

JUŻ PRSZYSZŁA WIOSNA - propozycje do realizacji rodzica z dzieckiem

23.03.2020 – 27.03.2020

I. ODGŁOSY I KOLORY WIOSNY

Zaczynamy ćwiczeniami, by łatwiej się było skupić : każdą zabawę powtarzamy 3 razy. Każdy kolejny dzień możemy zaczynać tymi ćwiczeniami.

- Zabawa orientacyjno - porządkowa – Dzieci na spacer. Na hasło - Dzieci na spacer – dziecko spaceruje, podskakuje, biega. Na hasło – dzieci do domu – wracają na wyznaczone miejsce.
- Zabawa wyprostna – Słonko wschodzi i zachodzi.
Na hasło – słońko świeci - dzieci z przysiadu stopniowo podnoszą się do stania i obracają się wokół własnej osi. Na hasło - słońko zaszło – powoli wracają do przysiadu.
- Zabawa z elementem równowagi - Bociany na łące – dzieci chodzą wysoko podnosząc kolana, co pewien czas zatrzymują się, stają na jednej nodze, wystawiają ręce przed siebie i rytmicznie klaszcząc w dłonie powtarzają: kle, kle, kle, żabki mi się chce.
- Podskoki - Przestraszone żabki – dzieci naśladują skoki żabek. Na hasło – bociek i 1 klaśnięcie w dłonie , dzieci żabki nieruchomieją, bociek poszedł i 2 klaśnięcia w dłonie - żabki skaczą.

Zatrzymaj się na chwilę i posłuchaj wiersza Doroty Gellner.

Krokusy, krokusy, wystawiają uszy,
bo już wiatr wiosenny.
Na koncert wyruszył,
I już stroi instrumenty,
smyczkowe i dęte.

Krokusy, krokusy, wystawiają nosy,
na wiosenne plotki, na wiosenne głosy,
bo już coraz głośniej dokoła o wiosnie.

I wychodzą spod ziemi
w swych barwnych czapeczkach,
bo wiosenne słońce,
biegnie już po ścieżkach.

Dorota Gellner

Jak posłuchasz jeszcze drugiego wiersza może będzie Ci łatwiej rysować

„Znaki wiosny”?

Dmuchał ciepły wiatr od łąki,
już na gruszy pierwsze pąki!
Na jabłonce skrzeczy kawka:
– tam pod płótem weszła trawka!
A na grządce, czy nie słyszysz?
Żółte kielki – to irysy!
– Słyszę – wróbel jej odwrzaśnie –
pierwszy fiołek zakwitł właśnie!
Strzyżyk z gniazda się wychyla!
– ja widziałem już motyla!
Wszędzie szczebiot, szum wesoly.
W ulu się zbudziły pszczoły.
Jaki ruch i gwar w ogródku!
Witaj, wiosno, żegnaj smutku!

Mieczysława Buczkówna

Możesz jeszcze posłuchać i obejrzeć odgłosów z You Tube

Dźwięki i kolory wiosny. <https://youtu.be/07tsNO76hiw>

Zastanówcie się z jakimi dźwiękami kojarzy się wiosna?

Teraz jesteś już gotowy na zrobienie pracy plastycznej – Kwiaty wiosny

Potrzebne materiały: biała kartka, kredki lub pisaki.

Powodzenia !!!



II. MASZERUJE WIOSNA

Masażyk relaksacyjny: mówimy wiersz i jednocześnie wykonujemy dłońmi polecenia na plecach.

Stary niedźwiedź mocno śpi i o wiosnie śni:

Śniła mu się pisaneczka ta co cała jest w kropeczkach (uderzenia paluszkami-kropki)

Była też w paseczki (rysujemy paseczki)

I w wesołe krateczki (rysujemy krateczkę)

Ta w malutkie ślimaczki (rysujemy ślimaczki)

I żółciutkie kurczaczki (rysujemy kurczaczki- kółko, kółko, nóżki, dzióbek)

Cii... wiosna, wiosna ach to ty! (całymi dłońmi)

Piosenka: Maszeruje wiosna - do nauki ze słuchu i zabaw improwizacyjnych.

Dziecko wysłuchuje piosenkę i samo wymyśla do niej odpowiednie ruchy.

Maszeruje wiosna

Tam daleko gdzie wysoka sosna

maszeruje drogą mała wiosna.

Ma spódniczkę mini, sznurowane butki

i jeden warkoczyk krótki.

Ref. Maszeruje wiosna, a ptaki wokół

lecą i świergoczą głośno i wesoło.

Maszeruje wiosna w ręku trzyma kwiat

gdy go w górę wznosi zielenieje świat !

Nosi wiosna dżinsową

kurteczkę, na ramieniu

pewnie żuje gumę i robi balony

a z nich każdy jest zielony.

Ref. Maszeruje wiosna, a ptaki wokół

lecą i świergoczą głośno i wesoło.

Maszeruje wiosna w ręku trzyma kwiat
gdy go w górę wznosi zielenieje świat !

Wiosno, wiosno nie zapomnij o nas
każda trawka chce być już zielona.
gdybyś zapomniała inną drogą poszła
zima by została mroźna.

Ref. Maszeruje wiosna, a ptaki wokół
lecą i świergoczą głośno i wesoło.
Maszeruje wiosna w ręku trzyma kwiat
gdy go w górę wznosi zielenieje świat !

Piosenka na: <https://youtu.be/LFPthrmErcY>

„Wiosenna orkiestra” – do muzyki - Maszeruje wiosna. Rodzic zadaje dziecku
pytania: *Z jakimi dźwiękami kojarzy się wam wiosna?*

Szybkimi? Wolnymi? Smutnymi? Wesołymi? Dlaczego? Dzieci wydobywają dźwięki
z przedmiotów codziennego użytku (gazeta, łyżki, klocki itp.). • **gazeta, łyżki, klocki**

Opowieść ruchowa: Pani Wiosna. Rodzic mówi a dzieci wykonują polecenia.

- *Dzisiaj Pani Wiosna ma bardzo wiele pracy. Musimy jej koniecznie pomóc.*

- *Pani Wiosna wychodzi z domu - dzieci przenoszą ręce na biodra maszerują za prowadzącą.*

- *Kiedy dotyka ziemi ,topnieje śnieg i pojawiają się kwiaty - wykonują przysiady dotykając dłońmi dywanu.*

- *Trochę się zmęczyła. Przysiadła na starym pniu drzewa i postanowiła odpocząć - wszyscy przechodzą do leżenia na plecach.*

- *Głęboko oddychała, wciągając pachnące świeżą ziemią powietrze - wciągają powietrze nosem, wypuszczają ustami.*

- *Jak przyjemnie, szkoda, że nie mogę dłużej posiedzieć. Zobaczę co słyhać w sadzie - nogi wyciągnięte lekko na boki. Przeciągają się unosząc ręce w górę, na boki.*

- *Wyczaruję liście na drzewach i zaproszę ptaki. Niech wypełnią swym śpiewem okolicę* - wykonują podskoki wyciągając ręce w górę.
- *Muszę przeskoczyć strumyk, nie mocząc sukni* - kilka podskoków obunóż.
- *Posłucham jeszcze śpiewu ptaków* - lekki rozkrok. Nie odrywając nóg od podłoża wykonują skręty tułowia nadstawiając raz jedno raz drugie ucho.
- *Pora wracać do domu. Zanim to zrobię porozmawiam jeszcze z drzewami* - pozostają w pozycji stojącej, kołyszą rękami w dowolnych kierunkach równocześnie naśladowując szum drzew z różnym natężeniem.

Propozycja pracy plastycznej: Wiosna

Pomoce: kartka papieru, farby lub pisaki a może wydzieranka z papieru kolorowego albo gazetek reklamowych



III. WIOSNA NA WIDELCU

„Skąd dochodzi dźwięk” – zabawa słuchowa. Dziecko ma zawiązane oczy. Rodzic idzie przed nim i wydobywa dźwięki, np. przez uderzanie o siebie dwoma klockami. W ten sposób wskazuje drogę. Dziecko z zawiązanymi oczami kieruje się słuchem. •
klocki, przepaska na oczy •

„Slalom” – zabawa ruchowa. Dziecko pokonuje slalom ułożony na podłodze np. z klocków, zabawek itp.

Nowalijki na talerzu.

„Jakie smaki kojarzą nam się z wiosną?” – rodzic wspólnie z dzieckiem układa wiosenne nowalijki na talerzu: rzodkiewkę, pomidor, sałatę, ogórek, szczypiorek, rzeżuchę i natkę pietruszki.

Zabawa badawcza:

Dziecko smakuje warzywa. Określa ich smak, kolor, zapach. Podaje ich nazwę. Na otrzymanej kartce badaczka rysuje warzywo które najbardziej mu smakuje i wspólnie z rodzicem pisze jego nazwę.

„Zdrowe kanapki” – Rodzic zadaje dziecku pytania: Dlaczego najzdrowsze są świeże warzywa? - Odp: Cechują się bogactwem witamin, minerałów.

Co się dzieje w momencie gotowania warzyw? - Odp: wysoka temperatura zabija większość składników odżywczych.

Czy należy jeść owoce i warzywa ze skórką? Odp: Tak są świetnym źródłem błonnika. Dzięki błonnikowi jesteśmy w stanie szybciej trawić rośliny, a dodatkowo działa on jak miotełka i czyści jelita z resztek pokarmowych. Choć błonnik można znaleźć w całym owocu, to jednak największe jego skupisko znajduje się właśnie w skórce. Należy je wcześniej bardzo dokładnie umyć.

Czy warzywa, które obieramy, należy myć przed spożyciem? Dlaczego? Odp: Na owocach i warzywach nierzadko znajdują się pestycydy, chemiczne konserwanty, drobnoustroje, dlatego należy je bardzo dokładnie umyć

Czy warzywa mogą być podane sposób w zachęcający do zjedzenia? Odp: Tak. Rodzic wspólnie z dzieckiem przygotowuje zdrowe kolorowe kanapki z warzywami. Wymyślają propozycje podania.



IV. RUCH TO ZDROWIE

WIOSNA *M. Strzałkowska*

Przyszła wiosna cichuteńko,
Przyszła wiosna na paluszkach
I na wierzbie, wśród gałęzi
Zatańczyła w żółtych puszkach.

Zdjęła z jezior tafle lodu,
Pościągała z róz chochoły,
Dała drzewom świeżą zieleń,
Obudziła w ulach pszczoły.

Wlała w ziemię zapach deszczu,
Pobieliała słońcem ściany
Namówiła do powrotu
Wilgi, czaple i bociany.

Dzikie śliwy i czeremchy
Obsypała białym kwiatem
I na łące, w blasku słońca
Czeka na spotkanie z latem.

Zestaw ćwiczeń gimnastycznych

1. „Bociany” – dzieci poruszają się po całej sali, naśladując bociany. Unoszą wysoko kolana, klaszczą w dłonie pod kolanami i mówią: *k/e, k/e, k/e*. Gdy rodzic da sygnał, bociany stają nieruchomo na jednej nodze.
2. „Żabki” – dzieci poruszają się po całej sali, wykonują przysiad, ręce między stopami, i naśladują skaczące żabki. Na sygnał bocian nieruchomieją. Ćwiczenie powtarzamy.

3. „Wiosenny poranek” – dzieci ilustrują ruchem treść piosenki – rymowanki. *Głowa, ramiona, kolana, pięty*, pokazują odpowiednie części ciała. Śpiewają i pokazują coraz szybciej.

<https://youtu.be/30BVfTvlsrE>

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Kolana, pięty, kolana, pięty

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Oczy, uszy, usta, nos

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Kolana, pięty, kolana, pięty

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Oczy, uszy, usta, nos

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Kolana, pięty, kolana, pięty

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Oczy, uszy, usta, nos

4. „W poszukiwaniu wiosny” – dzieci poruszają się po sali, na sygnał - *biedronka, motylek, bąk* – ruszają się lub wydają głos jak owad, którego nazwę usłyszą.

5. „Kraina wiosny”

— Kraina Pszczółek – dziecko wykonuje na kocykach odpychanie się od ściany w leżeniu tyłem, nogi ugięte i oparte o ścianę.

— Kraina Biedronek – wykonuje ślizganie na kocyku po podłodze

.

— Kraina Motylków – wykonuje na kocykach jazdę parami z rodzeństwem lub rodzicem, trzymając się za ręce.

6. „Skaczące koniki polne” – dzieci naśladują skaczące koniki polne.

V. WIOSENNE RACHUNKI

„Wiosenne przysłowia” – inspiracją do rozmowy z dzieckiem o ich znaczeniu:

- Kto w marcu zasieje, ten się na wiosnę śmieje.
- W marcu jak w garncu.
- Gdy w kwietniu słonko na dworze, nie będzie pustek w komorze.
- Jak przygrzeje słonko, przyjdzie kwiecień łąką.
- Kwiecień plecień, bo przeplata trochę zimy, trochę lata.
- Kwiecień, gdy deszczem plecie, to maj wystroi w kwiecie.
- Jedna jaskółka wiosny nie czyni.

Matematyczne wyliczanki:

Jabłko, gruszka i daktyle –kłaśnij w ręce razy tyle (3 razy)

Kapusta i ogórek –tyle razy podskocz w górę (2 razy)

Marchewka, pietruszka, bób –tyle razy przysiad zrób (3)

Kalarepka i mak –za uszy 2 razy się złap.

Wyliczanka

„Palce” Jeden palec, drugi, trzeci, tak umieją liczyć dzieci, czwarty, piąty palec mam.

Widzisz? Umiem liczyć sam.

Palce u rąk to nasze liczydło, możemy bawić się z dzieckiem w odejmowanie i dodawanie w zakresie 10.

Marsz pod dyktando

Utrwalenie stron (z frotką na lewej ręce)

Dziecko porusza się zgodnie z instrukcją osoby dorosłej.

-Idź w prawo 2 kroki...

-Idź do przodu 3 kroki... do tyłu 1 krok...teraz 5 kroków w lewo, itd.

„Zagadki - rymowanki”. Rodzic czyta zdanie , a dziecko chętne do udzielenia odpowiedzi podnosi rękę. Wskazane przez n-la dziecko odpowiada:

- Piotruś kochany lubi/banany /
- Duży Tomek buduje/domek /
- Kaczka to była...../dziwaczka /
- Zaprasza nas iglasty...../ las /
- Dla ochłody zjadam...../lody /
- Cielę wciąż językiem/miele /
- Lata osa koło/nosa /
- Wrona była bez...../ogona /
- Jedźmy z górki na/pazurki /
- Wlazł kotek na...../płatok /
- Mała Zosia to wielka/samosia /
- Cicho myszy, bo kot...../słyszysz /
- Dobry dżem chętnie...../zjem /.

Przykłady zabaw

Zabawy kasztanami. Można przesuwac, liczyć, porównywać ile jest, gdzie jest więcej.



Gry dla dzieci i zabawy matematyczne; sprawdzone strony:

Mini Mini+;

Szalone liczby.pl – Przedszkole.