7.04.2020r(wtorek) Starsza integracyjna

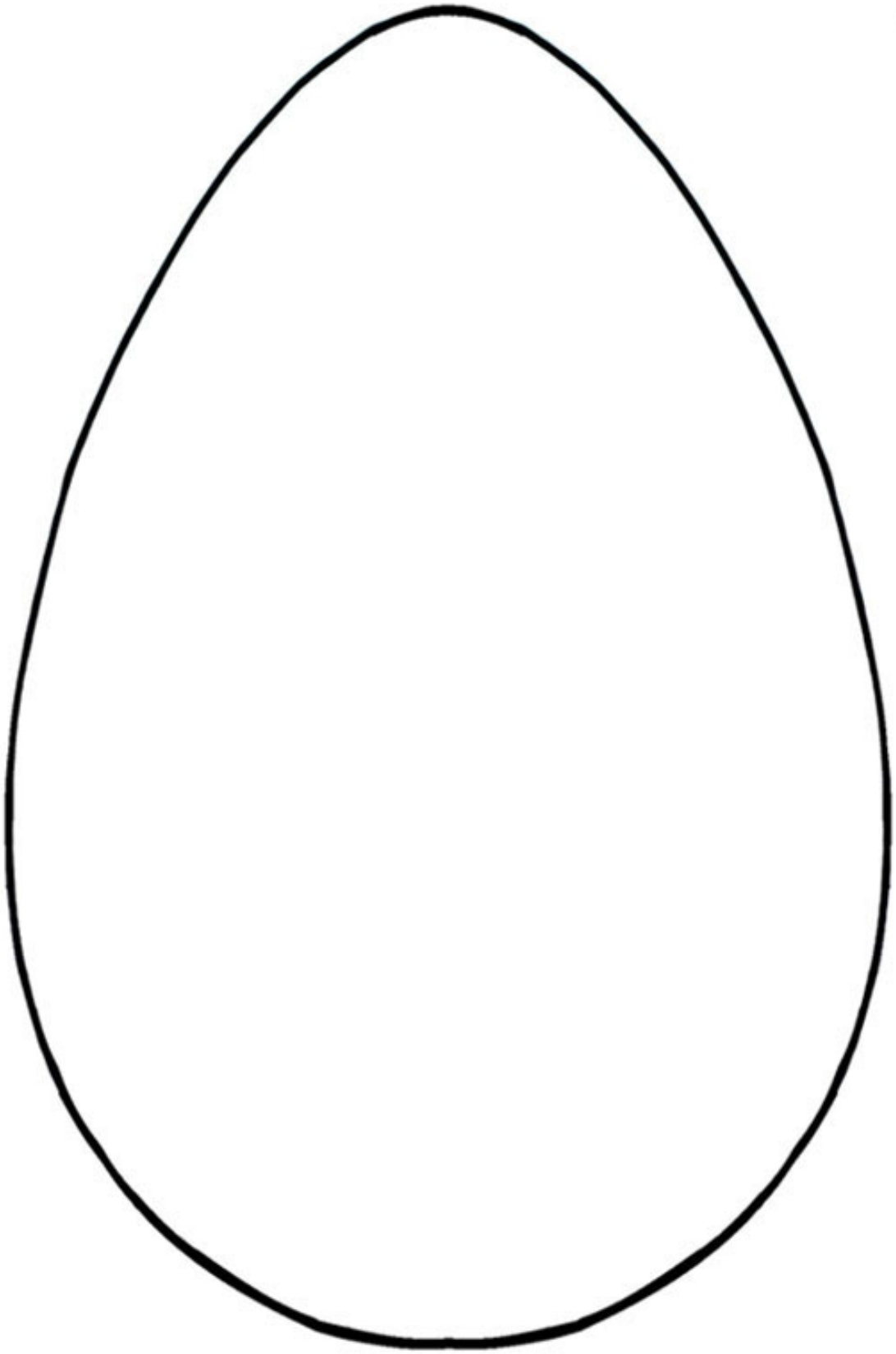
I Propozycja aktywności plastycznej „Nasze pisanki”- ozdabianie szablonu pisanki techniką collage.
II Ćwiczenia gimnastyczne „Rozwijanie świadomości własnego ciała”.

Przebieg
I „Nasze pisanki”-zdobienie szablonu pisanki dowolnymi materiałami.

1. Przygotowanie do pracy- potrzebne pomoce: klej, skrawki materiału, pisaki, kolorowy papier, farby, kredki, wata, sznurki, naklejki, stempelki, gazety, plastelina, kolorowe pompony, piórka itp.
2. Pisanka(załącznik)- ozdabianie szablonu pisanki według własnego pomysłu, wykorzystując do tego różne materiały.
3. Oglądanie i rozmowa z rodzicem na temat powstałej pracy.
4. Sprzątanie miejsca pracy.

II Ćwiczenia gimnastyczne „Rozwijanie świadomości własnego ciała”.

1.Rymowanka z pokazywaniem:

Gimnastyka to podstawa, sport dla dzieci ważna sprawa
Ręce w górę, w przód i w bok.
Skłon do przodu, w górę skok.
2. Poruszanie się dziecka zgodnie z instrukcjami rodzica np:
- 3 kroki do przodu
- 5 kroków do tyłu
- 2 kroki w lewą stronę
- 4 kroki w prawą stronę
- 6 przysiadów
- 1 podskok
- 7 pajacyków

3. „Wirujący bączek”- dziecko ślizga się w kółko na brzuchu a następnie na plecach.
4. „Chowamy się”- w siadzie przyciąganie kolan do głowy,chowanie głowy, rozprostowanie do pozycji leżącej.
5. „Gorąca podłoga”- bieganie z wysokim unoszeniem kolan.
6. „Na szczudłach”- chodzenie na sztywnych nogach.
7. „Ugniatanie podłogi”-leżenie na plecach, wciskanie wszystkich części ciała w podłogę.
8. „Moje...” – rodzic i dziecko znajdują się w pozycji siedzącej na dywanie. Nazywanie różnych części ciała i jednoczesne wykonywanie konkretnego ruchu:
   - uderzanie stopami o podłogę,
   - stukanie kolanami o siebie,
   - stukanie łokciami o podłogę, o kolana,
   - posuwanie stopami po podłodze,
   - masowanie ud, łydek, stopy, podeszwy, pięty,
   - przeliczanie palców,
   - uderzanie piętami o podłogę,
   - dotykanie stopy, kostki u nogi,
   - głaskanie bioder,
   - poklepywanie brzucha,
   - unoszenie i opuszczanie ramion,
   - chwytanie się za uszy,
   - pokazywanie policzków,
   - mruganie oczami.
9. Ćwiczenie wyciszające„Prawidłowe oddychanie w pozycji leżącej” – dziecko leży na plecach, trzymając ręce na brzuchu. Następnie nabiera powietrza, po czym długo wypuszczają je ustami (sycząc).