

PRACUJEMY W DOMU Z SZEŚCIOLATKIEM

1. Zabawy na słoneczny czwartek - ćwiczenia gimnastyczne. Potrzebny nam woreczek foliowy

- Zabawa orientacyjno porządkowa - *Pomachaj woreczkiem* - poruszamy się w rytm muzyki, podczas przerwy w grze machamy woreczkiem nad głową, witając rodziców lub rodzeństwo.
- Zabawa ożywiająca - podskoki do muzyki, podczas przerwy w grze rozciągamy woreczki nad głowami - *Chronimy się przed deszczem*.
- Ćwiczenia tułowia - *Suszymy woreczki* - dziecko trzyma woreczek w obu rękach. W skłonie w przód wymachujemy nim w przód i w tył. Po kilku ruchach prostujemy się i potrząsamy woreczkami w górze - strząsamy krople wody.
- Ćwiczenie dużych grup mięśniowych - *Powitania*- dzieci witają woreczkami różne części ciała wymienione przez rodzica na przykład woreczek wita wasze kostki... wasze ramiona itp.
- Ćwiczenie mięśni grzbietu - *Na wietrze* - dzieci, w leżeniu przodem, unoszą woreczki trzymane za końce oburącz, dmuchają na woreczki delikatnie - wieje mały wietrzyk, i mocno - wieje duży wiatr.
- Ćwiczenie mięśni brzucha - *W górę i w dół* - dzieci w leżeniu tyłem, woreczki mają włożone między stopy. Unoszą je stopami do góry, z przełożeniem za głowę, a potem wracają do pozycji wyjściowej.
- Ćwiczenie równowagi - *Przechodzimy przez woreczki* - dzieci zwijają woreczki w rulonik. Stojąc, trzymają je przed sobą w obu rękach. Przekładają nogi przez rulonik, wytrzymując w staniu jednoonóż. Ćwiczenie wykonujemy na zmianę prawą i lewą nogą.
- Skoki - *Skaczemy* - dzieci przeskakują obunóż przez woreczki rozłożone na podłodze: do przodu, do tyłu, na lewo, na prawo.
- Ćwiczenie zręczności - *Zręczne dłonie* - dzieci zwijają woreczki jedną, a potem drugą ręką w taki sposób, aby najbardziej schowały się w dłoni.
- Rzuty i chwytaki - *Podrzucić i złapać* - dzieci robią z woreczków kulki, podrzucają je oburącz, potem jednorącz i łapią.
- Część końcowa - *Z woreczkiem na głowie* - dzieci maszerują w różnych kierunkach, z woreczkami na głowie, w taki sposób, aby woreczki im nie spadły; co pewien czas przykucają i powracają do pozycji stojącej.
- Ćwiczenia przeciw płaskostopiu - *Sprytne stopy* - dzieci chwytają palcami stopy woreczek leżący na podłodze i podają go sobie do rąk.



2. Karta pracy, część 3, str. 44

Oglądanie zdjęć przedstawiających pogodę, jaka może być w marcu. Nazywanie elementów pogody. Rysowanie po śladach rysunków. Czytanie z rodzicem nazw.

3. Karta pracy, część 3, str. 45

Oglądanie zdjęcia. Odszukiwanie brakujących fragmentów zdjęcia na dole karty. Rysowanie w białych polach symboli umieszczonych pod tymi fragmentami.

4. Karta pracy, część 3, str. 50

Oznaczanie zieloną pętlą tego, co ma kształt koła, a czerwoną - kuli. Rysowanie kół po śladach. Kolorowanie najmniejszego koła na żółto, a największego na niebiesko.