**Witamy serdecznie Rodziców i Dzieci z grupy I**

**Drogie dzieci! Zapraszamy do wspólnej zabawy .**

08.05.2020 Temat: Zabawy ruchowe: „Nasze podróże”

**Opowieść ruchowa: „Jedziemy na wycieczkę”.**

Rodzic opowiada, a dzieci ruchem naśladują wymieniane czynności:

Wstajemy rano, przeciągamy się i zdejmujemy naszą piżamę. Składamy piżamę i odkładamy ją. Zakładamy ubranie: podkoszulkę, bluzkę, spodenki, getry. Na niby myjemy buzię, ręce, zęby. Robimy krótką gimnastykę:

- wykonujemy krążenia głowy,

- robimy przysiady 3, 3 skłony, 3 pajacyki.

Następnie jemy śniadanie, zakładamy buty, kurtkę, plecak i wyruszamy. Na niby wychodzimy z domu i maszerujemy zwiedzając okolicę. Rozglądamy się i widzimy kota(dziecko ruchy i głos kota), wróbelka(dziecko naśladuje wróbelka), jadące auta.

- Zabawa orientacyjno-porządkowa „Samochody na skrzyżowaniu” *– dz*ieci poruszają się, w dłoniach przed sobą trzymają piłkę-kierownicę. Kiedy rodzic podnosi czerwony klocek, samochody zatrzymują się. Kiedy podnosi krążek zielony, samochody kontynuują jazdę. Jesteśmy poza miastem, bawimy się piłką:

- Ćwiczenie dużych grup mięśniowych – dziecko i rodzic podają sobie piłkę górą, a następnie dołem między nogami.

- Ćwiczenie kształtujące tułowia „Piłka w ruchu” – rodzic i dziecko rzucają piłkę do siebie tak, aby nie wypadła dziecku z rąk.

- Zabawa bieżna „Dogoń piłkę” –dziecko toczy piłkę w wyznaczonym obszarze.

- Zabawa z elementem rzutu – dziecko stoi, podrzuca piłkę i próbują ją złapać oburącz.

- Dziecko oddaje rzuty do kosza, próbują trafić , rodzic ustala dystans ok. 1 m od kosza.

- Dziecko maszeruje dookoła dywanu na palcach, na pietach, podskakuje na przemiennie.

Odpoczywamy po zabawie:

- Dziecko leży na plecach z ugiętymi nogami w kolanach, stopy oparte o podłogę, wyobraża sobie, że jest na plaży, na łące, na innej planecie, jeżeli mamy, włączamy dziecku spokojną melodię.

- Zabawa ruchowa w siadzie ze śpiewem: „ Pada deszczyk, pada deszczyk, wieje, wieje wiatr. Pada deszczyk, pada deszczyk, wieje, wieje wiatr, błyskawica, grzmot, błyskawica, grzmot, a na niebie kolorowa tęcza, błyskawic, grzmot, błyskawica, grzmot, a na niebie kolorowa tęcza” – dzieci wykonują stosowne ruchy.

- Zabawa ruchowa ze śpiewem: „ Marsz, marsz, maszeruję w koło, marsz, marsz bardzo mi wesoła, marsz, marsz, nogi mnie słuchają. Nagle stop, odpoczywają. (liczymy do 4 ) , powtarzamy zabawę.

Zapraszamy do pokolorowania auta, możecie dorysować ulicę, słońce, chmury i to sami chcecie.

Życzymy radosnej zabawy. Pozdrawiamy serdecznie i przesyłamy buziaczki ciocia Lidzia i ciocia Madzia.

<https://panimonia.pl/2016/12/14/boze-narodzenie-karty-pracy-kolorowanki-plansze-demonstracyjne/>

