

## Wiejskie dobra

### ZESTAW ĆWICZEŃ GIMNASTYCZNYCH DLA CAŁEJ RODZINY:

Ćwiczenia gimnastyczne z wykorzystaniem metody W. Scherborne.

#### Rozwijanie świadomości własnego ciała

- Wirujący bączek –ślizgamy się w kółko na brzuchu, a następnie na plecach.
- Chowamy się –w siadzie, przyciągamy kolana, chowamy głowę; rozprostowujemy się do pozycji leżącej.
- Gorąca podłoga – biegamy z wysokim podnoszeniem kolan.
- Na szczudłach – chodzimy na sztywnych nogach.
- Ugniatamy podłogę –leżymy na plecach wciskając wszystkie części ciała w podłogę.

#### Zdobywanie pewności siebie i poczucia bezpieczeństwa w otoczeniu

- Przez tunel – domownicy ustawiają się jeden za drugim w rozkroku, tworząc tunel między nogami. Dziecko przemieszcza się na czworakach pomiędzy nogami rodziców lub rodzeństwa do przodu i staje jako pierwsze.
- Ustawienie jak wyżej; ostatnie dziecko przemieszcza się ślizgiem na plecach (na brzuchu) pomiędzy nogami pozostałych członków rodziny.
- Pogoń na kolanach –dobieramy się parami, jedna osoba ucieka na kolanach, a druga ją goni. Przy powtórzeniu zabawy następuje zmiana ról.

**Rozwijanie umiejętności dzielenia przestrzeni z innymi przez ćwiczenia w parach z biernym partnerem, przeciwko partnerowi, razem z partnerem, ćwiczenia w parach.**

- Przesuwamy partnera –dziecko leży przodem, druga osoba poprzez chwycenie go za nadgarstki stara się je przesunąć; potem zamieniają się miejscami.
- Prowadzimy niewidomego –dziecko zamyka oczy, druga osoba staje twarzą do niego i podaje mu ręce; prowadzi dziecko z zamkniętymi oczami w różnych kierunkach, a ono się temu poddaje. Potem zamieniają się rolami.
- Przekładamy naleśnik –dziecko przylega w leżeniu na brzuchu do podłoża; druga osoba próbuje przewrócić je na drugą stronę; potem zamieniają się miejscami
- Wstajemy razem –siedzimy tyłem do siebie, złączeni plecami; próbujemy razem wstać, nie odrywając się od siebie.

- Ćwiczymy razem – trzymamy się za ręce; przykucamy, a potem podnosimy się do wspięcia na palce i wracamy do pozycji wyjściowej.

Siedzimy w siadzie prostym rozkrocznym, złączeni stopami; trzymamy się za ręce – jednocześnie podnosimy ręce do góry, a następnie wykonujemy skłon i wracają do pozycji wyjściowej.

Cel: rozwijanie sprawności fizycznej.

### **Wysłuchanie wiersza „Śniadanie” E. Stadtmuller**

Jedźmy na wieś-daje słowo,  
Że tam podjeść można zdrowo.  
Już od rana białą rzeką,  
Wyśmienite płynie mleko.  
Płynie do nas wprost od krowy,  
Serek z niego będzie zdrowy.  
Kura chwali się od rana:  
Zniosłam jajko-proszę pana !  
Proszę spojrzeć-to nie bajka.  
Wprost od kury są te jajka!  
Jeszcze tylko kromka chleba  
I do szczęścia nic nie trzeba.

Rozmowa z dzieckiem na temat treści wiersza.

#### Pytania pomocnicze:

-Dlaczego autor wiersza zachęca do wyjazdu na wieś?

-Czym chwaliła się kurka?

-Jakie jeszcze inne zwierzęta można spotkać na wiejskim podwórku?

Zapytaj dziecko jak myśli dlaczego ludzie hodują zwierzęta . Pozwól na swobodne wypowiedzi. Zróbcie burzę mózgów. Zapiszcie pomysły na kartce. Teraz włącz dziecku filmik i porozmawiajcie, czego nowego dowiedziało się z niego. Na końcu filmiku są do wykonania zadania, daj dziecku czas na ich realizację, jeśli jest taka potrzeba zatrzymaj na chwilę filmik. (link)

<https://www.youtube.com/watch?v=CpcmvJTO5G4>

Cel: zapoznanie z korzyściami z hodowli zwierząt

**Zabawa „Łączymy obrazki” (załącznik pdf lub można również przynieść i zaprezentować prawdziwe przedmioty)**

Rodzic kładzie przed dzieckiem fotografie zwierząt i produkty, które otrzymujemy dzięki nim. Dzieci nazywają przedstawione na nich obiekty i przyporządkowują je do konkretnych zwierząt. Prowadzący zwraca uwagę, które produkty pochodzą bezpośrednio od zwierząt, a które są przetworzone.

Cel; usystematyzowanie poznanych treści dotyczących hodowli zwierząt

Wykonanie zdań z dołączonych **kart pracy**: Zwierzęta pdf, Karmienie pdf, Produkty pdf

A TERAZ PO PRACY NAGRODA. Można pozwolić dziecku zagrać w grę edukacyjną (link).

<https://view.genial.ly/5e9336bb124be30da536b6cc>