**Zachęcamy do wspólnej zabawy rodziców i dzieci z grupy I**

**TEMATYKA KOMPLEKSOWA NA TEN TYDZIEŃ : WIOSENNA ŁĄKA**

**15.05.2020 Temat zajęć: „Bawimy się na łące”. Ćwiczenia ruchowe – metodą**

**W. Sherborne.**

Wyczucie własnego ciała

- dzieci poruszają rękami, nogami, palcami, wykonując – na przemian – ruchy dynamiczne

i powolne,

- sprawdzają, do jakich okolic ciała mogą dostać piętą, łokciem, palcami nóg, kolanem, głową,

- dotykają jedną częścią ciała do drugiej, np. łokieć wita się z piętą, czoło wita się z kolanem,

duży palec u nogi wita się z nosem, pięta wita się z kolanem drugiej nogi...

- poruszają się w różny sposób: chód energiczny, ciężki, lekki, koci, ruchy delikatne, dynamiczne...

- przy nagraniu tanecznej muzyki tańczą same ręce dzieci, same nogi, tańczy głowa, na koniec

– całe ciało,

- przy nagraniu muzyki dzieci tańczą swobodnie, indywidualnie. Gdy muzyka cichnie – zatrzymują się w bezruchu i jedna część ciała musi dotykać drugiej, np. łokieć dotyka uda.

Wyczucie ciężaru ciała.

- dzieci naśladują przenoszenie ciężkiego przedmiotu z miejsca na miejsce, w czasie krótkich

przerw rozluźniają ciało,

- dzieci naśladują podglądanie gniazda os. Najpierw podkradają się wolno i ostrożnie, a gdy

osy je napadły, uciekają szybko, opędzając się od nich rękami, tarzając się po ziemi.

Wyczucie przestrzeni:

- dzieci w dowolnej pozycji sięgają jak najdalej rękami, nogami, głową.

- dzieci podążają wzrokiem za ręką zwiniętą w pięść. Pięść jest ruchoma – jeżeli wskazuje

w górę, dzieci podskakują, jeżeli w dół – wykonują przysiad.

Rozwijanie wyczucia płynności ruchów i ciężaru ciała w przestrzeni i w czasie

- dzieci naśladują popisy łyżwiarzy lub baletnic, kończąc je ukłonem.

- dzieci swobodnie tańczą przy nagraniu tanecznej muzyki. Podczas przerwy w grze zatrzymują się w bezruchu.

Adaptacja ruchów własnych do ruchów partnera

- dziecko w parze z rodzicem tańczą przy nagraniu tanecznej muzyki – rodzic na zmianę z dzieckiem tańczy nisko, w przysiadzie, a potem wysoko – na palcach.

- dzieci tańczą przy nagraniu muzyki tanecznej, a podczas przerwy w grze dotykają dowolnej

części ciała swojego sąsiada i zostają w bezruchu, aż muzyka pobudzi je znów do tańca.

Po zajęciach ruchowych proponujemy poćwiczyć rękę i pokolorować biedronkę. Możecie również policzyć jej kropki oraz dorysować listek.

Pozdrawiamy serdecznie ciocia Lidzia i ciocia Madzia.

<https://www.google.com/drukowanka.pl/biedronka>

