

3,4 – LATKI

Temat tygodnia: Chciałbym być sportowcem

Poniedziałek, 29.03.2021r.

Temat dnia: Gimnastyka.

- ✓ „**Aerobik**” – zabawa taneczna. Improwizacja ruchowa przy dowolnej muzyce.
- ✓ **Słuchanie wiersza** J. Koczanowskiej pt. „Gimnastyka”. Rozmowa na temat 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 ma rady!
To dla zdrowia i urody
niezawodne są metody.

- ✓ **4-latki:** Karta pracy, cz.2, nr 24.
- ✓ Gry i zabawy na świeżym powietrzu.

Wtorek, 30.03.2021r.

Temat dnia: Chcę być sportowcem.

- ✓ **Ćwiczenia oddechowe** na podstawie wiersza E. M. Skorek „Rozpędzony pociąg”. (Szybkie wypowiedzienia przez dziecko zespołu głosek „czuk”).

Pędzi pociąg pędzi,
przez lasy i pola,
słysząc turkot, furkot
to dudnią wciąż koła,

- Czuk, czuk, czuk...
- czuk, czuk , czuk...

Mknie pociąg po torach,
huk rozlega się w lesie,
a stukot wielu kół
w lesie echem się niesie.

- Czuk, czuk, czuk...
- czuk, czuk , czuk...

Pędzi pociąg przez wioski,
mija lasy i pola,
słysząc turkot i furkot,
to dudnią wciąż koła.

- Czuk, czuk, czuk...
- czuk, czuk , czuk...

Jadą ludzie pociągiem,
dudni głośno sto kół,
pędzi pociąg szalony,
wiezie uczniów do szkoły.

- Czuk, czuk, czuk...
- czuk, czuk , czuk...

Mija stacje i pola,
huk rozlega się w lesie,
to dudnienie pociągu
echem w lesie się niesie.

- Czuk, czuk, czuk...
- czuk, czuk , czuk...

Coraz słabiej już słysząc
pociągowe hałasy,
pociąg jest już daleko,
mija pola i lasy.

- Czuk, czuk, czuk...
- czuk, czuk , czuk...

- ✓ **Rozmowa na temat: Moje ulubione zabawy ruchowe.**
- ✓ **„Jedzie pociąg z daleka”** - zabawa ruchowa przy popularnej piosence. (Jeśli jest taka możliwość to z całą rodziną.)

Środa, 31.03.2021r.

Temat dnia: Moje zabawy na powietrzu.

- ✓ **„Toczmy piłkę do celu”** - zabawa ruchowa z elementem toczenia.
- ✓ **„Kolorowe piłeczki”** – ćwiczenia klasyfikacyjne.
Segregowanie dostępnych w domu piłek na różne wielkości, ze względu na kolor, przeliczanie ich, porównywanie.
- ✓ **4-latki:** Karta pracy, cz.2, nr 25.
- ✓ Gry i zabawy na świeżym powietrzu.

Czwartek, 1.04.2021r.

Temat dnia: Piłka nożna.

- ✓ Rozmowa na temat gry w piłkę nożną. (Co to jest gol? Karny? Ile jest zawodników w każdej drużynie? Czy zna jakiegoś polskiego piłkarza? Jak nazywają się osoby siedzące na ławkach (trybunach)? Czy był kiedyś na meczu?)
- ✓ **Słuchanie opowiadania** G. Kasdepke pt. „Słupek”. Rozmowa na jego temat.

Gdy mój syn Kacper chodził jeszcze do przedszkola, często grywaliśmy w piłkę; on stał na bramce, ja strzelałem gola za golem – i bardzo byłem z siebie dumny. Wszystko się zmieniło, gdy Kacper poszedł do szkoły. Owszem, proponował mi czasami wspólną grę, ale coraz rzadziej ruszałem do ataku. Najczęściej sugerowano mi, że powinienem zająć pozycję na prawej pomocy albo na lewej obronie, a później okazało się, że muszę zostać bramkarzem, bo żaden z kolegów Kacpra nie ma na to ochoty.

– Ja też nie mam na to ochoty – broniłem się. – Dlaczego nie mogę grać w ataku?

– Bo za bardzo sapiesz – powiedział bezlitośnie Kacper.

– I jest pan trochę za wolny – dodał delikatnie jego kolega Kornel.

Cóż, z faktami nie da się dyskutować – chcąc nie chcąc, zająłem pozycję w bramce. Z czasem jednak i roli bramkarza mnie pozbawiono; Kacper i jego kumple z powodzeniem radzili sobie na boisku beze mnie – pozostało więc udawać, że na grę wcale nie mam ochoty. Choć miałem,

– Zagrasz z nami? – któregoś dnia niepodziwianie zapytał mnie Kacper.

– Ja z wami? – aż podskoczyłem na fotelu. – Czemu nie? I radośnie wyruszyłem na boisko.

Radosny nastrój prysł, gdy okazało się, że mam być lewym słupkiem. Bo podobno jestem odpowiedniego wzrostu – a chłopaki miały dość kłótni o to, czy piłkę strzelono w bramkę, czy też trochę za wysoko.

– A jeżeli się ruszę? – warknąłem.

– Nie możesz – wytłumaczył mi z powagą Kacper. – Ale spokojnie, to tylko dwa razy po czterdzieści pięć minut.

Wytrzymałem w bezruchu kwadrans, wytrzymałem drugi, ale w trzydziestej pierwszej minucie nie wytrzymałem i podałem piłkę prawemu słupkowi. Czyli tacie Kornela.

– Do przodu! – wrzasnął prawy słupek, wykopując futbolówkę w stronę chorągiewki na prawym końcu boiska.

Chorągiewkę odgrywała mama Łukasza. Efektownie wyminęła osłupiałych piłkarzy, prze rzucała piłkę nad moją głowę i pognęła w stronę bramki przeciwnika. Na ten widok bramka, w postaci mamy Aleksa i taty Bartka, rozpierzchnęła się na boki – i prawdę mówiąc, nie bardzo było wiadomo, gdzie strzelać.

Kacper nie był ze mnie zadowolony. Pozostałe chłopaki też.

– Chyba trzeba będzie ich wykopać – mruknął Kornel.

– No, no, żadnego wykopywania! – zaprotestował tata Kornela. – Co najwyżej możecie nam dokopać. W piłkę.

I umówiliśmy się na mecz. Rodzice kontra dzieciaki. Jestem pewny zwycięstwa, bo tym razem będę piłką!

- ✓ Gra w piłkę nożną z rodziną na świeżym powietrzu.