

GRUPA V

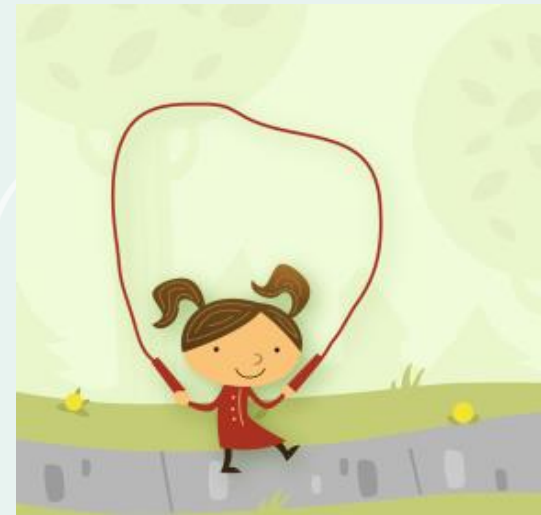


ŚRODA

07.04.2021

TEMAT DNIA:

„Chciałbym być sportowcem”



Sportowe ćwiczenia słuchowe.

Ćwiczenia słuchowe z piłką.

- Na dywanie rodzic układa różne przedmioty użytku codziennego lub zabawki. Zadaniem dziecka jest dzielenie nazw wskazanych przez rodzica przedmiotów na głoski (lub, w razie problemów, na sylaby). Dzielenie na głoski powinny łączyć z odbijaniem piłki o podłogę (lub jej podrzucaniem i łapaniem) – jedno odbicie, jedna głoska- lub jedna sylaba.

Zabawa Podaj słowo.

- Dziecko staje naprzeciwko rodzica, który rozpoczyna zabawę, rzucając piłkę do dziecka i wymawiając głoskę, np. „u”. Dziecko łapie piłkę, mówi słowo rozpoczynające się tą głoską i odrzuca piłkę do rodzica, wymawiając inną głoskę. (W razie problemu rodzic pomaga).



- **Zabawa Widzę coś, widzę.**

Rodzic a potem dziecko, wybiera sobie w pokoju jakiś przedmiot i określa jego cechę (cechy), np. kolor, mówiąc:

„**Widzę coś, widzę coś, np. małego i czerwonego.**”

Dziecko stara się odgadnąć, jaki przedmiot rodzic miał na myśli.

- **Zabawa z wykorzystaniem rymowanki.** (naucz się rymowanki na pamięć)

**Maszerują dzieci drogą:
raz, dwa, raz i dwa.**

Prawą nogą,

lewą nogą:

raz, dwa, raz i dwa.

I rękami poruszają:

raz, dwa, raz i dwa,

w prawo – lewą,

w lewo – prawą,

raz, dwa, raz i dwa.

Dziecko:

maszerują w miejscu,

wyciągają do przodu prawą nogę,

wyciągają do przodu lewą nogę,

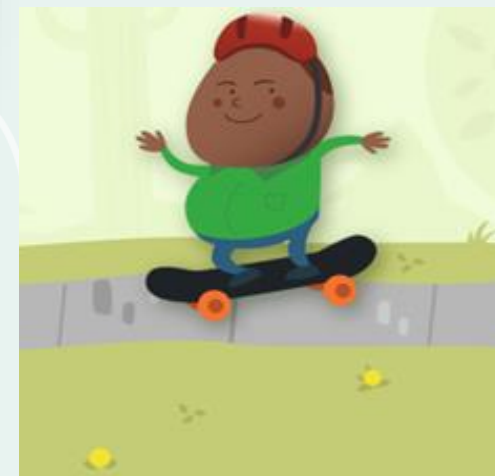
maszerują w miejscu,

maszerują w miejscu,

lewą rękę wyciągają w prawą stronę,

prawą rękę wyciągają w lewą stronę,

maszerują w miejscu.



- **Policz wyrazy w zdaniach na temat różnych dyscyplin sportowych.**

Np.

Mężczyźni grają w piłkę ręczną. (5 słów).

Siatkarze są wysocy. (3 słowa).

Gimnastyk ćwiczy na drążkach. (4 słowa).

- **Ułóż cztery zdania wykorzystując w każdym z nich po jednym z przedstawionych wyrazów:**

„buty, bramka, rower, skakanka”

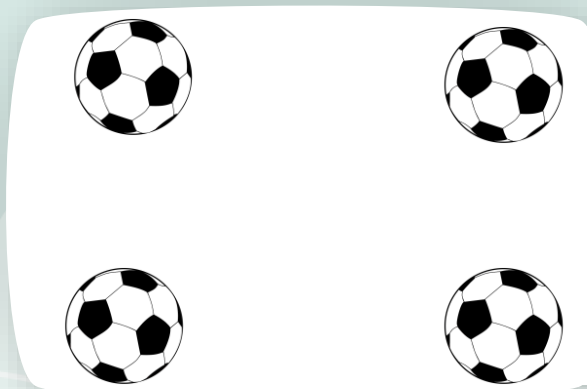
- **Narysuj obrazek ilustrujący jedno z wymyślonych przez Ciebie zdań.**



- **Ćwiczenia orientacji na kartce papieru.**

Narysuj na kartce 4 niewielkie piłki, każdą z nich pomaluj na inny kolor i wycinaj je. Teraz przygotuj kolejną kartkę i przyklej piłki według instrukcji rodzica.

- Zielona** piłka w prawym górnym rogu,
– **czzerwona** w lewym dolnym rogu,
– **niebieska** w prawym dolnym rogu,
– **żółta** w lewym górnym rogu.



- **Zabawa *Hop*.**

Dziecko rozbiega się po pokoju. Na hasło rodzica: *Biegiem!* zaczyna biec w miejscu (przebieranie nogami i rękami musi być bardzo szybkie). Na następne hasło: *Hop!* – skacze przez wyimaginowaną przeszkodę, krzycząc przy tym *Hop!*

- **Ćwiczenia nóg.**

Dziecko rytmicznie wspina się na palce, a następnie wykonuje przysiad podparty.

- **Podskoki rozkroczno-zwarte *Pajacyki*.**

Dziecko stoi w rozsypance, skacze jak pajacyk.

- **Ćwiczenia oddechowe.**

Dziecko siada skrzyżnie, wciąga powietrze nosem, prostując tułów, a następnie wypuszcza powietrze ustami, sehyłając równocześnie tułów. Ręce ma oparte o kolana.

Ćwiczenia kształtujące mięśnie nóg.

Dziecko maszeruje, licząc do dziesięciu:
dziesięć kroków – marsz we wspięciu na palce
dziesięć kroków – marsz na piętach.





„Chłopaki ćwiczymy,
ćwiczymy, ćwiczymy
Chłopaki ćwiczymy,
jeszcze mocniej, hej!

Dziewczyny ćwiczymy,
ćwiczymy, ćwiczymy
Dziewczyny ćwiczymy
jeszcze mocniej, hej!”



Posłuchaj wesołej piosenki pt.: Piosenka o sporcie 🏈 🏀

<https://www.youtube.com/watch?v=V1Sua6hBAEs>

UDANEJ ZABAWY

