**Dzień I W górach (rozpoznawanie krajobrazu górskiego na ilustracjach , usprawnienie umiejętności ruchowych poprzez ćwiczenia równoważne, wdrażanie do odpowiedzialnego przygotowywania się do górskich wędrówek).**



1. **„Czas wakacji” – zajęcia o emocjach.** Proszę o przeczytanie dziecku wiersza
pt. „Czekamy na wakacje” Dominika Niemiec.

Już tylko jedna chwilka albo dwie.

Lada moment wakacje rozpoczną się.

Niecierpliwie czekam tej wspaniałej chwili,

gdy w wakacyjny czas będziemy się bawili.

W piasku na plaży, wśród morskich fal,

patrząc na statki płynące w dal,

lub na placu zabaw albo w ogrodzie,

zamienimy się w piratów cumujących łodzie

na brzegu wyspy bezludnej, jak ze snu,

chodź jest ona całkiem blisko, koło domu, o tu...

Pytania do wiersza:

* Na co czekał bohater wiersza?
* Kiedy według bohatera rozpoczną się rozpoczną?
* Jaki był bohater wiersza, co odczuwał?
* Co będzie robił bohater podczas wakacji?
* W jakie postacie będzie się wcielał z kolegami i koleżankami?
1. „Pokaż radość w tańcu „ – zabawa przy muzyce. Zadaniem dziecka jest pokazać poprzez taniec, jak się cieszą z nadchodzących wakacji. Rodzic co chwilę zatrzymuje muzykę. Podczas pauzy w muzyce dzieci zastygają bez ruchu z uśmiechem na twarzy.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ls4y1_s5czI>

1. „Tatry – polskie góry” – Rodzic wspólnie z dzieckiem oglądają ilustracje przedstawiające Tatry .


 To oscypek. Czy wiecie, skąd pochodzi ten ser? Wyrabia się go na Podhalu, w polskich górach. Rodzic zwraca uwagę, że aby pójść w góry na wycieczkę, trzeba się przygotować, mieć odpowiedni ekwipunek: plecak, kanapki, ciepłe i zimne picie. Trzeba włożyć wygodne buty przeznaczone do górskich wędrówek, wziąć ze sobą mapę i kompas.

 




2. Następnie razem z  dzieckiem wykonują Państwo ćwiczenia wzmacniające mięśnie nóg: maszerujemy jedno za drugim. Teraz kładziemy się na plecach, unosimy nogi, tworząc kąt prosty w stawie biodrowym i kolanowym, opierając ręce o uda i siłują się (nogi napierają na ręce, ręce na nogi), odpoczywają i jeszcze pięć razy powtarzają; Proszę o wstanie i wyprostowanie, pod jedną stopę kładziemy woreczek wypełniony kaszą i naciskamy na niego stopą, następnie zmienia nogi.
3. **„Góry” – obrazy z trójkątów, tworzenie kompozycji według własnego pomysłu.** Proszę Państwa o przygotowane trójkątów w kolorze szarym różnej wielkości (wysokość trójkąta 10–20 cm) oraz trójkąty w kolorze zielonym. Dzieci na białych kartkach układają z trójkątów górski pejzaż: szare trójkąty to góry, zielone to drzewa.
4. **Praca z kart pracy 2.**40 – proszę o wykonanie zgodnie z poleceniem.

Wspaniałej zabawy życzy Pani Madzia i Pani Beata.