**Materiały dla Rodziców do wykorzystania w czasie zawieszenia zajęć   
w przedszkolu na podstawie Planu pracy nauczyciela, Programu Wychowania Przedszkolnego i Kart Pracy „Odrywam siebie”  
 wyd. MAC Edukacja**

Piątek, 09.04.2021

**Temat kompleksowy:** Chciałbym zostać sportowcem

**Temat:** Moje ciało

**1. Rysowanie prostych kształtów na tackach z piaskiem.**

Tacki z piaskiem (zamiast piasku może być: kasza manna, kasza jęczmienna, ryż, mąka, itp.)

Można to połączyć z mówieniem prostych rymowanek. Np.: dziecko rysuje koło (kilkakrotnie po śladzie), a potem kreski jako promyki, mówiąc:

*Kółeczko, kółeczko,* Rysują po śladzie koło,

*będzie z ciebie słoneczko.* rysują kreski – promyki.

**2. Ćwiczenia logopedyczne *Moje ciało*.**

* *Rozgrzewka.*

Dziecko chodzi po pokoju tyłem, robiąc to bardzo powoli. Na sygnał Rodzica (np. klaśnięcie) – kuca,

a na kolejny sygnał – wykonuje trzy podskoki w miejscu. Pomiędzy sygnałami chodzi po pokoju.

* *Części ciała*.

Dziecko stoi naprzeciwko Rodzica, który wymienia nazwy części ciała. Dziecko wykonuje głęboki wdech, a na wydechu powtarza nazwę części ciała, jednocześnie jej dotykając. Np.: *głowa, ucho,*

*brzuch, kolano, oko, nos, stopa.*

* *Kołysanie*.

*Nagranie spokojnej melodii.*

Przy odtwarzaniu spokojnej melodii dziecko porusza językiem od jednego rogu ust do

drugiego (kołysze językiem), a po chwili – porusza językiem od górnej wargi do dolnej.

* *Dmuchanie*.

Dziecko dmucha, dopóki starczy mu tchu, na przemian: raz na jedną dłoń, raz na drugą.

* *Buzia.*

*Kartki, kredki.*

Dziecko siada przy stoliku/ biurku. Wymienia elementy, które wchodzą w skład twarzy.

Mówi, które z nich występują pojedynczo, a które – podwójnie. Następnie rysuje na

kartce dowolne buzie, pamiętając o wszystkich wymienionych szczegółach.

**3. Zabawy na świeżym powietrzu**

* Zabawa ruchowa z elementem skoku – *Przeskocz przeszkodę.*

Rodzic rozkłada na ziemi tor przeszkód. Dziecko ustawia się w miejscu gdzie jest ustalony START   
i przeskakuje obunóż przez przeszkody.

* Zabawa ruchowa *W stronę domu.*

Dziecko maszeruje po wyznaczonym terenie. Na sygnał Rodzica (np. klaśnięcie) dziecko

zatrzymuje się i patrzy na Rodzica, który mówi i ruchem ręki wskazuje kierunek dalszego

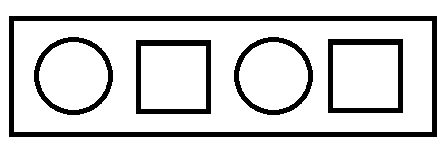
poruszania się.

**4. Zabawa w symboliczne przedstawienie rytmu**

*Kolorowe koła i kwadraty, pasek z kartonu.*

Dziecko dostaje wycięte z papieru kolorowe koła i kwadraty (lub klocki w kształcie figur geometrycznych) oraz pasek z kartonu. Rodzic umawia się z dzieckiem, że jeżeli uderzy dłonią o stół, umieszcza na pasku (zaczynając od lewej strony) koło (Rodzic pokazuje), gdy uderzy w kolana – umieszcza kwadrat (Rodzic pokazuje).

Np. Stół - kolana - stół - kolana



**5. Zabawa ruchowa z elementem rzutu *Pchnięcie kulą*.**

*Piłka średniej wielkości.*

Rodzic wyjaśnia, że jest taka dyscyplina sportowa, która nazywa się *pchnięcie kulą*. Kula jest

metalowa, ciężka, więc sportowiec musi być silny. Rodzic demonstruje ruchy jak przy pchnięciu

kulą, jako kuli używa piłki średniej wielkości. Potem dziecko próbuje swoich sił w tej

dyscyplinie. Każdy rzut jest nagradzany brawami.

**6. Zabawa ruchowo-naśladowcza *Rób to, co ja.***

Rodzic wykonuje proste ćwiczenia (np. podskoki, przysiady, skłony do przodu, skłony w bok,

wymachy nóg, rąk), stojąc przed dzieckiem, a ono go naśladuje.