

Temat kompleksowy: Mój świat -Dzień dziecka.

Temat I: Gimnastyka przedszkolaka

Temat II: Dzień radości.

Cele ogólne

- Rozwijanie czynności samoobsługowych.
- Kształtowanie umiejętności przestrzegania zasad wprowadzonych podczas wykonywania ćwiczeń i zabaw.
- Kształtowanie umiejętności współpracy.
- Rozwijanie motoryki.

Cele szczegółowe:

- Samodzielnie potrafi przebrać się w strój gimnastyczny.
- podporządkowuje się do zasad panujących podczas zabawy i ćwiczeń.
- przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas pobytu na sali gimnastycznej.
- potrafi wykonywać zadania w parach/grupie.
- Radzi sobie z przegraną podczas zawodów
- Prawidłowo trzyma kredki podczas wykonywania rysunku.

Przebieg zajęć:

- Ćwiczenia rozciągające „Dotknij stopy”- Jest to ćwiczenie ,w którym dziecko może przygotować swoje ciało do zabaw gimnastycznych. Ćwiczenie polega na schyleniu do stopy bez uginania nóg.

- Zabawa „ na jednej nodze”- Dziecko razem z rodzicem wyznacza start oraz metę. Zaznaczoną odległość dziecko pokonuje na jednej nodze. Następnie wraca na linie startu pokonując tę odległość skacząc na drugiej nodze.

- Zabawa „ Małe zawody”:

a) „Bieg slalomem między pachołkami”- ustawiamy na dywanie pachołki (można je zastąpić np.: klockami) w odległości 1 m od siebie na końcu pachołków ustawiamy szarfę(można ją zastąpić szalikiem. Szalik wiążujemy tak by wyszła nam z tego szarfa). Szarfę należy przełożyć przez całe ciało. Zaczynając od stóp, a zdejmując przez głowę.

b) „Przejsie po skakance”. Przejsie po skakance lub linie położonej na podłodze z rękoma wyciągniętymi na boku. Próba utrzymania równowagi.

c) „Pokonanie szeregu obręczy” - Pokonanie szeregu obręczy lub hula -hoop ułożonych w odległości

0,5 metra od siebie, poprzez skoki obunóż w środek koła i pomiędzy koła. W warunkach domowych jeśli nie mamy potrzebnych przyrządów z kartki wytnijmy koła 4sztuk o średnicy 1m

- Ćwiczenia rozluźniające ” Wiosenna trawka”- Po wykonanych ćwiczeniach kładziemy się na dywanie ruszamy rękoma i nogami rozluźniając mięśnie. Po wykonaniu tej czynności leżymy spokojnie na dywanie i wyobrażamy sobie że jesteśmy na wiosennej łące dzieci razem z rodzicami mogą podczas leżenia opowiedzieć o zielonej łące.

Temat II „ Dzień radości”

-Karta pracy 165

- praca plastyczna „Mój wymarzony dzień dziecka”- Dzieci przy pomocy farb i kartki papieru malują swój wymarzony dzień dziecka.

