

25.06. 2020r. (tj. czwartek) – oddział III

Temat zajęć: Wakacyjne rady Olka i Ady.

Pomoce do zajęć: zielona książka, karty pracy, kredki

1. „Znam swoje nazwisko i swój adres zamieszkania”

Dziecko podaje swoje nazwisko, adres zamieszkania oraz nazwę miejscowości.

Pytamy dziecko:

Dlaczego, zwłaszcza podczas wakacji, ważna jest znajomość swojego nazwiska i adresu zamieszkania? (przestrzegamy dziecko przed podawaniem tych danych osobom nieznanym)

2. Rozmowa na temat ilustracji w książce – strona 88-89 i odczytywanie zdań przez dzieci 6-letnie.

Dziecko otwiera zieloną książkę i ogląda ilustracje na stronie 88 – 89, zwracając uwagę na szczegóły na nich. Dziecko 6-letnie czyta umieszczone przy ilustracjach teksty (dziecku 5-letniemu czyta rodzic). Dziecko dowiaduje się, gdzie Olek i Ada i ich rodzice planują spędzić wakacje i co zamierzają robić w wybranych miejscach letniego wypoczynku. Następnie zwracamy uwagę na strój, jaki mają na sobie Olek i Ada oraz na ich twarze. Zachęcamy dziecko do opisanie wszystkich obrazków.

3. Quiz „Tak , nie” (sprawdzamy, co dziecko wie na temat zasad bezpieczeństwa obowiązujących podczas wakacji. Rodzic podaje zasadę, a dziecko jeśli zachowanie jest bezpieczne – klaszcze w dłonie, jeśli nie – tupie nogami o podłogę)

Przykłady zasad:

Po górach spacerujemy w czasie burzy.

Nie zbliżamy się do nieznanych/dzikich zwierząt.

W lesie można krzyczeć.

Podczas letnich wypraw należy osłaniać głowę przed słońcem.

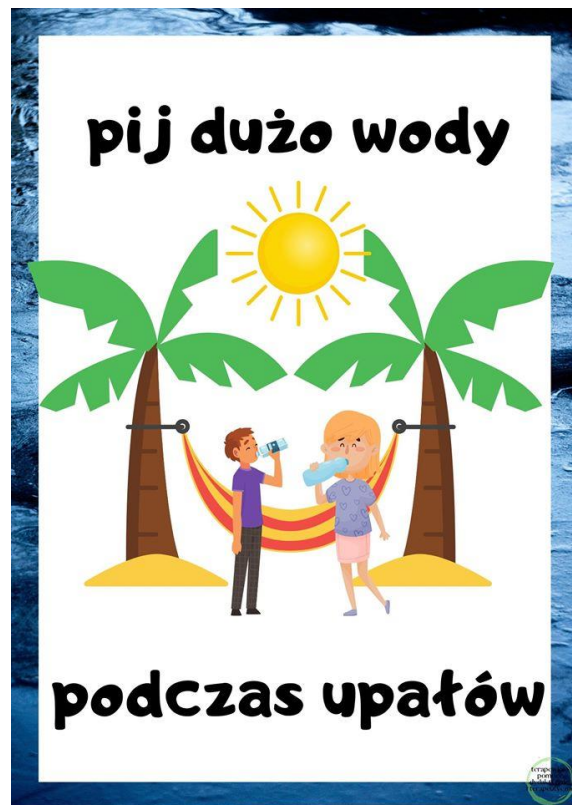
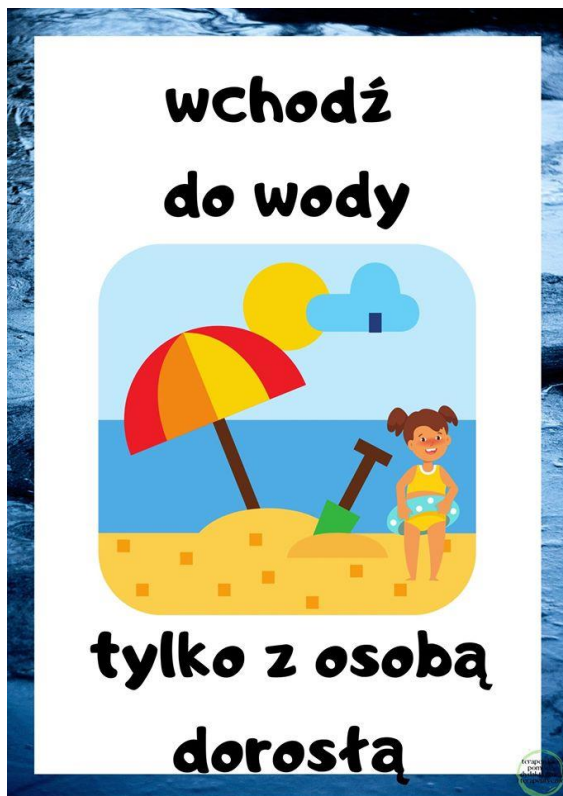
Na plaży opalamy się od rana do wieczora.

W górach wędrujemy po wyznaczonych szlakach.

Kąpiemy się w miejscach niestrzeżonych.

Zawsze przebywamy blisko dorosłych.

4. Rady na wakacje:



**rozmawiaj tylko z
osobami**



**które znasz,
nie rozmawiaj z
nieznajomymi!**

**rozpalaj ogniska
tylko w wyznaczonych
miejsach**



**bo możesz
doprowadzić do
pożaru**

**jedz tylko owoce,
które znasz –**



**innymi możesz się
zatruci**

**spaceruj tylko z
osobami dorosłymi**



**bo możesz się
zagubić**

**korzystaj z
kapielisk, które
znasz**



**inne miejsca mogą
być głębokie i
niebezpieczne**

**pamiętaj o
numerach
alarmowych**



**w razie
niebezpieczeństwa**

**używaj kremu z
filtrem UV, okularów
przeciwśonecznych**



**gdy wychodzisz
na słońce**

5. Ćwiczenia w kartach pracy:
– dziecko 5-letnie – strona 76
– dziecko 6-letnie – strona 90

źródło: przewodnik metodyczny „Olek i Ada” wyd. MAC

Zestaw ćwiczeń gimnastycznych – poruszajcie się trochę 😊😊😊

pomoce: gazety

1. Ćwiczenie dużych grup mięśniowych

- ✓ „Parasolki” - dziecko biega swobodnie, na dźwięk klaśnięcia, zatrzymuje się i unosi gazetę nad głowę tworzy z niej parasol.

2. Wzmacnianie mięśni grzbietu

- ✓ „Przede mną”- dziecko staje w lekkim rozkroku, gazetę trzyma za brzegi, unosi ją nad głowę, wykonuje mocny skłon w przód, kładzie gazetę na podłogę i prostuje się. Następnie znowu wykonuje skłon w przód podnosząc gazetę nad głowę. Ćwiczenie powtarzamy kilka razy.

3. Skłony boczne

- ✓ „Malujemy tęczę”- dziecko w lekkim rozkroku, unosi gazetę nad głowę, wykonuje skłony boczne w lewą i prawą stronę

4. Ćwiczenie mięśni brzucha

- ✓ „Sięgnij dachu”- dziecko kładzie się na plecach, rodzic siada na piętach przy jego stopach, utrzymując na wysokości swojego brzucha gazetę, dziecko leżąc musi stopami dotknąć spodu gazety

5. Ćwiczenie z elementem czworakowania

- ✓ „Żaby na lodzie” - dziecko w siadzie podpartym podkłada pod kolana i ręce kawałki gazety, ślizga się na czworakach nie odrywając swoich części ciała od gazety

6. Ćwiczenie równowagi

- ✓ „Koła”- dziecko stawia przed sobą gazetę, przykładła do gazety stopę raz prawą raz lewą, wykonuje ruchy okrągłe stopą rysując koła.

7. Zabawa bieżna

- ✓ „Spłoszone wróbelki”- dziecko przy dźwiękach cichych naśladuje wróbelki, chodzi na paluszkach, przy dźwiękach głośniejszych, które oznaczają niebezpieczeństwo, siada na gazetce.

8. Skręty tułowia

- ✓ „Podaj lunetę” – dziecko z rodzicem siedzą plecami do siebie, w siadzie skrzyżnym, zwija gazetę w rulon, podaje rodzicowi wykonując skręty tułowia

9. Zabawa z elementem skoku

- ✓ „Skok z gazetą”- dziecko przytrzymuje gazetę między kolanami, wykonuje podskoki w przód i tył

10. Zabawa z elementem rzutu

- ✓ „Po której stronie?” – dziecko stoi naprzeciw rodzica, z gazety ugniata kulę i rzuca ją do rodzica. Rodzic łapie kulę i oddaje ją dziecku.

11. Ćwiczenie przeciw płaskostopiu

- ✓ „Rozwiń kulę” - dziecko stopami próbuje rozwinąć kulę z gazety i wygładzić ją

12. Ćwiczenie wyprostne

- ✓ „Gazeta w ruchu”- dziecko siada na piętach unosi gazetę nad głowę, prostowanie sylwetki, położenie gazety na podłodze wyciągając ręce z gazetą jak najdalej przed siebie.

13. Ćwiczenie uspokajające

- ✓ „Góra-dół” – dziecko swobodnie spaceruje, przy słownych poleceniach: wysoko, nisko (podnoszenie i opuszczanie gazety)

To tyle na dziś. Pozdrawiam😊😊😊

