Witam Was w następnym tygodniu naszej wspólnej zdalnej współpracy. Tytułem przewodnim naszego tygodnia jest „Chciałbym być sportowcem”

Dzisiejszy dzień zaczynamy od aktywności ruchowej z Pipi https://youtu.be/m2WsGrvCx

1. Drodzy rodzice przeczytajcie dzieciom wiersz J. Koczanowskiej „Gimnastyka”

*Gimnastyka to zabawa,   
ale także ważna sprawa,   
bo to sposób jest jedyny,   
żeby silnym być i zwinnym. Skłony, skoki i przysiady  
trzeba ćwiczyć – nie ma rady!  
To dla zdrowia i urody  
niezawodne są metody*.

Porozmawiajcie na temat wiersza. *-* Co nam daje gimnastyka?   
- Co wykonujemy podczas gimnastyki?

2.Ćwiczcie razem z dzieckiem - ruchowa interpretacja wiersza

Gimnastyka wyciągają ręce w bok,

to zabawa, ale także trzymają ręce wyprostowane, zginają je w łokciach,

ważna sprawa, dłońmi dotykają klatki piersiowej,

bo to sposób

jest jedyny, jak wyżej – mają ręce wyprostowane, zginają je w łokciach,

żeby silnym być ręce mają opuszczone, wykonują przysiad, wstają,

i zwinnym.

Skłony, podnoszą ramiona, zginają ręce w łokciach, dłonie zaciskają

skoki w pięści i pokazują, jakie są silne,

i przysiady

trzeba ćwiczyć wykonują skłon, wykonują podskok, wykonują przysiad,

– nie ma rady! powtarzają skłon, podskok i przysiad,

To dla zdrowia i urody

niezwodne są metody uśmiechnięte spacerują po pokoju

3.Podzielcie na sylaby słowa związane ze sportem.

Dziecko dzieli rytmicznie słowa: gimnastyka (gim-nas-ty-ka), skłony (skło-ny), skoki (sko-ki), przysiady (przy-sia-dy).

4.Porozmawiaj z Rodzicem na temat różnych dyscyplin sportowych. Nazwij sporty przedstawione na zdjęciach. (Biegi, kolarstwo, pływanie, piłka nożna, tenis, skoki narciarskie).

 

 

 

5..Na koniec dzisiejszego dnia naucz się krótkiej rymowanki:

Gdy sportowcem zostać chcę, muszę ćwiczyć całe dnie.

Życzę dobrej zabawy

Beata