

## 05.05.2020r. WTOREK

### 1. Karta pracy, cz. 4, s. 30–31.

Określanie, co zwiedzali w Warszawie Olek, Ada, mama i tata z rodzicami mamy.  
Oglądanie zdjęć. Rysowanie po śladach rysunków bez odrywania kredki od kartki.

- Układanie zdań z podanymi słowami.

Wyrazy: **stolica, Wisła, syrena.**

Dziecko losuje wyrazy. Odczytuje je i układa zdania z odczytanymi słowami.

### 2. Ćwiczenia poranne

- Zabawa orientacyjno-porządkowa *Hop – Bęc*.  
Dziecko maszeruje w różnych kierunkach po pokoju. Na hasło: *Hop* wyskakuje w górę, a na hasło: *Bęc* – przykuca. Po wykonaniu tych czynności ponownie przechodzi do marszu.
- Ćwiczenia dużych grup mięśniowych *Sięgnij jak najwyżej*.  
Dziecko wspina się na palce, wyciąga ręce naprzemiennie w górę, aby sięgnąć jak najwyżej; następnie wykonuje siad klęczny, przyciska głowę do kolan – stara się zwinąć w jak najmniejszą *kulkę*.
- Ćwiczenia nóg *Jak sprężynka*.  
Dziecko wykonuje rytmiczne przysiady i wspięcia w tempie kłaśnień Rodzica.
- Ćwiczenie równowagi *Kto potrafi?*  
Dziecko dotyka prawym łokciem lewego kolana i odwrotnie; wytrzymuje chwilę w tej pozycji.

### 3. Zabawy i ćwiczenia związane z mierzeniem pojemności płynów.

Przygotowane przez R. kilka butelek z plastiku, np. o pojemności 1l z różną zawartością wody zabarwionej farbą. Butelki są dobrze zakręcone.

Określanie, ile wody jest w butelce.

R. stawia przed dzieckiem zakręconą butelkę z wodą. Pyta dziecko: *Ile jest wody w butelce – dużo, mało?* Potem przewraca butelkę i pyta, czy jest w niej tyle samo wody.

Ustawianie butelek według wzrastającej w nich ilości wody.

**Butelki z różną ilością barwionej wody.**

R. ustawia butelki na stoliku przed dzieckiem.

- Dziecko określa, w której butelce jest najwięcej barwionej wody, a w której najmniej.
- Ustawia butelki według ilości zawartego w nich płynu – od tej z najmniejszą ilością, do tej z największą.

Dmucha w kolejne odkręcone butelki. Porównuje dźwięki wydawane przez nie.

Zapoznanie z miarą płynów.

R. pokazuje butelki – 0,5l, 1l, 1,5l.

Mówi dziecku, że miarą pojemności płynów jest 1l – 0,5l to jest połowa 1l, a 1,5l – to litr i jeszcze połowa litra.

Sprawdzanie ilości napojów w dwóch różnych butelkach (jedna niska i szeroka, a druga – wąska i wysoka) za pomocą wspólnej miary.

**Butelki z wodą, kubek.**

Dziecko przelewa do kubka wodę z jednej butelki, a potem z drugiej butelki i liczy, ile kubków wody było w jednej, a ile w drugiej butelce, Określa, gdzie wody było więcej (było tyle samo).

### 4. Karta pracy, cz. 4, s. 32–33.

Oglądanie zdjęcia, zwracanie uwagi na poziom soku w szklankach.

**Sok jabłkowy, szklanki, kubek plastikowy.**

R. wlewa tyle samo soku jabłkowego do przygotowanych różnych szklanek – miarka jest plastikowy kubek.

Dziecko ogląda szklanki i dochodzi do wniosku, że o ilości soku nie mówi jego poziom w szklankach, tylko miarka jaką ten płyn rozlewano. Dziecko wypija sok ze szklanek.

Wskazuje butelki, w której zmieści się najwięcej płynu i tej, w której zmieści się go najmniej. Czytanie z R. lub samodzielnie pojemności butelek.

Dziecko rysuje szlaczki po śladzie, a potem samodzielnie. Następnie koloruje butelki, rysuje je po śladzie a potem samodzielnie według wzoru.

## 5. Ćwiczenia gimnastyczne

Potrzebujemy dwóch plastikowych butelek (najlepiej pustych)

Zabawa orientacyjno-porządkowa *Posłuszne kręgle*.

Dziecko porusza się swobodnie po pokoju, trzymając butelki w ręce. Na mocne uderzenie w bębenek lub kłaśnięcie zatrzymuje się i manipuluje butelkami: podaje je sobie z jednej ręki do drugiej, z przodu, za plecami, pod kolanami; podrzuca i łapie.

Ćwiczenie mięśni brzucha *Jak najdalej w przód*.

Dziecko w siadzie prostym, butelki trzyma w obu rękach. Wykonuje skłon tułowia w przód, sięgając rękami jak najdalej w kierunku stóp (kolana proste).

Skręty *Na prawo, na lewo*.

Dziecko w siadzie skrzyżnym, trzyma butelki na głowach, przytrzymuje je rękami, łokcie mają na zewnątrz. Wykonuje skręty tułowia w prawo i w lewo; co pewien czas wykonuje kilka rzutów i chwytów butelkami.

Skrętoskłony *Witamy stopy*.

Dziecko w siadzie rozkrocznym, butelki trzyma oburącz w górze; wykonuje skrętosklon do lewej stopy – *przywitanie* jej (podczas ćwiczenia dziecko stara się nie zginać kolana, butelki trzyma obiema rękami).

Ćwiczenie mięśni grzbietu *Oglądamy butelki*.

Dziecko leży na brzuchu, trzyma butelki w obu rękach przed twarzą. Unosi głowę, prostuje ręce; ogląda butelki, wytrzymuje przez chwilę. Potem powrót do leżenia – odpoczynek.

Ćwiczenie mięśni brzucha *Spotkanie*.

Dziecko leży na plecach, trzyma butelki w obu rękach wyciągniętych za głowę. Jednocześnie wznosi obie ręce i nogi – dąży do *spotkania* nóg z butelkami; potem powraca do pozycji wyjściowej.

Ćwiczenie mięśni grzbietu i brzucha *Z nóg do rąk*.

Dziecko leży na plecach, butelki trzyma pomiędzy stopami. Przekazuje butelki do rąk za głowę i powraca do siadu. Ponownie wkłada butelki pomiędzy stopy i od nowa wykonuje ćwiczenie.

Ćwiczenia przeciw płaskostopiu *Sprytne stopy*.

Dziecko w siadzie prostym podpartym, butelki mają pomiędzy stopami (pionowo). Kraży obunóż w prawo i w lewo.

- Wałkuje butelkę raz jedną, raz drugą stopą.
- W siadzie podpartym – chwytą stopami butelkę i podnosi ją do góry.

## **6. Zabawa dydaktyczna *Dodaj lub odejmij.***

*Dla dziecka: liczmany, kartoniki z liczbami.*

Dziecko przygotowuje sobie liczmany (mogą być kredki lub klocki). Dziecko dostaje losowo kartonik z liczbą (od 0 do 10). Dobiera sobie kolejno odpowiednią liczbę liczmanów i układa je przed sobą, kładąc obok swój kartonik z liczbą.

Np. dziecko miało kartonik z 8 ułożyło przed sobą osiem liczmanów. Potem dostało kartonik z 4 i oddało cztery liczmany. Na koniec napisało działanie:

$8 - 4 = 4$  itd.

## **7. Zabawa *Kolorowe puzzle* – rozwijająca zdolność koncentracji.**

*Dla dziecka koperta z pociętą na sześć części pocztówką,*

Dziecko wyjmuje z koperty puzzle i układa w całość swoją pocztówkę.

**Milej pracy i powodzenia dzielne przedszkolaki.**