

I. Temat zajęć: "Rycerz i księżniczka" - konstruowanie gry ściganki

Cele:

- współdziałanie podczas konstruowania gry i rozgrywania partii
- rozwijanie u dzieci zdolności do wysiłku intelektualnego w sytuacjach pełnych napięć
- kształtowanie odporności emocjonalnej u dzieci i wdrażanie do znoszenia porażki z nadzieją, że można ponownie próbować i osiągnąć sukces

Przygotuj :

- 4 kartki białego papieru (A4) jeśli chcesz mieć większą planszę, użyj 6 kartek
- mazaki lub kredki
- kostkę do gry
- figurki do gry 2 (mogą to być klocki, małe zabaweczki, które będą pionkami w grze, 1 to rycerz a 2 to księżniczka lub 2 rycerzy albo 2 księżniczki w zależności od osób, które będą grać) albo można wykorzystać figurki z wczorajszego teatrzyku paluszkowego
- dowolny klocek, którym będziemy odmierzać pola na trasie
- klej

*Wyszukaj wśród czasopism, gazet kilka bajkowych postaci, małych elementów przyrodniczych- drzewko, rzeka, kwiatki, zwierzątka... i inne to co Ci się podoba (ok 5-6 elementów)- wytnij je i zachowaj albo
Możesz też narysować kilka elementów bajkowych (5-6 elementów) i też je należy wyciąć albo
Można wykorzystać elementy przygotowane przeze mnie i dołączone do scenariusza, pokolorować i wyciąć.*

1. Jeśli masz przygotowane wycięte ilustracje to możemy zaczynać. Sklej kartki białego papieru brzegami tak aby powstała kwadratowa lub prostokątna (w zależności ile kartek użyto) plansza.

2. Wykonamy dzisiaj wspólnie grę. Będą to wyścigi od startu do mety. Rycerz i księżniczka będą starali się dotrzeć jak najszybciej do mety – zamku. Po drodze oczywiście spotka ich wiele przygód. Narysuj na planszy trasę, drogę po której będą się poruszać, to Ty decydujesz jak będzie wyglądać, ile będzie miała zakrętów i jak będzie długa. Pamiętaj, że droga musi mieć 2 równoległe kreski – pomoże Ci na pewno rodzic.

3. Zakończ drogę kreską na początku i na końcu. Napisz **START** na początku i **META** na jej końcu. Narysuj zamek na końcu trasy.

4. Teraz weź klocek lub inny przedmiot którym będziesz odmierzać płytki. Przyłóż klocek do narysowanej drogi zaczynając od startu i narysuj kreskę w poprzek trasy. Odmierzaj klockiem płytki i rysuj płytki po całej wytyczonej trasie aż do mety.

5. Przyklej na wybrane przez Ciebie płytki wycięte elementy z gazety, (lub narysowane lub pokolorowane). Gdy już to zrobione ustal co mogą oznaczać przyklejone obrazki. Będą oznaczały przygody jakie spotkają rycerza i księżniczkę. Ustalasz w ten sposób reguły Twojej gry..... (mogą to być 2x rzut kostką, czekasz 1 kolejkę, wracasz na start, omijasz przeszkodę....). Napewno będziesz mieć dużo fajnych pomysłów. Możesz dorysować boczne dróżki jeśli masz taką ochotę i Twój pomysł na grę tego wymaga.

6. Wszystko już gotowe. Teraz ustal, który jest Twój pionek (figurka), a który rodzica i zaczynajcie grę. Wygrywa osoba, która pierwsza dotrze do mety – zamku. Jeśli przegra rodzic koniecznie musisz go przytulić i zaproponować rewanż aby mógł mieć szansę wygrania. Jeśli przegra dziecko koniecznie trzeba je przytulić i zaproponować rewanż aby mogło nabrać wiary, że może mu się udać. Miłej i przyjemnej zabawy.

II. Temat zajęć: Ćwiczenia gimnastyczne „Sprawne krasnoludki”

Cele :

- kształtowanie prawidłowej postawy ciała
- rozwijanie sprawności fizycznej

Pomoce: chusteczka, apaszka, tasiemka lub pasek z materiału (będzie to szarfa)

1. Rozpoczynamy zabawy od wspólnego tańca „Przyklejańca”.

<https://www.youtube.com/watch?v=bkEHK47buMY&list=RDafceLnZTLP4&index=8>

2. Zaproś rodzica do wspólnej zabawy, stańcie naprzeciw siebie, każdy ma w ręku szarfę.

- 1 osoba przekłada szarfę wokół bioder z ręki do ręki w jedną stronę 4x i w drugą stronę 4x

- 2 osoba stoi w lekkim rozkroku, ramiona w górze i wykonuje lekkie skłony tułowia w bok
po wykonaniu swoich ćwiczeń następuje zamiana ról

3. Osoba z szarfą przekłada ją pod kolanem jednej nogi 6x, potem drugiej nogi 6x

a druga osoba krąży biodrami w lewą stronę 5x i w prawą stronę 5x.

Po wykonaniu swoich ćwiczeń następuje zamiana ról

4. Odwracacie się do siebie plecami, stoicie w lekkim rozkroku, pochylacie się i podajecie sobie szarfę między nogami 10x, następnie siadacie także oparci plecami, nogi skrzyżowane i podajecie sobie szarfę nad głową 10x. Proszę o 4x powtórki w staniu, a potem siadzie.

5. Zdejmujemy obuwie. Siadamy naprzeciw siebie w siadzie skulnym, pomiędzy Wami leży szarfa:

*1 osoba palcami stóp przysuwa szarfę do siebie o druga od siebie. Powtarzacie 10x

*siadacie jak poprzednio, zdanie polega na chwytaniu szarfy palcami stóp i przeciąganiu szarfy na swoją stronę. Powtarzacie 10x

*siadacie jak wyżej, staracie się podnieść szarfę palcami stóp do góry, oddajecie szarfę drugiej osobie. Powtarzamy 10x

*stoicie, szarfa leży na podłodze, stopa na szarfie, należy palcami stóp zwinąć szarfę i oddać drugiej osobie. Powtarzamy 5x

6. Teraz proszę wstać, 1 osoba zwinia szarfę w kulkę i podrzuca i chwytą a druga liczy ile razy udało się złapać szarfę. Gdy szarfa upadnie następuje zamiana ról. Powtarzamy 5x

7. Ćwiczenie oddechowe: spacer po pokoju wznos rąk i wdech powietrza, opust rąk wydmuch powietrza. 4x

III. Popołudnie.

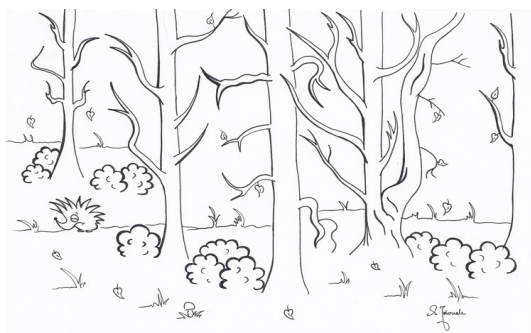
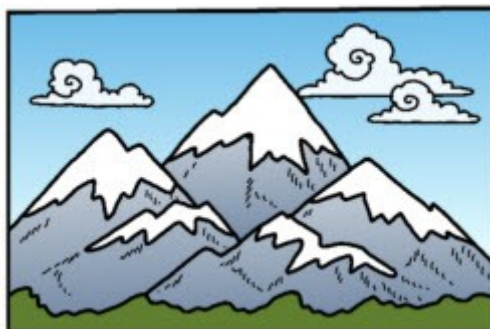
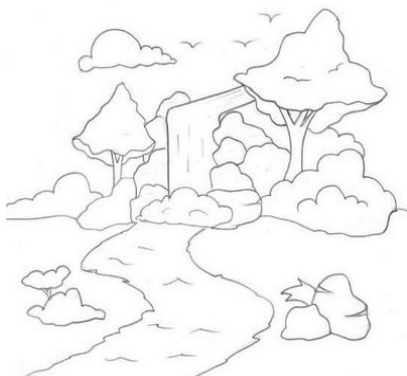
1. Wysłuchaj bajki o „Elfce Kapryśce”

<https://www.elfibajka.pl/audiobook/elfka-kapryska.html>

Opowiedz bajkę rodzicom. *Proszę zwrócić uwagę, że Elfka nie musiała korzystać z pomocy maga i eliksiru radości bo przez całą drogę i w towarzystwie przyjaciół była wesola i uśmiechnięta.*

2. Wykonaj ćwiczenie ze s. 66 – pokoloruj zamek.

Elementy do wykorzystania przy konstruowania gry :



Gra:

