

Plan pracy z dziećmi
27.04.2020r.- 30.04.2020r

Grupa „Tygrysków”

5-, 6- latków

Program Nowa Trampolina wydawnictwa PWN

Wychowawca Kornelia Bieniek

Temat tygodnia: **W zdrowym ciele zdrowy duch.**

Data i temat	Zabawy	Realizacja Podstawy Programowej
27.04.2020 r. Poniedziałek C jak ...	<p>1. Ćwiczenia poranne (zał. 1.)</p> <p>2. Rozwiązywanie zagadek (zał. 2.) , dzieci określają, jaką głoską rozpoczynają się wyrazy z zagadek. Podawanie przez dziecko wyrazów rozpoczynających się głoską C, sylabizowanie i głoskowanie tych wyrazów, liczenie sylab i głosek.</p> <p>3. Prezentacja litery „C” – karta pracy str. 8– 9. Wykonanie ćwiczeń zgodnie poleceniami. 6-latki; str. 64-65 – omówienie historyki obrazkowej, chętne dzieci czytają teksty przy obrazkach. Poprawianie po śladzie litery drugą stroną ołówka, a następnie pisanie po śladzie. Głoskowanie wyrazów z ćwiczenia nr 3 –wykonanie ćwiczenia.</p> <p>4. „Masażyk” – rysowanie palcem na plecach rodzica kształtu litery „C”- dzieci piszą wolno lub szybko, literę grubą lub cienką.</p> <p>5. Zajęcia przyrodnicze: Pokazujemy dziecku cebulę – dziecko opisuje kształt, kolor, zapach, dotyka, wącha, z pomocą rodzica próbuje pokroić. <i>Czego potrzebuje cebula, by urosnąć?</i> – omówienie warunków potrzebnych do wzrostu rośliny (woda, gleba, światło, temperatura)</p> <p>6. Zabawa badawcza „Szcypior” – zakładamy hodowlę szcypioru. Do doniczki lub skrzynki z ziemią dziecko sadi cebulki i ustawia na parapecie lub innym odpowiednim miejscu. Wyjaśniamy, że jeżeli dziecko będzie dbało o swoje hodowlę, to będzie on rósł w swoim tempie i za około tydzień będzie gotowy do spożycia. Wzrost szcypioru można co jakiś czas dokumentować zdjęciami dla porównania wielkości (zapraszam do przysyłania zdjęć).</p>	I 5, 7, 8, 9, II 8, III 5, 8, IV 1, 2, 4, 5, 8, 11, 12, 15, 18,

	<p>7. Zabawa matematyczna na podwórku; „Ile sylab, ile głosek?” - dzieci sylabizują (6-latki głoskują) i układają kamyczki lub patyczki na każdą sylabę (głoskę), a następnie je przeliczają. Przykładowe wyrazy: <i>cebula, cukier, Calineczka, celować, cytryna, cukierek.</i></p> <p>Zabawę można rozszerzyć o skakanie, klaskanie tupanie zgodnie z ilością kamyczków.</p>	
<p>28.04.2020 r. Wtorek Ruch to zdrowie</p>	<p>1. Ćwiczenia poranne (zał. 1.)</p> <p>2. Zabawa matematyczne „Po linii” – rysujemy na kartce trzy kreski różnej długości. Dziecko układa na nich fasolki i przelicza ile fasolek zmieściło się na każdej linii.</p> <p>3. Wysłuchanie wiersza „Sport to zdrowie” (zał. 2.). Rozmowa na temat wiersza; <i>Czy dzieci powinny się gimnastykować? Jakie ćwiczenia lubią najbardziej? Jakie przybory można wykorzystywać do ćwiczeń?</i></p> <p>4. Powtórzenie przez dziecko „Piosenki gimnastycznej” z ruchem (dzieci znają piosenkę) : https://www.youtube.com/watch?v=30BVfTvlsrE</p> <p>5. Wykonanie kart pracy str 10-11 zgodnie z poleceniem. 6-latki : karty pracy str. 66-68, wyjaśnienie dziecku znaczenia znaków mniejszości i większości.</p> <p>6. Zabawy ruchowe na świeżym powietrzu.</p>	<p>I 4, 5, 8, 9, III 2, 4, 5, IV 1, 2, 5, 7, 8, 12, 14, 15,</p>
<p>29.04.2020 r. Środa Zdrowy tryb życia</p>	<p>1. Ćwiczenia poranne (zał. 1.).</p> <p>2. Wysłuchanie opowiadania „Błotny potwór”(zał. 4). Rozmowa na temat przeczytanego tekstu: <i>Kto był bohaterem opowiadania? Dlaczego Marek nie chciał myć rąk? Dlaczego Martyna szorowała ręce? Co to znaczy żartować? Czy na każdy temat można żartować?</i></p> <p>3. Rozmowa na temat zdrowego trybu życia (higiena, odpowiednia ilość snu, ruch, zdrowe odżywianie, właściwe ubieranie się, przebywanie na świeżym powietrzu). Można nawiązać do obecnej sytuacji kwarantanny i konieczności noszenia maseczek i rękawiczek podczas wychodzenia z domu. „A co należy zrobić, kiedy jednak zachorujemy?” – opowiadanie o różnych zawodach związanych ze służbą zdrowia (lekarz, ratownik medyczny, okulista pielęgniarka, stomatolog, pediatra, chirurg).</p>	<p>I 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, II 9, III 2, 3, 5, 8, 9, IV 2, 3, 11, 12, 15, 20</p>

	<p>„Ostrożnie z lekami” – wyjaśniamy dziecku, że leki są potrzebne, ale mogą być niebezpieczne i dziecko nie może samo ich zażywać.</p> <p>4. Nauka wiersza „Dbamy o zdrowie” (zał. 5.).</p> <p>5. Wykonanie kart pracy str. 12-13. 6-latki: karty pracy str.69-71.</p>	
<p>30.04.2020 r. Czwartek Wiem, co jem</p>	<p>1. Ćwiczenia poranne: „W zdrowym ciele zdrowy duch. Powtórz za mną, boś jest zuch”. <i>Kłaśnij nad głową i za plecami. Podskocz dwa razy na prawej nodze i dwa razy na lewej. Zrób dwa skłony i podskocz obunóż trzy razy.</i></p> <p>2. Zabawa „Prawda czy fałsz”. Zadajemy pytania na temat zdrowego stylu życia. Dzieci odpowiadają kłaśnięciem, jeśli należy odpowiedzieć, że jest to prawda lub uderzają rękami o kolana, jeśli jest to fałsz. <i>Czy powinniśmy jeść warzywa i owoce? Czy trzeba myć ręce przed jedzeniem? Czy ruch jest potrzebny? Czy powinniśmy jeść dużo cukierków?</i></p> <p>3. Rozmowa z dzieckiem na temat żywności i jej znaczenia dla zdrowia na podstawie piramidy zdrowego żywienia (zał. 6.) – omówienie poszczególnych poziomów piramidy, co się na nich znajduje.</p> <p>4. Praca plastyczna: dzieci wycinają z gazetek reklamowych produkty spożywcze, może być również odzież sportowa, sprzęt sportowy. Kartkę z dużego bloku dzielimy na połowę i na górze piszemy na jednej części „Zdrowe”, na drugiej „Niezdrowe”, a dzieci naklejają na właściwych połowach wycięte elementy. 6-latki: karty pracy str.72-73.</p> <p>5. Utrwalenie wiersza „Dbamy o zdrowie” i „Piosenki gimnastycznej”.</p>	<p>I 1, 5, 9, III 5, 8, 9, IV 1, 2, 4, 5, 8, 12, 15, 18,</p>

Zal. 1.

Pomoce: piłki.

1. Zabawa o charakterze ożywiającym aktywizująca duże grupy mięśni „Dobiegij do piłki”. Dzieci maszerują. Piłkę trzymają oburącz. Na sygnał puszczają mocno po podłodze piłkę, a następnie szybko biegną za nią. Łapią piłkę, unoszą ją wysoko do góry i wracają na swoje miejsce. Powtarzają ćwiczenie 2 razy.

2. Ćwiczenie mięśni brzucha. Dzieci w leżeniu na brzuchu, piłkę trzymają stopami. Ręce wyciągają z tyłu za głowę. Próbuje przenieść piłkę w kierunku rąk, uważając, by nie upadła na podłogę. Po złapaniu piłki umieszczają ją ponownie między stopami i powtarzają ćwiczenie.

3. Ćwiczenie wyprostne. Dzieci podchodzą do ściany (drabinek). Stają przodem do niej w odległości małego kroku. Piłkę kładą na podłodze przy ścianie. Kucają, łapią piłkę oburącz. Wolno podnosząc się, turlają piłkę po ścianie. Prostują się, cały czas turlając piłkę, aż do wyprostowania rąk nad głowę i wspięcia na palce.

4. Ćwiczenie tułowia – skłony. Dzieci pozostają przy ścianie. Stają tyłem do niej w lekkim rozkroku trzymając piłkę w rękach. Wykonując skłon tułowia w przód, dotykają piłką ściany między rozsuniętymi nogami. Następnie dotykają ściany nad głową.

5. Ćwiczenie z elementami równowagi „Przełóż piłkę”. Dzieci stoją w rozsypce. Na hasło: *Przełóż piłkę!* podnoszą raz jedną, raz drugą nogę i próbują przełożyć pod nią piłkę.

6. Ćwiczenie uspokajające. Dzieci maszerują. Wolno unoszą piłki, robiąc wdech nosem, i opuszczają je, wydychając powietrze ustami.

Zał. 2.

To małe warzywo, okrągłe jak kula.

Gdy kroisz, szczypie w oczy, a zwie się... (cebula)

W sklepach na półkach wartość wskazuje.

I wiesz już na pewno, ile coś kosztuje. (cena)

Jeździ po różnych zakątkach na świecie.

Klauna i akrobatów w nim znajdziecie. (cyrk)

Zał. 3.

Sport to zdrowie

Sport to zdrowie, proszę państwa,

a więc wszyscy się starajmy,

aby zadbać o swe zdrowie,

sporty różne uprawiamy.

Można jeździć na rowerze,

grać w tenisa, koszykówkę,

pływać, biegać, dużo ćwiczyć,

grać też w nogę i siatkówkę.

Iwona Rup

Zał. 4.

Błotny potwór

Marek przestał myć ręce! Nie mył ich przed śniadaniem ani przed obiadem. Nie mył ich nawet przed kolacją. Ale kiedy nie chciał ich umyć po powrocie z podwórka, gdzie bawił się w błocie, miarka się przebrała.

– Marek! – zawołała mama. – Natychmiast umyj ręce!

Marek był zwykle bardzo grzeczny, ale tym razem tupnął nogą.

– Nie! – krzyknął i schował się za firanką.

– Chyba nie chcesz wyglądać jak błotny potwór?
– Chcę! – burknął Marek i okręcił się firanką.
Mama zastanowiła się przez chwilę.
– Dlaczego nie chcesz myć rąk? – spytała.
– Bo się rozpuszczą – wymamrotał owinięty firanką Marek.
– Jak to? – zdziwiła się mama.
– Martyna powiedziała, że jak będę często myć ręce, to mi się całkiem rozpuszczą. Jak mydło
– wyjaśnił Marek.
Martyna była jego koleżanką z przedszkola i lubiła z niego żartować.
– Marek, dałeś się nabrać – powiedziała mama. – Ręce się nie rozpuszczają.
Marek milczał, ale zrobił sobie w firance dziurkę, przez którą spojrzął na mamę.
– Serio?
– Serio. Zobacz, moje się nie rozpuściły.
Marek pomyślał chwilę. Mama myła ręce strasznie często. I rzeczywiście, nie brakowało jej nawet kawałka palca! Dlatego wyplątał się z firanki i poszedł do łazienki.
A następnego dnia Martyna przybiegła przestraszona do domu i zaczęła myć ręce.
– Co się stało? – spytała jej mama, bardzo zdziwiona.
– Marek powiedział, że jeśli ktoś ma brudne ręce, to mogą mu na nich wyrosnąć chwasty! – oznajmiła Martyna, szorując ręce mydłem i szczoteczką. – Nie wiem, czy to prawda, ale nie zamierzam ryzykować!
Maciejka Mazan

Zał. 5.

Dbamy o zdrowie

*Zdrowie to jest ważna sprawa,
a więc o nie wszyscy dbamy.
Wiele warzyw i owoców
z apetytem zajadamy.
Jemy sery i jogurty,
sportem też się zajmujemy...
Uśmiechamy się do wszystkich,
no bo zdrowi być pragniemy.*
Iwona Rup

Zal. .

