo, skok w dal, skok wzwyż, rzut dyskiem, bieg, szermierka, hokej, wioślarstwo.</i></p> <p>Nasz wolny czas – rozmowa dziecka z rodzicem. Dzieci próbują odpowiedzieć na pytania: <i>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?</i></p> <p>„Koła olimpijskie” kolorowanie kół olimpijskich według wzoru. Rodzic opowiada o symbolice kół olimpijskich, które oznaczają poszczególne kontynenty: <i>niebieskie – Europę, czarne – Afrykę, żółte – Azję, czerwone – Amerykę, zielone – Australię.</i> Znajdowanie przez dziecko wymienionych kontynentów na mapie lub globusie. Karty pracy str 50 -51 oraz 49-48</p>

Dzień tygodnia	Środa 03.06.2020
Obszar podstawy programowej	Zadanie/aktywność
7. Fizyczny	<p>Jedzie rowerek – zabawa ruchowa wzmacniająca mięśnie brzucha. Dzieci leżą na plecach, unoszą w górę nogi i naśladują pedałowanie, mówiąc: <i>Jedzie rowerek na spacer, jaki z tyłu ma numer? Na słowo „numer”, przestają pedałować, siadają po turecku. Podają numer, głośno liczą, aż doliczą do podanej liczby (można umówić się, że numer nie może być większy niż 20). Następnie znowu się kładą i pedałowują dalej.</i></p>
8. Emocjonalny	Radzi sobie z porażką i stresem w momencie przegranej
9. Społeczny	Docenia wartości i normy społeczne, których źródłem jest rodzina
3. Poznawczy	<p>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)</p> <p>Rozegranie gry planszowej wspólnie z rodzicami</p> <p>Dzień dobry – zabawa językowa wspierająca kształtowanie umiejętności społecznych. Dzieci uczą 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</p>

	<p>zapropnować dzieciom recytowanie na różne sposoby: miło i z uśmiechem, stanowczo, jak robot, jak duch, szeptem lub wymyślanie melodii do wiersza.</p> <p>Wykonaj zadania w kartach pracy str. 46-47 52-53</p>
--	--

Dzień tygodnia	Czwartek 04.06.2020
Obszar podstawy programowej	zadanie
I. Fizyczny	<p>Skoki w dal – zabawa ruchowa.</p> <p>Dzieci wybierają w ogrodzie najlepsze miejsce do skoków. Oznaczają miejsce wybiecia, rysując patykiem linię na ziemi, skaczą w dal z zaznaczonego miejsca, a następnie mierzą długość skoku za pomocą stóp.</p>
II. Emocjonalny	Radzi sobie w momencie przeżywania porażki i stresu
III. Społeczny	Docenia wartości i normy społeczne, których źródłem jest rodzina
IV. Poznawczy	<p>Koty nocą mają dużo roboty – wykonanie pracy z leniwej ósemki – kot w kolorach tęczy/kreślenie ,malowanie ,wycinanie ,naklejanie sylwetę kota na czarnym tle.</p> <p>Piosenka do ćwiczeń; Na jednej nodze skacz, na drugiej nodze skacz, na obu nogach skacz, hop, hop, hop, hop, Na jednej nodze skacz, na drugiej nodze skacz, na obu nogach skacz, hop, hop.</p>

Dzień tygodnia	Piątek 05.06,2020
Obszar podstawy programowej	zadanie
I. Fizyczny	Skoki w dal – zabawa ruchowa. Dzieci wybierają w ogrodzie najlepsze miejsce do skoków. Oznaczają miejsce wybiecia, rysując patykiem linię na ziemi, skaczą w dal z zaznaczonego miejsca, a następnie mierzą długość skoku za pomocą stóp.
1. Emocjonalny	Radzi sobie w momencie przeżywania porażki i stresu
2. Społeczny	Docenia wartości i normy społeczne, których źródłem jest rodzina
3. Poznawczy	Kolorowa piłka – rysowanie kredkami. Dzieci samodzielnie szukają w pobliżu siebie i okrągłych przedmiotów, które można obrysować na kartce. Sprawdzają, czy dany przedmiot mieści się na kartce, czy nie jest za duży. Narysowane koło ozdabiają różnymi wzorami i szlaczkami. Na koniec liczą, ile kolorów jest na każdej narysowanej piłce. Trąf – trąf – zabawa językowa, budowanie wieży z rąk, zabawa rodzinna. Dzieci uczą się popularnej wyliczanki: <i>Trąf, trąf, Misia, Bela,</i> <i>Misia, Kasia, konfacela,</i> <i>Misia A, misia Be,</i> <i>Misia, Kasia, konface.</i> Zapoznaj się z literą „Ś ś” - wykonaj zadania w kartach pracy str. 83 Wykonaj zadania w kartach pracy str. 55 oraz 56-57

„Głowa ramiona kolana pięty”

Gimnastyka to podstawa.
Sport dla wszystkich ważna sprawa.
Ręce w górę, w przód i bok,
Skłon do przodu, przysiad, skok.
Głowa, ramiona, kolana, pięty,
Kolana, pięty, kolana, pięty,
Głowa ramiona, kolana, pięty,
Oczy, uszy, usta nos.

Dzień dobry.

Dziękuję.
Poproszę.
Przepraszam.
Pozdrawiam serdecznie.
Serdecznie zapraszam.
Ach, jakie to miłe.
Pamiętaj koniecznie,
do wszystkich i zawsze
odzywać się grzecznie.

Anna Pawłowska-Niedbala