TEMAT KOMPLEKSOWY: MIESZKAM W POLSCE.

TEMAT DNIA: CO WIEM O POLSCE? (czwartek - 30.04.2020)

1. Zabawa ruchowa „W góry czy nad morze?”. Dziecko biega po pokoju. Gdy wypowie hasło: W góry! – dziecko naśladuje wspinaczkę po górach. Natomiast na hasło – Nad morze! – dziecko kładzie się na dywanie na brzuchu u naśladuje pływanie. Zabawę powtarzamy kilka razy
2. Quiz o Polsce z pomocą rodziców:

* Stolica Polski to:  
  Lublin  
  Warszawa  
  Gdańsk
* Gdzie możemy obejrzeć pamiątki związane z historią Polski:  
  w lesie  
  w zoo  
  w muzeum
* Słowo „Ojczyzna” pochodzi od słów:  
  żyzna ziemia  
  ziemia ojców  
  ogródek przedszkolny
* Syrenka warszawska miała:  
  rogi  
  rybi ogon  
  kopyta
* Smok wawelski zjadał:  
  kasztany  
  wilki  
  owce
* Smoczą jamę możemy obejrzeć w:  
  Świdniku  
  Wilkowyjach  
  Krakowie
* Największa polska rzeka to:  
  Bug  
  Warta  
  Wisła
* Nasz kraj to:  
  Afryka  
  Polska  
  Włochy
* Polskie godło to:  
  bocian  
  skowronek  
  biały orzeł na czerwonym tle
* Bałtyk to nazwa:  
  gór  
  morza  
  miasta
* Najwyższe góry w Polsce to:  
  Złote góry  
  górka saneczkowa  
  Tatry
* Miasto, w którym mieszkamy to:  
  Wrocław  
  Świdnik  
  Poznań
* Polskie morze to:  
  Atlantyk  
  Bałtyk  
  Morze Czarne
* Kolory polskiej flagi to:  
  biały i czerwony  
  biały i niebieski  
  czerwony i czarny
* Warszawa leży nad:  
  morzem  
  Wisłą  
  jeziorem
* W naszym kraju mówimy:  
  po francusku  
  po grecku  
  po polsku
* W Polsce rządzi:  
  król  
  prezydent  
  dziadek Mróz
* Polska leży w:  
  Afryce  
  Europie  
  Ameryce
* Mieszkańcy naszego kraju to:  
  Polacy  
  Rosjanie  
  Amerykanie

1. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych prowadzony metodą Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne z udziałem rodziców:

**- Rozwijanie świadomości własnego ciała i przestrzeni**

♦ dzieci z rodzicami w parze witają się kolanem, dłonią, stopą, brzuchem, uchem itp.

♦ „Foteliki” – w parach rodzic obejmuje dziecko i kołysze je na boki, lub jak fotel bujany – w przód i w tył (muzyka z kasety – kołysanka)

♦ „Wagoniki” – w siadzie skulnym parami poruszanie się po sali w różnych kierunkach i pozdrawianie innych, łączenie się w „czwórki”, „ósemki”, na koniec wszyscy tworzą „długi pociąg”

- **Ćwiczenia oparte na relacji „z”.**

♦ „Mumia” – turlanie z boku na bok dziecka (zmiana ról);

♦ „Przeszkoda” – leżenie przodem, nogi i ręce szeroko rozłożone, ostrożne obchodzenie osoby leżącej w pozycji pionowej (zmiana ról);

♦ „Prowadzenie” – dziecko zamyka oczy i jest oprowadzane przez rodzica po sali (zmiana ról)

**- Ćwiczenia oparte na relacji „przeciwko”.**

♦ „Skała” – siad skulny, plecami do siebie, przepychanie plecami osoby stawiającej opór (skały);

♦ „Odklejanie” – leżenie przodem (przyklejanie się do podłogi), odrywanie odklejanie od podłogi po kolei ręki, nogi itd. (zmiana ról);

♦ „Paczka” – siad skulny, skrzyżowanie rąk (pozycja paczki, stawiamy opór), druga osoba „rozpakowuje paczkę” – otwiera ręce, nogi (zmiana ról);

**- Ćwiczenie twórcze**

♦ Taniec – przy muzyce tańczą same dłonie, ręce, stopy, nogi.

**- Ćwiczenia oparte na relacji „razem”.**

♦ „Mosty” – rodzice w klęku podpartym w rozsypce na całej sali, dzieci czworakują i przechodzą pod „mostami”

♦ „Tunel” – rodzice tworzą tunel – klęk podparty. Dzieci czołgają się pod tunelem na brzuchu i plecach;

♦ „Twierdza” – rodzice tworzą krąg zamknięty, dzieci w środku, na sygnał próbują się wydostać poza twierdzę, a potem do twierdzy wrócić.

♦ „Przeciąganie” – w parach, siad skulny, twarzą do siebie, przeciąganie się w przód i w tył;

**- Relaks**

♦ „Kołysanie” – siad skulny, twarzą do siebie, przechylanie ciała w przód i w tył podczas muzyki;

♦ „Masażyk” – wykonują masaż pleców dziecko dorosłemu i potem zmiana podczas rymowanki

„Pisze pani na maszynie A, B, kropka, przecinek” – naśladują pisanie;

„idą konie, stado koni” – masaż otwartą dłonią

„idą słonie, stado słoni” – masaż piąstkami

„płynie wije się rzeczka” – z góry, na dół fala po plecach

„idzie pani na szpileczkach” – paluszkami

„zaświeciły dwa słoneczka” – całą dłonią rysujemy słonka

„pada drobniutki deszczyk” – delikatnie opuszkami palców na całych plecach

„czujesz dreszczyk” – chwytamy dłonią za szyję.

1. Kolorowanka dla dzieci „Symbole narodowe” (Załącznik nr 1)

