

8.05.2020 r.

(piątek)

Temat dnia: GNIEZNO i KRAKÓW

- „Chodzenie pod dyktando”.

Dzieci poruszają się po sali według wskazówek rodzica, np. 2 kroki do przodu, 1 krok w prawo, 3 kroki do przodu, 1 krok do tyłu itp.

- Polska jest jednym z państw Unii Europejskiej. Dzieci oglądają flagę Polski i flagę Unii Europejskiej.

Polska jest jednym z państw Unii Europejskiej.



Flaga Polski



Flaga  
Unii Europejskiej

Temat 1: „Dawne stolice Polski” – słuchanie opowiadania nauczyciela.

- Przypomnienie Legendy o Lechu, Czechu i Rusie.

<https://www.youtube.com/watch?v=drf1k3LQ1bM>

Rodzic przypomina, że Gniezno było pierwszą stolicą Polski. Wyjaśnia

znaczenie słowa stolica. Jest to miejsce, gdzie znajdują się najważniejsze urzędy państwa. Stolica jest siedzibą prezydenta, a wcześniej była siedzibą królów.

- Zagadka obrazkowa. Rodzic przygotowuje ilustrację Smoka Wawelskiego, który zakryty jest kilkoma kartkami. Odślania stopniowo kartki, aż do momentu, gdy dziecko odgadnie co przedstawia obrazek.



- Słuchanie Legendy o Smoku Wawelskim.

*Dawno temu, za panowania króla Kraka nad miastem zawisło niebezpieczeństwo. Pod zamkiem zamieszkał straszny smok. Żądał od*

*mieszkańców miasta, aby codziennie przynosili mu do zjedzenia owce, kury, krowy. Niejeden rycerz próbował pokonać smoka, ale żadnemu z nich nie udało się tego dokonać. Niedaleko zamku żył szewczyk Skuba. Pewnego razu poszedł do króla i powiedział, że wie jak pokonać smoka. Król ucieszył się z tego, chociaż nie wierzył, że prosty szewczyk może wygrać walkę ze smokiem. Szewczyk miał plan, który szybko zrealizował. Wypchał baranią skórę siarką i smołą i podrzucił ją smokowi. Żarłoczny smok połknął barana. Niedługo potem poczuł wielkie pragnienie. Zaczął pić wodę z Wisły. Wypił jej tak dużo, że jego brzuch stał się ogromny i pękł. Wielka radość zapanowała w grodzie Kraka. Świątowano kilka dni i kilka nocy, a szewczyk Skuba stał się ulubieńcem mieszkańców, którzy chętnie mu we wszystkim pomagali.*

- Rozmowa na temat legendy.
  - Kto straszył mieszkańców grodu Kraka?
  - Komu udało się pokonać smoka?
  - Jaką pułapkę przygotował Skuba smokowi?
  - Co stało się ze smokiem?

- Wskazanie Krakowa na mapie Polski
- Wysłuchanie hejnału z Wieży Mariackiej.

Hejnał : [https://www.youtube.com/watch?v=i6R\\_v0ZCg4M](https://www.youtube.com/watch?v=i6R_v0ZCg4M)

- Naszą ojczyzną jest Polska. Dawne stolice Polski to: Gniezno i Kraków. Obecnie stolicą Polski jest Warszawa. Dzieci oglądają herb Gniezna, Krakowa i Warszawy.

---

Naszą ojczyzną jest Polska. Dawne stolice Polski to: Gniezno i Kraków. Obecnie stolicą Polski jest Warszawa.

Dawne stolice Polski



Herb Gniezna



Herb Krakowa

Obecna stolica Polski



Herb Warszawy

- „Smok” – zabawa orientacyjno – porządkowa.  
Aby wykonać to zadanie, trzeba zaangażować całą rodzinę. Wyznaczona osoba jest smokiem i przebywa w smoczej jamie – w umówionym miejscu. Pozostałe osoby poruszają się po pokoju przy dźwiękach „Krakowiaka”. Na przerwę w muzyce smok wyrusza na polowanie, a pozostałe osoby stoją w bezruchu. Smok zabiera do smoczej jamy osobę, które poruszy się. :)

## Temat 2: „Lubimy ćwiczyć” – ćwiczenia gimnastyczne

- Zabawa ożywiająca: „Dzień i noc”.

Dzieci przemieszczają się po sali, rodzic podaje hasła: „Dzień” – dzieci przemieszczają się po sali podskakując radośnie. „Noc” – dzieci szybko szukają wolnego miejsca na podłodze i zwijając się w kłębek udają, że idą spać. Zabawa trwa około 2 minuty.

- Część główna:

Ćwiczenia z woreczkami:

- Dzieci w siadzie skrzyżnym przekładają woreczek z ręki do ręki z przodu i z tyłu za plecami, podczas ćwiczenia plecy są wyprostowane.
- Pozycja jak wyżej tylko woreczek przekładamy z ręki do ręki wysoko nad głową i nisko z tyłu za plecami, podczas ćwiczenia plecy są wyprostowane.
- Pozycja jak wyżej woreczek leży przed stopami, przesuwamy dłońmi woreczek jak najdalej w przód po podłodze i przysuwamy z powrotem do stóp, podczas wykonywania ćwiczenia pośladki dotykają podłogi.
- Siad o nogach ugiętych, woreczek leży przed stopami, przesuwanie woreczka stopami w przód i przysuwanie woreczka do siebie.
- Ćwiczenie jak wyżej tylko ćwiczy jedna stopa, potem zmiana stopy ćwiczącej.
- Chwyty woreczka stopami, uniesienie nóg w górę i opust w dół.
- Próba chwycenia palcami stóp i uniesienia woreczka w górę raz jedna stopa raz druga stopa.
- Ćwiczenie jak wyżej tylko w górze przekładamy woreczek z prawej stopy do

lewej.

- Siad o nogach prostych, rodzic podaje na zmianę hasła: wachlarzyk i piąstki
  - wachlarzyk – dzieci starają się rozcapierzyć palce u stóp i zrobić wachlarzyk,
  - piąstki – podwijamy palce stóp jednocześnie próbując je zacisnąć w piąstki,

Część końcowa:

Ćwiczenie oddechowe: Dzieci wykonują leżenie na plecach, kładą woreczek na brzuch i wykonują spokojne wdechy i wydechy, przy: wdechu – woreczek opada wraz z brzuchem ku dołowi uwypukla się klatka piersiowa, wydechu – woreczek unosi się ku górze wraz z brzuchem. „Figury” – zabawa ruchowo – naśladowcza.

- „Biało – czerwony quiz”

Rodzic zadaje pytania, a dzieci odpowiadają na nie. Przykładowe pytania:

- Jak wygląda flaga Polski?
- Jak nazywa się nasz kraj?
- Wymień trzy symbole narodowe?
- Jakie miasto było pierwszą stolicą Polski?
- Jak nazywa się obecna stolica Polski?
- Wymień trzech sławnych Polaków.
- Wymień trzy rzeczy, które można zobaczyć w Warszawie.
- Jak nazywa się najdłuższa rzeka w Polsce?
- Kim był Fryderyk Chopin?
- Zaśpiewaj pierwszą zwrotkę hymnu Polski.
- Czego szukali Lech, Czech i Rus?