

## **„Już lato” 15.06.2020 -19.06.2020.**

### **Zestaw zabaw i ćwiczeń gimnastycznych „Ćwiczymy z rodzicami” wg B. Formy**

Ćwiczenia w parach .

1. Marsz. "Dzieci" maszerują unosząc kolana, "dorośli" idą na palcach. Na sygnał zmiana ról.

2. Do mamy i taty - zabawa orientacyjno - porządkowa.

"Rodzice" stają w dużych odległościach od siebie. W rytm tamburyna "dzieci bawią się" - przemieszczają w podskokach. Na mocniejsze uderzenie tamburyna i hasło "do mamy i taty" stają przed "swoimi rodzicami".

3. Błoto - zabawa z elementem skrętu.

Dzieci i rodzice ustawiają się w parach - najpierw "dziecko" w lekkim rozkroku (ręce na biodrach), za nim "rodzic" w większej odległości. "Dziecko" wpadło do "błota" i boi się poruszyć. Wykonuje skręty tułowia "szuka rodzica".

4. Kajakowy spływ - ćwiczenie z elementem skłonu.

Siad w rozkroku, jedno za drugim "rodzic, dziecko". "Dziecko" trzyma "rodzica" w pasie. Wspólnie pochylają się w tym samym rytmie równocześnie w przód i tył. "Rodzic" naśladuje ruchy wiosłem.

5. Rowery - zabawa wzmacniająca mięśnie brzucha i nóg.

W parach leżenie tyłem, stopy przylegają do siebie. Ręce wzdłuż tułowia. Równoczesne uniesienie nóg, naśladowanie jazdy na rowerze.

6. Ćwiczenie z elementem czworakowania.

"Rodzic" stoi w rozkroku, "dziecko" przechodzi na czworakach między nogami raz w jedną, raz w drugą stronę.

7. Gąsienica - ćwiczenie przeciw płaskostopiu.

"Rodzic i dziecko" widzą gąsienicę. Próbuje iść tak jak ona (stopy przylegają do podłoża, podciąganie palców, przesuwanie stóp).

### **„Zgadnij co robię latem” - zagadki ruchowe.**

Dziecko przedstawia ruchem ciała i gestem różne czynności np. jazda na rowerze, granie w piłkę, skakanie na skakance, pływanie w basenie, łowienie ryb.

### **„Letnie zabawy” -ćwiczenia doskonalące motorykę małą.**

Lody w różnych smakach - praca plastyczna z figur geometrycznych.

Wycinanie rożka po narysowanej linii prostej (trójkąt), przyklejanie – gałek lodowych (kolorowych kół), ozdabianie kredkami. Zwrócenie uwagi na bezpieczeństwo podczas wycinania nożyczkami.

**„Lody” – karta pracy – rysowanie po śladzie**

[https://mojedziecikreatywnie.pl/sdm\\_downloads/lody-kolorowanka/](https://mojedziecikreatywnie.pl/sdm_downloads/lody-kolorowanka/)

**„Czas na lody” - kolorowanka**

<https://www.e-kolorowanki.eu/swinka-peppa/bohaterowie-bajki-swinka-peppa/>

**„Tęcza” – kolorowanka**

<https://www.kizicolor.com/pl/strony-kolor-teczy-15-teczy-w-kolorowanie-ponyland-93044/>

**„Tęcza” – karta pracy – rysowanie po śladzie**

[http://www.dobredladziecka.pl/wp-content/uploads/2012/03/dobredladziecka\\_bazgroszyt\\_kolorowanka\\_9.pdf](http://www.dobredladziecka.pl/wp-content/uploads/2012/03/dobredladziecka_bazgroszyt_kolorowanka_9.pdf)

**„Za co lubimy lato? - wiersz Ewy Belczewskiej.**

Za co lubimy lato?

Za słońce co jasno świeci,  
za bawiące się na podwórku dzieci,  
za leśne poziomki, maliny, jagody,  
za spacer z rodzicami do parku na lody,  
za wakacje, wyjazdy nad morze, jeziora i w góry,  
za babki z piasku i lot latawca hen wysoko w chmury.

A za co jeszcze lubimy lato?

Za łąkę pełną kwiatów, biedronek i bąków,  
za żabki kumkające koncerty wieczorne,  
za kolorową tęczę co cudnie się mieni,  
za parki ze śpiewem ptaków w soczystej zieleni.

I lato za to lubimy...

Że daleko jeszcze do zimy!

Rozmowa na temat wiersza:

- za co lubimy lato?
- co lubisz robić latem?

**„Zagadkowe lato”- prezentacja**

<https://www.youtube.com/watch?v=IM6-4yMGXW4>

**„Przyjście lata”- wiersz Jana Brzechwy**

<https://www.youtube.com/watch?v=jSBnyul4umg>

**„O lecie”- zagadki Ewy Stadtmuller.**

Promyki ma gorące.

Co? To jasne jak... (słońce)

Przecina niebo zygzakiem złotym,

Zwiastuje burzę, już słyhać grzmoty. (błyskawica)

Gdy słońce świeci w dzionek deszczowy,

Na niebie widać most kolorowy. (tęcza)

Chętnie w góry, czy nad morze jadę z mamą, jadę z tatą,

Bo wakacje się zaczęły, a ja na to jak na ... (lato)

W czereśniowych kolczykach po polach pomyka.

Z kosiarzami trawę kosi i wakacje nam przynosi. (czerwiec)

I drzewa, i krzewy i trawy i zioła

-mnóstwo tej... wszędzie dookoła. (zieleni)

Piasek nad wodą, dojrzałe zboże,

Nawet słońeczko jest w tym kolorze. (żółty)

Dodaje urody maczkom i biedronce,

czaruje nim także zachodzące słońce. (czerwony)

W tym kolorze są chabry i woda w jeziorze,

i bezchmurne niebo i szumiące morze. (niebieski)

## **„Wesołe słoneczko” - zabawa inscenizacyjna.**

Wesołe słoneczko, uśmiechnięte buzie.

Klaszczemy, machamy słońce jest na górze,

- klaskanie, machanie w górze

klaszczemy, machamy słońce jest na górze.

- podnoszenie rąk do góry

Dzieci pytają, po co jest słońce?

Zaraz się zatem dzieci dowiedzie.

Po to by lato było gorące

- ocieranie potu z czoła

i żeby jasno było na świecie.

- rozkładanie rąk do góry

Słońce jest po to, dzieci kochane,

żeby na buziach piegi robiło,

-pokazywanie piegów na twarzy

żeby obudzić wszystkich nad rano.

-przecieranie oczu

i żeby ludziom zimno nie było.

-obejmowanie się rękami

Wesołe słoneczko, uśmiechnięte buzie...

Klaszczemy, machamy słońce jest na górze,

- klaskanie, machanie w górze

klaszczemy, machamy słońce jest na górze.

- podnoszenie rąk do góry

Czy macie jeszcze jakieś pytania

-podnoszenie ręki do góry,

co do słoneczka, które nam świeci?

jak zgłaszanie się do odpowiedzi,

Słońce ma takie właśnie zadanie

- uśmiechnięte minki, kręcenie głową

by rozweselać na świecie dzieci.

na lewo, na prawo

Liściom i drzewom rosnać pomaga,

-przykucają i podnoszą się do góry

kwiatom nadaje kolory śliczne.

-kręcenie uniesionymi dłońmi

Lubimy słońce prawda jest taka,

-obracanie się wokół własnej osi

że żyć bez niego nie da się nigdzie.

## **„Błyskawica, grzmot”.**

Opowiem Wam dzieci kochane

jaki kłopot miał mały Janek.  
Spotkała go raz wielka burza,  
a ze strachu mu trzęsła się buzia.  
Wyjrzał za okno - zimno i mokro.  
Okropnie błyska, trzęsą się ludziska,  
a najgorszy to ten straszliwy grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot, grzmot.  
Skończyła się już straszna burza,  
a na dworze jest wielka kałuża.  
Położył się spać mały Janek  
i wyglądał w tym śnie zza firanek.  
Wyjrzał za okno - zimno i mokro.  
Okropnie błyska, trzęsą się ludziska,  
a najgorszy to ten straszliwy grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot, grzmot.  
Opowiem wam dzieci kochane  
jaki ujrzał Janek poranek.  
Chmur pełno na niebie, wiatr hula,  
Chyba znowu zacznie się burza.  
Wyjrzał za okno - zimno i mokro.  
Okropnie błyska, trzęsą się ludziska,  
a najgorszy to ten straszliwy grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.  
Błyskawica, grzmot, grzmot.

Błyskawica, grzmot, grzmot.

Błyskawica, grzmot, grzmot, grzmot.

Dziecko trzyma dwa drewniane klocki, słucha tekstu na słowa: Błyskawica, grzmot, grzmot - mocno i rytmicznie stuka klockiem o klocek.

### **„Burzliwa przygoda” – opowiadanie - audiobook**

<https://www.youtube.com/watch?v=liRrMXIFL-4>

### **Rozmowa na temat zjawiska atmosferycznego, jakim jest burza.**

- jak należy się zachować podczas burzy? (należy unikać wysokich obiektów, nie wolno chować się pod drzewami, nie wolno przebywać w wodzie ani na otwartej przestrzeni, należy unikać metalowych przedmiotów i przebywać w ich pobliżu, nie wolno rozmawiać przez telefon komórkowy).

### **„Barwy”- wiersz Wincentego Fabera**

Rośnie tęcza po burzy

W łuk na niebie szeroki,

Kolorową skakankę

Przeskakują obłoki.

Obłok, co się przewrócił,

Wpadł na siedem barw tęczy...

Teraz, od jej kolorów,

Jest naprawdę piękniejszy.

Rozmowa na temat wiersza:

-ile kolorów ma tęcza,

-kiedy możemy zobaczyć tęczę?

### **„Jak powstaje tęcza ?”**

<https://www.youtube.com/watch?v=1v49ZHkJXa8>

### **„Co to jest tęcza?” – film edukacyjny – poznajemy kolory tęczy**

<https://www.youtube.com/watch?v=ijhT7mzit-Y>

## „Historia tęczy" z książki "Mądrość serca" red. M. Porębskiej i A. Sujka.

Kiedyś, bardzo dawno temu, wszystkie kolory świata zaczęły się sprzeczać. Każdy z nich utrzymywał, że jest najpiękniejszy, najważniejszy, najpotrzebniejszy.

Zieleń powiedziała:

- Jest oczywiste, że jestem najważniejszym kolorem. Jestem piękna i nie ma beze mnie wiosny, ani lata. Jestem kolorem trawy, drzew, liści. Beze mnie świat byłby smutny

Przerwał jej niebieski:

- Patrzysz tylko na ziemię; a co z morzem i niebem? To ja nadaję im kolor. Ja pomalowałem całuteńkie niebo, każdą rzekę, jezioro, morze, ocean. Jestem niezbędny i najważniejszy!

Kolor żółty uśmiechnął się swoim zwyczajem:

- Jesteście wszystkie bardzo ważne, ale to ja przynoszę światu uśmiech, radość, ciepło. Słońce jest żółte, księżyc jest żółty, gwiazdy są żółte. Wszystko, co pomaluję jest takie piękne, że wszyscy patrzą na to z zachwytem!

Czerwień nie mogła znieść tego długiego wywodu:

- Ja jestem ponad wami wszystkimi bo ja jestem kolorem serca – miłości. Jestem też kolorem ognia. Daję ludziom ciepło. Beze mnie nie można się obejść!

Spór kolorów trwał i coraz bardziej się wzmaczał. Nagle na niebie pojawiła się wielka czarna chmura i powiedziała:

- Jesteście niemądre kolory! Wszystkie jesteście piękne, jak motyle, jak kwiaty. Tak mi smutno jak słucham waszej kłótni! I chmura zaczęła płakać gęstym deszczem.

W tej chwili na niebie pojawiło się słońce i powiedziało:

- Nie płacz chmuro, a wy kolory, przestańcie się kłócić. Weźcie się za ręce i namalujcie na niebie coś pięknego razem, aby było widać was wszystkie.

- Kolory zaczęły malować na niebie różnobarwne pasy i tak powstała tęcza. Na jej widok chmurka się uśmiechnęła, a kolory zobaczyły, że każdy z nich jest piękny i niezastąpiony i wspaniale wyglądają razem!

Na pamiątkę tej chwili za każdym razem, gdy słońce chce pocieszyć kropelki spadającego deszczu, na niebie pojawia się tęcza.

Rozmowa na temat wysłuchanego opowiadania:

- jakie kolory się kłóciły i dlaczego?

- kto w opowiadaniu się smucił ?

- kto pomógł kolorom ?

- w jaki sposób pomógł ?

- co wy byście doradzili kolorom, aby się nie kłóciły ?

## „Tęcza” – kolorowanka

<https://www.kizicolor.com/pl/strony-kolor-teczy-15-teczy-w-kolorowanie-ponyland-93044/>

## „Tęcza” – karta pracy – rysowanie po śladzie

[http://www.dobredladziecka.pl/wp-content/uploads/2012/03/dobredladziecka\\_bazgroszyt\\_kolorowanka\\_9.pdf](http://www.dobredladziecka.pl/wp-content/uploads/2012/03/dobredladziecka_bazgroszyt_kolorowanka_9.pdf)

## Zabawy badawcze:

„Cukierkowa tęcza”

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

„Burza”

<https://www.youtube.com/watch?v=eyLKBakvNW4>

## „Latem słońce mocno grzeje” – ćwiczenia logopedyczne.

Kiedy na niebie wysokim -czubek języka sięga wysoko.

Radosne słońeczko świeci -czubek języka sięga wysoko.

Chętnie na świeżym powietrzu -wciąganie powietrza przez nos, zatrzymywanie, wypuszczanie przez

usta.

Bawią się wszystkie dzieci.

Słońeczko świeci i grzeje, -język wolno okrąża wargi

Jest coraz wyżej na niebie -czubek języka sięga wysoko.

A jego promienie gorące

Głaszczą nas coraz śmieiej! -głaskanie językiem najpierw dolnej, później górnej wargi.

Ufff! – wzdycha mała Małgosia -powtórzenie westchnienia

Pufff! -wzdycha też jej kolega -powtórzenie westchnienia.

Oj, chyba bez kapelusza -szeroki język zakrywa górną wargę.

Dzisiaj pobawić się nie da!!

I czapka też jest niezbędna, -szeroki język osłania dolną wargę.

A na nos - okulary,



Przyda się też parasol

Na takie upały i skwary!

### **Piosenki do posłuchania i śpiewania**

„Po łące biega lato”

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

„Przyszło lato”

[https://www.youtube.com/watch?v=Ls4y1\\_s5czI](https://www.youtube.com/watch?v=Ls4y1_s5czI)

„Tęczowa piosenka”

<https://www.youtube.com/watch?v=oZRtZceA5HA>

„Tęcza – cza cza cza”

<https://www.youtube.com/watch?v=LmBK0xFkhH4>

„Pan Vivaldi - 4 Pory Roku – Lato” - muzyka poważna dla Dzieci

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

### **„Kłaśnij, tupnij, podskocz” – zabawa matematyczno - ruchowa.**

Dziecko porusza się w sposób swobodny. Rodzic trzyma kartki z narysowanymi kropkami 1-3 (jak na kostce) , na sygnał słowny rodzica dziecko zatrzymuje się, rodzic podnosi kartkę z odpowiednią liczbą kropek, a dziecko wykonuje polecenia: - Kłaśnij tyle razy ile jest kropek na kartce. - Tupnij tyle razy ile jest kropek na kartce. - Podskocz tyle razy ile jest kropek na kartce itp.

### **„Strumyk” – zabawa z tekstem Joanny Myślińskiej i Iwony Mojsak (masażyk).**

Tu jest las, tam strumyk płynie, - szybkie uderzanie palcami jednej ręki po plecach, drugą – rysujemy zygzak,

coś zalewa, coś ominie. - całą dłońią masujemy jedno miejsce, potem rysujemy zakole,

W strumyku rybki pływają - palcami rozłożonej dłoni rysujemy fale,

i tak pyszczki otwierają. - skubimy dziecko po plecach dwoma palcami jednej potem drugiej ręki.

### **Zabawy plastyczne**

„Słoneczko i słoneczniki z papieru”

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

„Słoneczko z odcisków dłoni”

<https://www.youtube.com/watch?v=FCwX7ONCpzY>

„Tęcza z pasków papieru”

<http://praceplastyczne.pl/inne/61-tecza>