

Dodatkowa praca popołudniowa 26.06.2020



Przywitajmy się wesoło przy piosence:

<https://www.youtube.com/watch?v=FSpO0R3qlqs>



Na dzień dobry klaszczą dzieci,
klaszczą raz i dwa,
na dzień dobry klaszczą dzieci,
witam dzieci was.

Na dzień dobry tupią dzieci,
tupią raz i dwa.
Na dzień dobry tupią dzieci,
witam dzieci was.

Na dzień dobry skaczą dzieci,
skacza raz i dwa.
Na dzień dobry skaczą dzieci,
witam dzieci was



pl.freepik.com

A teraz wykorzystamy **gazety**, do zabawy:

- Taniec z gazetą na głowie przy dowolnej muzyce,
 - Gazeta między kolanami – wykonujemy skoki obunóż uważając, żeby gazeta nie wypadła,
 - Stoimy w rozkroku – wykonujemy skłon i przesuwamy po podłodze gazetę w przód i w tył,
 - Ćwiczenie stóp – próbujemy zwinąć gazetę palcami stóp
 - Skoki przez „drabinkę”, czyli paski z gazet.
- I jeszcze taka zabawa z gazetą:

Na mojej gazecie siedzę sobie (*dziecko siada*)
Na mojej gazecie bębnię sobie (*uderza o gazetę otwartą dłonią*)
Na mojej gazecie śpię sobie (*kładzie się w wygodnej pozycji*)
A kiedy usłyszę ton (*kłaśnięcie w dłonie*)
Szybko uciekam stąd (*dziecko zmienia miejsce*).

Gimnastyka

Prawa noga, wypad w przód,
a rękoma zawiąż but.
Powrót, przysiad, dwa podskoki,
w miejscu bieg i skłon głęboki.
Wymach rąk w tył i do przodu
Już rannego nie czuć chłodu.

Przedstawiamy ruchem treść wierszyka:

Prawa noga – noga prawa wyprostowana i uniesiona w górę,
Wypad w przód – wyciągnięta noga opada na podłogę,
A rękoma zawiąż but – skłon do wysuniętej nogi i naśladowanie zawiązywania buta,
Powrót – powrót do pozycji zasadniczej,
Przysiad – przysiad z wyciągniętymi do przodu rękoma,
Dwa podskoki – dwa podskoki w miejscu,
W miejscu bieg – bieg w miejscu,
I skłon głęboki – skłon z sięgnięciem rękoma palców nóg,
Wymach rąk w tył – wysunięcie rąk do tyłu,
I do przodu – wysunięcie rąk do przodu,
Już rannego nie czuć chłodu – postawa wyprostowana.

I na koniec zabawa w „koniki”. Pamiętajcie tą zabawę z przedszkola?

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

