

**Tematyka kompleksowa dla grup:
„Mali Odkrywcy”, „Smerfy”, „Ekoludki”.
„Chciałbym być sportowcem”
(06.04.-09.04.2021r.)**



1. Słuchanie wiersza Jadwigi Koczanowskiej *Gimnastyka*.

• **Zabawa muzyczno-ruchowa *Aerobik*.**

Nagranie muzyki tanecznej, odtwarzacz CD.

R. stoi przed dzieckiem. Przy nagraniu muzyki tanecznej wykonuje ruchy – podskoki, skłony w przód, skłony w bok, obroty, wymachy ramion, a dziecko go naśladuje.

• **Słuchanie wiersza.**

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



• **Rozmowa na temat wiersza.**

– Co trzeba robić, aby być silnym i zwinnym?

• **Nauka wiersza fragmentami, metodą ze słuchu, z wykorzystaniem rapowania.**

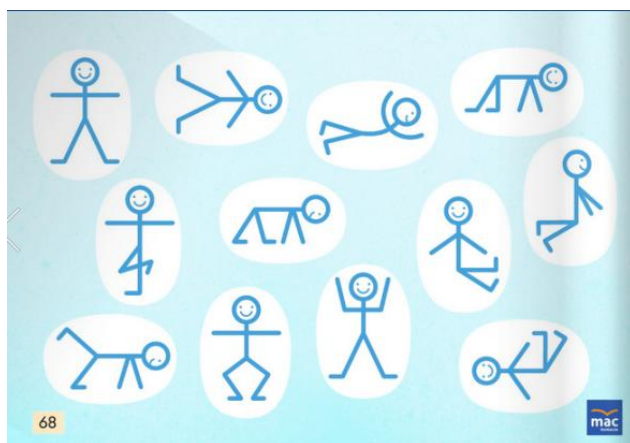
R. rapuje po jednym wersie, a dzieci za nim powtarzają.

• **Zabawa *Zrób tak samo*.**

Tablica demonstracyjna nr 68.

– Naśladuj postawy ludzików, które są na obrazkach.

(R. pokazuje wybrane obrazki, a dziecko przyjmuje odpowiednie postawy).



2. Zabawy i ćwiczenia z literą j.

Zapoznanie z literą j: małą i wielką drukowaną (5-latki) i pisaną (6-latki).

- Oglądanie zdjęć jagód.

Zdjęcia jagód.

- Opisywanie wyglądu jagód.



- Analiza i synteza słuchowa słowa *jagody*.

- Dzielenie słowa *jagody* na sylaby.

– Co słyszycie na początku słowa *jagody*?

- Podział na sylaby nazw obrazków, które rozpoczynają się głoską *j*. (dzieci 5 letnie)

Obrazki przedmiotów/zwierząt/roślin, których nazwy rozpoczynają się głoską *j*.

- Dzielenie słowa *jagody* na głoski. (dzieci 6 letnie)

- Podawanie przykładów słów rozpoczynających się głoską *j* (*jeleń, jajko, jogurt...*), mających ją w środku (*kajak, fajka, bajka...*) oraz na końcu (*kraj, maj, klej...*).

- Budowanie schematu słowa *jagody*.

Białe nakrywki.

□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---

- Podawanie imion rozpoczynających się głoską *j* (*Jola, Janek, Justyna, Jowita*).

- Analiza i synteza słuchowa imienia *Janek*.

Białe nakrywki.

□	□	□	□	□
---	---	---	---	---

- Dzielenie imienia na sylaby, na głoski; budowanie jego schematu.

- Pokaz litery *j*: małej i wielkiej, drukowanej i pisanej.

Litery: *j, J*.

- Umieszczanie poznanych liter: *j, J, a, o, k, n, e, g, d, y*, pod schematami słów *jagody, Janek*.

Litery: *j, J, a, o, k, n, e, g, d, y*.

- Odczytywanie wyrazów *jagody, Janek*.

- *Odkrywam siebie. Przygotowanie do czytania, pisania, liczenia*, s. 39. (dzieci 5 letnie)

- Pokaz litery *j, J* drukowanej.

- Odczytanie wyrazu z R. Odszukanie na ostatniej karcie takiego samego wyrazu. Wycięcie go i przyklejenie na nim. Pokolorowanie rysunku.

- Ozdobienie liter *j, J*.

- Odszukanie wśród podanych wyrazów wyrazu *jagody*. Podkreślenie go. Liczenie podkreślonych wyrazów.

- *Odkrywam siebie. Litery i liczby*, s. 76. (dzieci 6 letnie)

- Odczytanie wyrazu. Odszukanie na końcu kart kartoników z literami tworzącymi wyraz *jagody*. Wycięcie ich, ułożenie z nich wyrazu, a potem przyklejenie w okienkach.

Pokolorowanie rysunku.

- Odczytanie sylab. Odczytanie sylab i wyrazów.

- Pisanie liter *j, J* po śladach, a potem – samodzielnie.

3. Zabawa ruchowa z wykorzystaniem rymowanki

Dziecko ćwiczy pod dyktando wypowiedzianej rymowanki.

Maszerują dzieci drogą:

raz, dwa, raz i dwa.

Prawą nogą,

lewą nogą:

raz, dwa, raz i dwa.

I rękami poruszają:

raz, dwa, raz i dwa,

w prawo – lewą,

w lewo – prawą,

raz, dwa, raz i dwa.

maszeruje w miejscu,

wyciąga do przodu prawą nogę,

wyciąga do przodu lewą nogę,

maszeruje w miejscu,

maszeruje w miejscu,

lewą rękę wyciąga w prawą stronę,

prawą rękę wyciąga w lewą stronę,

maszeruje w miejscu.

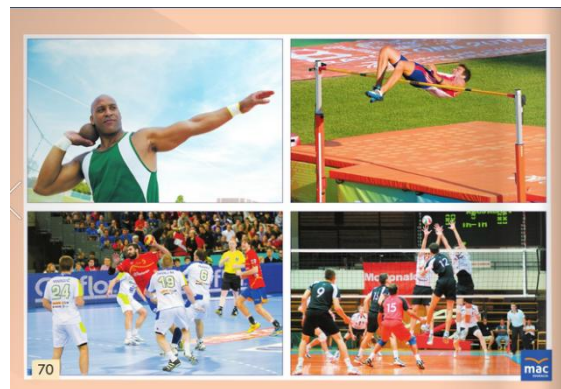
4. Sportowe ćwiczenia słuchowe.

• **Zabawa Podaj słowo.**

Piłka lub kulka z papieru.

Dziecko stoi przed R.. Zabawę rozpoczyna R., rzucając piłkę do dziecka i wymawiając głoskę, np. *u*. Dziecko łapie piłkę, mówi słowo rozpoczynające się tą głoską i rzuca piłkę do R. wymawiając inną głoskę. (W razie problemu pomaga R.).

• **Układanie zdań na temat wybranej dyscypliny sportowej.**



Tablice demonstracyjne nr 69, 70.

Dziecko układa zdania i mówi je. Następnie liczy w nich słowa

np. *Mężczyźni grają w piłkę ręczną* (5 słów).

Siatkarze są wysocy (3 słowa).

Gimnastyk ćwiczy na drążkach (4 słowa).

5. Sportowe ćwiczenia ruchowo-słuchowo-graficzne.

• **Rozmowa na temat wspólnego odpoczynku rodziców i dzieci.**

– Co robisz z rodzicami w wolne dni?

– Czy wybieracie się gdzieś? Czym się wtedy poruszacie?

– Jaki sposób odpoczynku podoba się wam najbardziej?



• **Ćwiczenia ruchowo-naśladowcze *Jedziemy na rowerkach.***

Dzieci kładą się na dywanie. Pedalując, mówią:

*Na wycieczkę wyruszamy,
raz i dwa, raz i dwa.
Tata jedzie obok mamy,
z tyłu – nas ma.*

Karta pracy, cz. 3, nr 68.

- Posłuchaj tekstu. Rysuj po śladach torów. Potem, nie odrywając ręki od kartki, rysuj po śladach rysunków bloków.
- Pokaż ręką (jedną ręką, drugą ręką, obiema), jak przebiega górzysta droga.
- Rysujcie po śladach górzystej drogi.

Karta pracy, cz. 3, nr 69.

- Rysuj po śladach drzewa iglaste. Rysuj po śladach drogi między drzewami.
- Ćwiczenia dźwiękonaśladowcze.
- Naśladowanie głosów baranów i owiec. (Wyjaśnianie, że baran to samiec, a owca – to samica).
- Naśladowanie głosu pilnującego ich psa.
- Naśladowanie odgłosu dzwoneczków.
- Ciąg dalszy ćwiczeń w karcie pracy, cz. 3, nr 69.
- **Rysowanie po śladach drogi między owcami.**
- **Rysowanie po śladach drogi do domu babci.**

6. Ćwiczenia relaksacyjne *Odpoczynek u babci (technika relaksacji Jacobsona).*

Plastikowe klocki.

Dziecko leży wygodnie na dywanie, nogi ma wyciągnięte, ramiona ułożone wzdłuż tułowia tak, aby się nie dotykały.

– Zegnij prawe ramię tak, by naprężyć biceps. Jesteś silny, bardzo silny, naprężaj go mocno. Czujesz, jak bardzo napięte są twoje mięśnie?

– Wykonaj to samo ćwiczenie lewą ręką.

– Naciśnij, jak możesz najsilniej, pięścią prawej ręki klocek (z plastiku) położony po twojej prawej stronie. Jeśli jesteś silny, twoje mięśnie są napięte. Teraz rozluźnij mięśnie. Jesteś znowu słaby. Nie naciskaj już. Czujesz ulgę, mięśnie się rozluźniły. Wykonaj to samo ćwiczenie z pięścią lewej ręki.

– Teraz chwilę odpocznij – leż i oddychaj spokojnie, równo. Twoje ręce odpoczywają.

– Teraz silna będzie twoja prawa noga. Włóż klocek pod kolano i mocno ściśnij nogę w kolanie.

Teraz twoja noga słabnie – rozluźniasz mięśnie, wypuszczasz klocek. (Wykonaj to samo ćwiczenie lewą nogą).

– A teraz zobaczymy, czy masz tyle siły, żeby napęczyć powietrzem swój brzuch. Wciągnij mocno powietrze w płuca i napnij brzuch jak balon, mocno. Teraz wypuść powietrze, rozluźnij mięśnie – poczujesz ulgę.

– Naciśnij mocno głową dywan (poduszkę), na którym (której) leżysz – głowa jest bardzo silna.

Naciskasz mocno. Teraz rozluźnij mięśnie – głowa już nie naciska na dywan, odpoczywasz, czujesz ulgę.

– Jesteś niezadowolony i zły, bo ktoś zniszczył twoją budowlę z klocków. Marszczysz mocno

czoło, jeszcze mocniej. Teraz rozluźnij mięśnie, niech odpoczną – czoło jest gładkie.
– Teraz mocno zaciśnij powieki, jeszcze mocniej. Teraz rozluźnij je i odpocznij.
– A teraz zaciśnij mocno szczęki, niech dotykają zębów. I dolna, i górna szczęka jest silna, zęby mocno naciskają na siebie. Teraz rozluźnij szczęki. Czujesz ulgę?
– Ułóż wargi tak, jakbyś chciał powiedzieć *och* (albo zrób ryjek), i napnij mocno mięśnie ust. Teraz rozluźnij mięśnie.
Poszczególne ćwiczenia trwają bardzo krótko – od 10 do 15 sekund. Tyle samo trwają przerwy między ćwiczeniami.

7. Moja ulubiona forma czynnego wypoczynku – rysunek uzupełniony wycinanką.

• Zabawa *Dokończ zdanie.*

Dzieci kończy zdanie nawiązujące do jego ulubionej formy ruchu:
Najbardziej lubię poruszać się podczas...

Zabawa ruchowo-naśladowcza *Poruszamy się.*

Dziecko naśladuje jazdę na hulajnodze, rowerze, skakanie na skakance, pływanie, grę w piłkę...
na hasło, nazwę tej czynności podaną przez R.



• Rozmowa na temat czynnego wypoczynku.

- Jak lubisz odpoczywać?
- Czy zdrowo jest siedzieć cały dzień przed komputerem, czy – bawić się na podwórku?
- Jakie zabawy ruchowe lubisz?
- Czy zdrowo jest się poruszać? Dlaczego?

• Zapoznanie ze sposobem wykonania prac.

Kartki z bloku technicznego, kredki, nożyczki, klej, papier kolorowy.

Dziecko stara się połączyć rysunek z wycinanką..

Dziecko opowiada o swojej formie czynnego odpoczynku, przedstawionego w pracy.

• Porządkowanie miejsc pracy.

8. Muzyczna gimnastyka – ćwiczenia w podskokach

<https://www.youtube.com/watch?v=n7OIPFcyZRU>

9- 10 . Karta pracy

- Karta pracy, cz. 3, nr 62.
– Połącz kropki znajdujące się na dole karty według podanego wzoru.

- Zabawy z wykorzystaniem wiersza Małgorzaty Barańskiej.
Dziecko wraz z rodzeństwem lub rodzicem wykonuj ruchy, o których jest mowa w wierszu.

*Mój kolego, przybij ze mną
prawą dłonią piątkę!
Teraz zrób to lewą dłonią –
palców masz dziesiątkę!*

- Karta pracy, cz. 3, nr 63.
- Nazwij przedmioty ukryte na rysunkach.
- Narysujcie je w pętłach.
- Nazwij dyscypliny sportowe przedstawione na zdjęciach. Pokoloruj ramkę zdjęcia przedstawiającego tę dyscyplinę sportową, która Ci się najbardziej podoba.

- *Odkrywam siebie. Litery i liczby*, s. 77. (dzieci 6 letnie)

Skreślanie lub dorysowanie okienek tak, aby ich liczba odpowiadała liczbie głosek w nazwach zdjęć.

- Karta pracy, cz. 3, nr 64.
 - W co grają chłopcy? Pokoloruj rysunki chłopców i piłki.
 - Nazwij sportowców przedstawionych na zdjęciach.
- Rysuj po śladach – od zdjęć sportowców do zdjęć piłek. Nazwij poszczególne piłki.

- Karta pracy, cz. 3, nr 65.
- Policz przedmioty w każdej ramce. Zaznacz ich liczbę w pustych okienkach. Dokończ ozdabiać ramki.

- Karta pracy, cz. 3, nr 66.
 - Przeczytaj z R. lub samodzielnie wyrazy: **nie, tak**.
- Połącz je z odpowiednimi zdjęciami.
- Określcie położenie obrazka przedstawiającego piłkę na kolejnych kartkach.
 - Rysuj po śladach rysunków piłek.

- *Odkrywam siebie. Litery i liczby*, s. 84. (dzieci 6 letnie)
- Przyjrzenie się wyrazom umieszczonym na wzorze.

Odszukanie ich w innych wyrazach znajdujących się w każdym szeregu. Podkreślenie wyrazów, które odnaleziono.

- Karta pracy, cz. 3, nr 67.
- Obejrzyj obrazek przedstawiający koła nałożone na siebie. Pokoloruj odpowiednio rysunki kół.
- Dokończ rysować kwiatki według wzoru. Pokoloruj rysunki.



Źródło:

- ✓ Jagody- obrazek

https://www.google.com/search?source=univ&tbm=isch&q=jagoda-obrazek&client=firefox-b-d&sa=X&ved=2ahUKEwjSnJ2CpdHvAhWljYsKHT_vDgEQjJkEegQIAxAB&biw=1350&bih=615#imgrc=7dZ2QUjKeEqqFM

- ✓ Tablice demonstracyjne MAC EDUKACJA- Odkrywam siebie.

<https://flipbooki.mac.pl/przedszkole/os-bbplus-tablice/mobile/index.html>

- ✓ **Muzyczna gimnastyka – ćwiczenia w podskokach**

<https://www.youtube.com/watch?v=n7OIPFcyZRU>