

KOCHANE DZIECI, DRODZY RODZICE

Poniżej znajdziecie propozycje zadań na okres od 11 do 15 maja. Zostały one przygotowane zgodnie z rozkładem materiału dla dzieci 3-letnich na podstawie programu wychowania przedszkolnego „Kocham Przedszkole” wyd. WSiP.

Zadania do wykonania w książkach zaznaczone są żółtym kolorem.

W ramach aktywności fizycznej można wykonać poniższe ćwiczenia:

- Zbieranie jagód- ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko maszeruje unosząc wysoko kolana. Na polecenie rodzica robi przysiad, udając zbieranie jagód, następnie wstaje, prostuje się i dalej spaceruje unosząc wysoko kolana.
- Marsz na czworaka pomiędzy gęstymi zaroślami- zabawa z elementami czworakowania. Dziecko biega w rytmie ulubionej muzyki. Kiedy rodzic wyłączy muzykę, dziecko porusza się na czworakach, udając przechodzenie między zaroślami.
- Popatrz w lusterko- ćwiczenie mięśni grzbietu. Dziecko leży na brzuchu, ręce trzymając wyciągnięte do przodu, trzymając kartkę oburącz. Na hasło: przejrzyj się w lusterku unosi ręce i przegląda się w kartce jak w lusterku. Ręce nie mogą dotykać podłoża, dziecko nie może się podpierać na łokciach. Dziecko wykonuje ćwiczenie kilkakrotnie, odpoczywając pomiędzy kolejnymi powtórzeniami.
- Balonik- ćwiczenie oddechowe, wydłużanie fazy wydechowej. Dziecko siadzie w siadzie skrzyżnym, wdycha powietrze nosem, trzymając dłonie przy ustach i naśladuje nadmuchiwanie balonika- robi długi wydech. Następnie naśladuje spuszczenie powietrza z balonika: robi wdech nosem, potem długi wydech, podczas którego wprawiają wargi w drgania.
- Chusteczka- maseczka- ćwiczenia oddechowe, wydłużanie fazy wydechowej. Dziecko siedzi w siadzie skrzyżnym. Trzymając chusteczkę za jej górne rogi, zasłania nią twarz, robi wdech nosem, a potem długi wydech ustami tak, aby chusteczka odsłoniła twarz dziecka.

Temat główny: Wrażenia i uczucia.

1. Co ja czuje?

- Wesołe i smutne chwile- rozwijanie umiejętności rozumienia własnych uczuć. Dziecko rozmawia z rodzicem o sytuacjach, które wzbudzają skrajnie różne emocje: radość i smutek. Dziecko dzieli się swoimi doświadczeniami. Określa, który emotikon określa radość a który smutek.



- Co się wydarzyło w Pluszatkowie- doskonalenie umiejętności słuchania i rozumienia tekstu opowiadania.

Co się wydarzyło w Pluszatkowie

Maria Rosińska

W Pluszatkowie różnie bywa. Raz jest smutno, a raz wesoło. Czasem panuje zgoda, a czasem wybuchają kłótnie.

Pewnego razu przeżyły pluszátka bardzo dziwny dzień. Miały już wtedy pobudowane swoje domki i właśnie się w nich urządzały. Tylko Mucha, która nie mogła się jakoś zdecydować, gdzie sobie postawić domek, fruwała niespokojnie nad Pluszátkowem, napełniając całą osadę dokuczliwym bzykaniem.

Wyszła przed domek Myszka. A Mucha, która w tej chwili przelatywała nad jej domkiem, sfrunęła błyskawicznie w dół i ugryzła Myszkę w nosek.

– Ojej! – pisnęła Myszka i umilkła, bo właśnie stanął przed nią Kot.

– Zabrakło mi kretoniku na firaneczki do kuchni, a ty masz tyle różnokolorowych szmatek. Czy mogłabyś dać mi którąś? – zapytał.

– Nie mam żadnych szmatek! – rozzłościła się Myszka. A rozzłościła się dlatego, że ją Mucha ugryzła w nosek.

Wraca Kot do domu, a tu już przed progiem czeka Pies.

– Przybijałem właśnie półkę – mówi – i zabrakło mi gwoździ. Zdaje się, że ty masz ich jeszcze sporo. Czy mógłbyś mi dać chociaż dwa?

– Nie mam już gwoździ – burknął Kot i wszedł do domku. A burknął, bo był zły, że mu Myszka nie dała kretoniku.

Wraca Pies do domu, a tu już przed domem czeka Prosiaczek.

– Piec w mojej kuchni dymi – pokwikuje płaczliwie – gdybyś mi dał trochę gliny, może bym sobie jakoś poradził.

– Nie mam gliny – warknął pies. A warknął tak, bo był zły, że mu Kot nie dał gwoździ.

Wraca Prosiaczek do siebie, a tu przed progiem czeka Miś.

– Zabrakło mi siana do wypchania poduszki – mówi. – Czy nie została ci przypadkiem zbyt teczna garstka?

– Ani żdźbło nie zostało! – fuknął prosiaczek. A fuknął tak, bo był zły, że mu Pies nie dał gliny.

Wrócił Miś do siebie, usiadł z ponurą miną na progu. A księżyc, wycięty ze srebrnego pluszu i zawieszony nad Pluszatkowem na błękitnej nitce, odwrócił się teraz boki i wyglądał jak bardzo cienki rogalik.

Minęło pół godziny, a potem godzina i Myszkę przestał boleć nosek. I zaraz sobie zaśpiewała piosenkę: – Tralala-tralala- tralala!

Była to bardzo ładna piosenka i jak się ją śpiewało, nie można było się już złościć. Spojrzała Myszka na stół. A tam leżały kolorowe kretoniki.

„O! Ten zielony w białe groszki będzie w sam raz dla Kotka – pomyślała – zaraz mu go zaniosę. Na pewno się ucieszy.”

– Patrz, co znalazłam jeszcze wśród swoich szmatek – uśmiechnęła się. – Ten wzór nadaje się do okien w twojej kuchence. Chcesz, to zaraz spróbujemy, jak to będzie wyglądało? – i raz dwa zrobiła Kotkowi firaneczki.

Myszka poszła do domu. Siedzi Kot w kuchni, patrzy na okno, na firanki. A właśnie obok okna wisiła półeczka.

„Ach, prawda – przypomniał sobie – przecież Pies nie może przybić półki, bo nie ma gwoździ. Dlaczego mu ich nie dałem? Mnie już są niepotrzebne”.

I prędko zaniósł Psu całą paczkę gwoździ.

– Przynoszę wszystkie – powiedział – wybierz sobie, jakie ci są potrzebne, i weź parę na zapas. W gospodarstwie zawsze się przydadzą.

Przybił Pies półkę nad kuchnią, ustawił na niej garnki i talerze.

„Ach! – przypomniał sobie. – Przecież u Prosiaczka piec dymi! Może biedak nawet obiadu nie mógł ugotować? A ja mu nie dałem gliny. Ładny ze mnie sąsiad!”

I zaraz pobiegł do Prosiaczka z dużą bryłą gliny.

– Pokaż no ten piec! – zawołał od progu. – Aha, aha... – mówił, oglądając dokładnie. – Już widzę, co tu trzeba zrobić. Zaraz ci pomogę, to będzie prędej.

Przestał piec dymić i Prosiaczek ugotował kolację.

No, teraz jeść i spać.

I nagle przypomniał sobie Misia. Przecież Misiowi zabrakło siana do poduszki!

– Ach! – krzyknął Prosiaczek. – Wart jestem, żeby mi natrzeć uszu!

Zostawił kolację na stole. Pobiegł do komórki, chwycił wiązkę siana i popędził, aż się za nim kurzyło.

– Misiu! – mówi już w progu ze skrucną. – Misiu, nie gniewaj się! Nie wiem, co mi się stało, ci tego siana nie dałem. Ufff! – tak się zasapałem... Ale to nic. Zaraz pomogę ci wypchać poduszkę!

A gdy pachnąca sianem poducha leżała na tapczanie, Prosiaczek powiedział jeszcze:

– Nie gniewasz się już na mnie, Misiu?

– Ależ skąd! – zapewnił Miś, ściskając serdecznie Prosiaczka.

I zaraz zrobiło się wesoło w całym Pluszatkowie. A księżyc wycięty ze srebrnego pluszu i zawieszony nad Pluszatkowem na błękitnej nitce, zwrócił się znowu przodem do Pluszatkowa i wyglądał teraz jak okrągła, pyzata bułeczka.

- Dziecko odpowiada na pytania: Kto mieszkał w Pluszatkowie?; Co robiły pluszaki w swoim miasteczku?; Jaka przygoda spotkała Myszkę?; Czego potrzebował Kot, Pies, Prosiaczek i Miś?; Kogo zwierzęta poprosiły o pomoc?; Jaka atmosfera panowała w Pluszatkowie?; Kiedy się zmieniła?; Komu pomogła Myszka, komu pomógł Pies, Kot, Prosiaczek?; Z jakiego powodu księżyc obrócił się znowu do Pluszatkowa?
- Dziecko bierze w dłonie wydrukowane obrazki smutnej i wesołej emotikony (można przygotować samemu na szablonie koła). Rodzic mówi zdania. Jeżeli zdanie jest prawdziwe, dziecko podnosi dłoń z buzią uśmiechniętą, jeżeli fałszywe- ze smutną.
 - ✓ Miasteczko Myszek, Kota, Psa, Prosiaczka i Misia nazywa się Pluszatkowo.
 - ✓ W Pluszatkowie głośno bzyczała pszczoła.
 - ✓ Mucha ugryzła Myszke w nos.
 - ✓ Kotek potrzebował młotka.
 - ✓ Miś nie miał siana do poduszki.
 - ✓ Prosiaczek miał zepsuty piec.
 - ✓ Kot chciał mieć firanki.
- Smutni i weseli- zabawa ruchowa, reagowanie na zmianę tempa w muzyce, wyrażanie ciałem tańcem nastroju muzycznego.

Przykładowe utwory:

https://www.youtube.com/watch?v=4qOGVj_s3Bo

https://www.youtube.com/watch?v=Z_tk-AhIA1o

- Co czuje ja, co czują inni- rozpoznawanie i podawanie nazw emocji, kształtowanie umiejętności dostrzegania emocji u innych osób. Rodzic pokazuje dziecku ilustracje przedstawiające sytuacje znane i bliskie dzieciom. Dziecko ogląda ilustracje i zastanawia się jakie uczucia towarzyszą dzieciom na ilustracjach i jakie były powody tych emocji. (materiał obrazkowy str. 5-8)







shutterstock.com • 1094639630

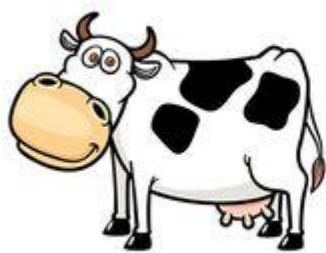




- Praca z kartą pracy numer 29 (książka PLAC ZABAW 2)- rozpoznawanie i podawanie nazw emocji. Dziecko przygląda się ilustracjom. Określa, która sytuacja wzbudza radość, która- smutek, a która- złość. Nalepiają obok obrazków odpowiednie buzie.

2. W płaczu nie ma nic złego.

- Zwierzęta śpiewają- zabawa logopedyczna, usprawnianie aparatu mowy, rozwijanie zainteresowania umiejętnością czytania. Rodzic rozkłada ilustracje zwierząt (np. 3 do wyboru), które są dobrze znane dziecku. Zwraca uwagę na napisy przy ilustracjach- zapisane odgłosy zwierząt. Dziecko wraz z rodzicem odczytuje zapisane odgłosy. Rodzic mówi dziecku, że będą śpiewać wybraną piosenkę w języku zwierząt. Wspólnie śpiewają piosenkę. Jeżeli dziecko jest chętne, śpiewa inną piosenkę w języku wybranego zwierzęcia. Zadaniem rodzica jest rozpoznanie utworu. (przykładowy materiał obrazkowy str. 9)

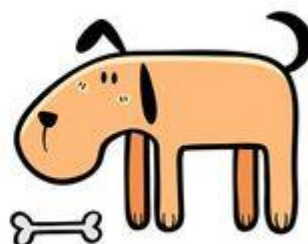
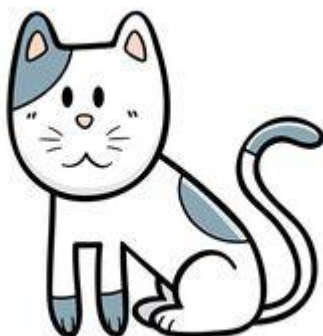
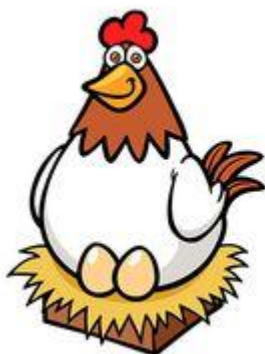


MU

Pi

BE

KREATYWNE
artysta.pl



KO

MiAU

HAU

KREATYWNE
artysta.pl

- Co czujesz? -zajęcia o emocjach. Dziecko ogląda ilustracje obrazujące różne emocje. Z pomocą rodzica próbuje je nazwać. Opowiada jakie sytuacje mogą je wywołać. (ilustracje str. 10-21)











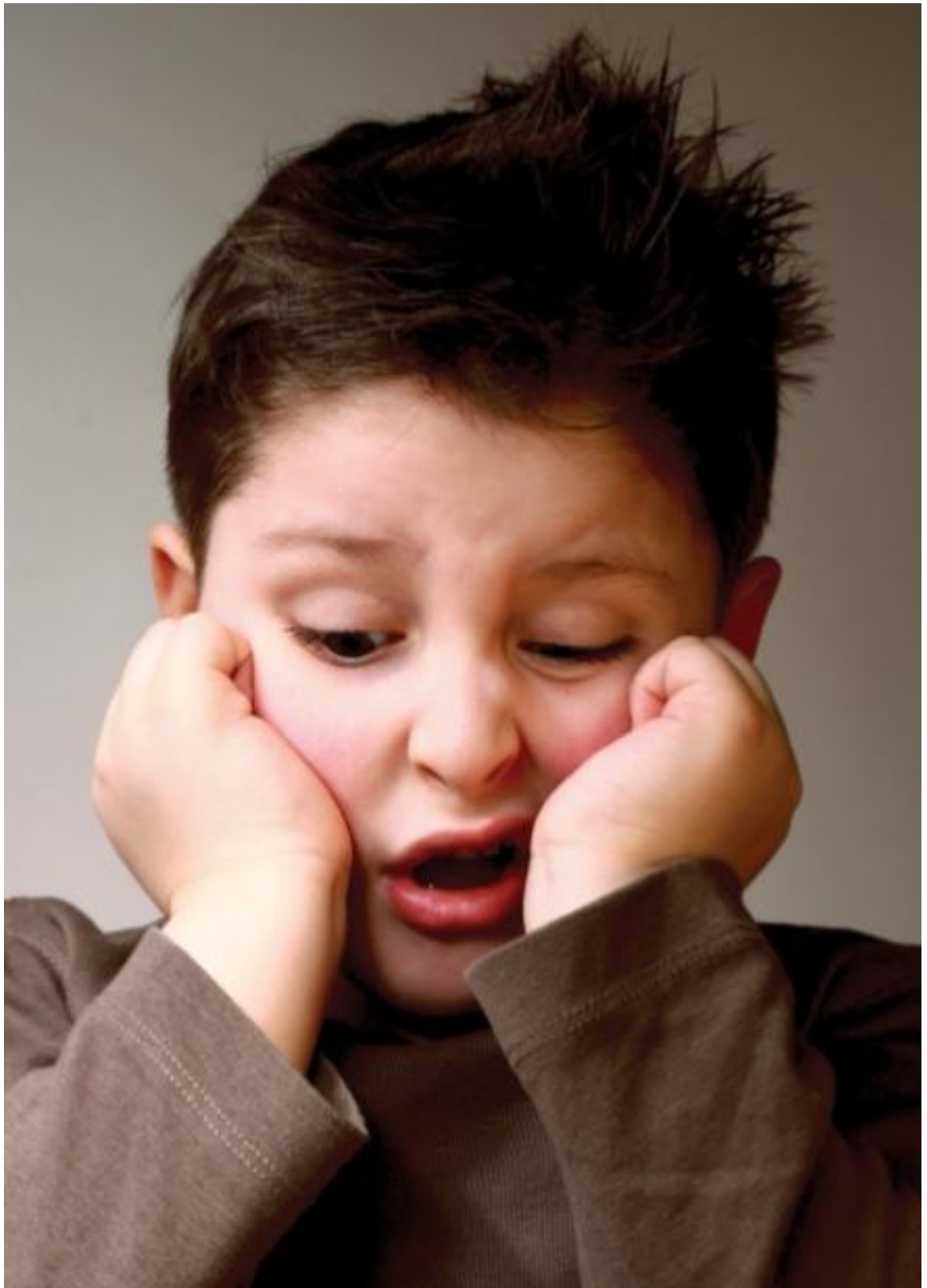














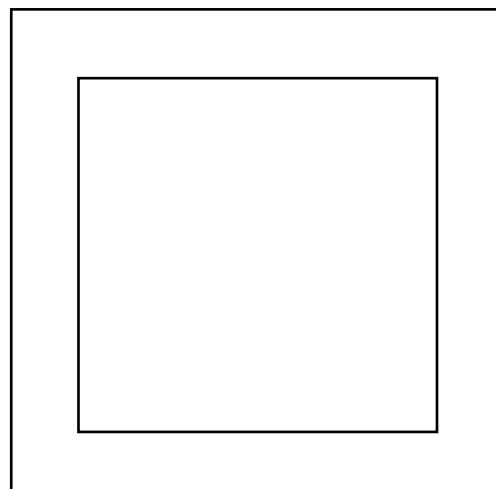
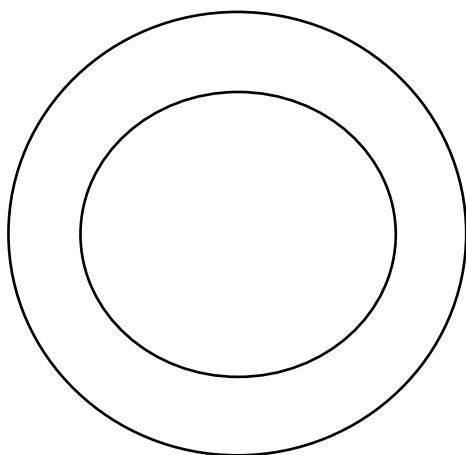
- Gdy Ci smutno- wysłuchanie i analiza treści wiersza

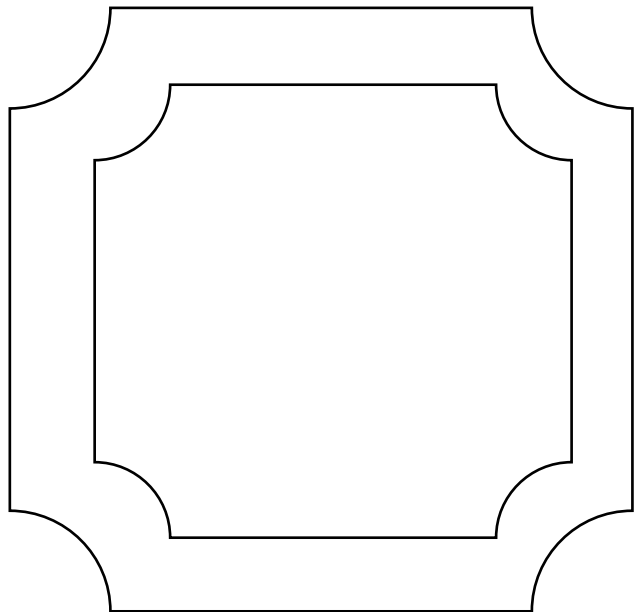
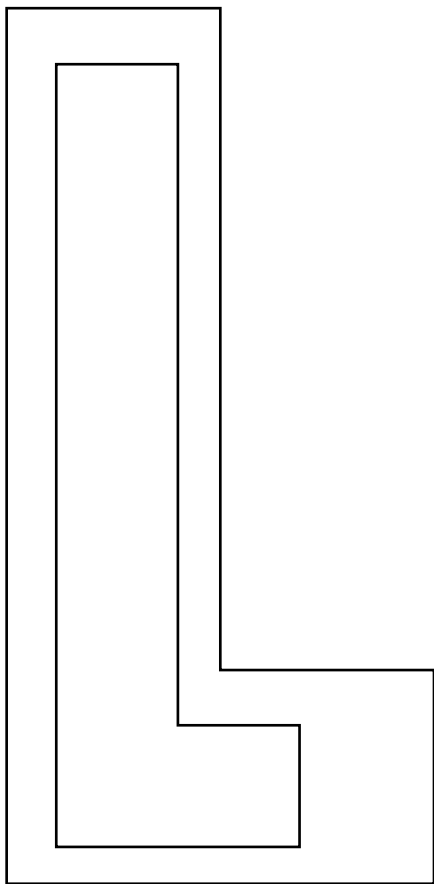
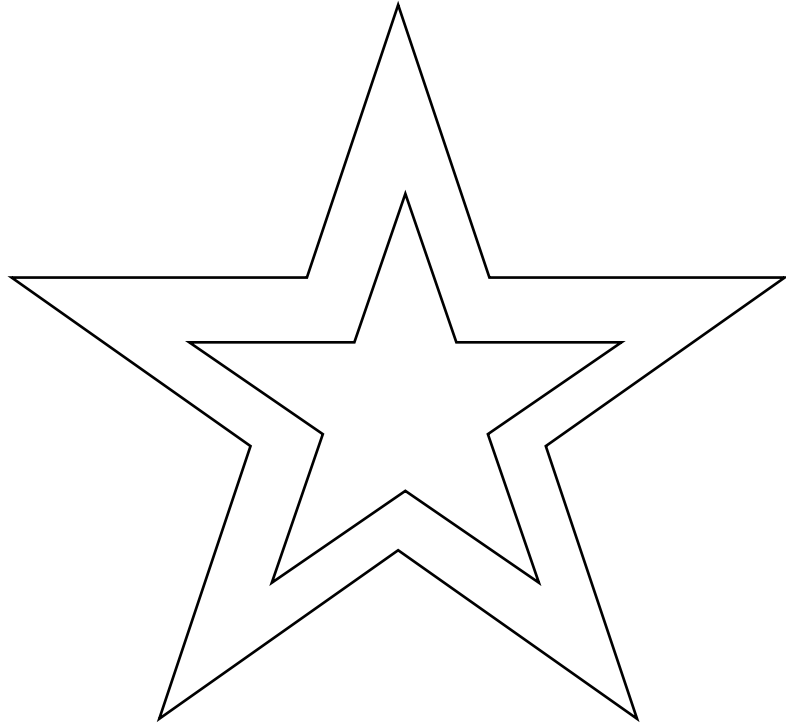
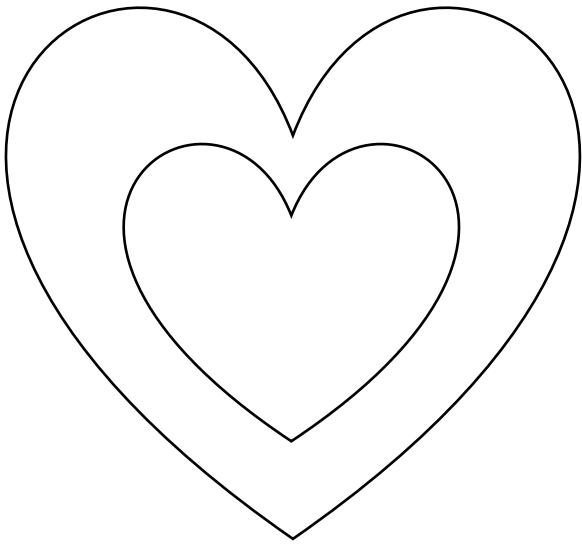
Dominika Niemiec

Gdy Ci smutno

Gdy ci smutno, gdy ci źle,
przyjaciół zawsze wesprze cię.
On cię przytuli, otrze z twarzy łzy.
Pomoże nawet wtedy, gdy
nie wie do końca, skąd ten smutek w tobie,
lecz razem dacie z nim radę sobie.
Bo wasze serca czują tak samo,
A to właśnie kiedyś empatią zwano.

- Rozmowa z dzieckiem na podstawie treści utworu. Rodzic pyta: Dlaczego można się smucić?; Kto może pomóc, gdy jest smutno?; W jaki sposób może pomóc przyjaciel, jak może wesprzeć?; Co to jest empatia?
- Jak pomóc- ćwiczenia w budowaniu wypowiedzi. Rodzic przedstawia dziecku obrazki prezentujące sytuacje, w których komuś jest smutno (ilustracje z tematu 1. Co ja czuję, prezentujące chore dziecko, upadek z roweru, dziecko z popsutą zabawką). Rodzic prosi dziecko, bo zastanowiło się i powiedziało, jak można w prezentowanej sytuacji komuś pomóc.
- **Pocieszanka- praca z wykorzystaniem karty pracy 38 (WYPRAWKA). Dziecko wypycha wszystkie elementy, komponuje wesołą buzię według własnych pomysłów. Chowa swoją pracę i w odpowiednim momencie wręcza komuś, kto potrzebuje pocieszenia.**
- Zabawy plasteliną- usprawnianie małej motoryki poprzez wyklejanie kształtów. Dziecko wykleja kształty w zapisane w formie tunelowej . Zadaniem dziecka jest wyklejanie tuneli kształtów plasteliną: wałkowanie wałeczków, wyklejanie ich do przestrzeni między liniami, wyklejanie przestrzeni małymi kuleczkami.





3. Jak pozbyć się strachu?

- Przytul stracha- kształtowanie umiejętności radzenia sobie ze strachem, zachęcanie do rozpoznawania i określania emocji.

Małgorzata Strzałkowska

Przytul Stracha

Strach ma wielkie oczy,
strasznym wzrokiem wokół toczy...
Lecz, gdy go za uszkiem głaszczę,
W śmieszny pyszczek zmienia paszczę.

Coś dziwnego z nim się dzieje-
łagodnieje i maleje,
mruży swoje kocie oczy
i w ogóle jest uroczy!

Strach ma strasznie wielkie oczy,
strasznym wzrokiem wokół toczy,
lecz ty dłużej się nie wahaj
i po prostu przytul stracha!

- Rodzic pyta: Co to jest strach?; Kiedy strach się pojawia?; Jak wygląda?; Czy w ogóle ma wygląd?; Co czujesz, gdy pojawi się strach?; Czego się boisz?; Co robisz, gdy pojawia się strach?; A co możesz teraz zrobić?
- Stachy na lachy- zapoznanie ze sposobami radzenia sobie ze strachem, doskonalenie pamięci poprzez naukę krótkich rymowanek. Rodzic mówi: Gdy przychodzi strach, gdy nie wiesz co zrobić, powiedz rymówkę. Dziecko otrzymuje kolorową chustkę, porusza się zgodnie z rytmem włączonej muzyki: skrada się, rozgląda się w koło, zachowuje ostrożność, porusza się w pozycji pochylonej, załęknionej. Podczas pauzy w muzyce recytuje rymówkę:

Strachu, strachu, rozchmurz się!
Strachu, strachu, przytul się!
Czarno, ciemno znika już...
Słońce, jasno jest tuż, tuż!

Następnie dziecko robi śmieszne figury, miny, potrząsa kolorową chustą, wykonuje śmieszny taniec.

- **Praca z kartą pracy 30 (książka PLAC ZABAW 2)- kolorowanie według własnego pomysłu. Dziecko koloruje stracha na wróble, zalepia jego usta uśmiechem. Prezentuje wesołego stracha.**
- Kolorowe koła- tworzenie kompozycji według własnej wyobraźni. Rodzic rozkłada przed dzieckiem „straszy papier”. Pyta: Z jakiego powodu jest straszny? (ciemny, ponury, bez kolorów, smutny). W pudełku przygotowuje kolorowe koła i klej w sztyfcie. Rodzic prosi dziecko, aby zmieniło „straszy papier” w radosny i kolorowy. Dziecko układa z kół dowolne kompozycje, może przyklejać koła jedno na drugie, obok siebie, zaginając je. W trakcie pracy rodzic wspiera dziecko, motywuje je, podpowiada różne rozwiązania.

4. Uczymy się wyrażać emocje.

- Nasza zabawa- czerpanie radości ze wspólnej zabawy tanecznej, rozróżnianie nastrojów muzycznych. Rodzic tworzy z dzieckiem parę zapraszając do zabawy tanecznej.

Nie chcę cię, nie chcę cię, nie chcę cię znać,
Chodź do mnie, chodź do mnie rączkę mi daj,
Prawą mi daj, lewą mi daj,
I już się na mnie nie gniewaj,
Prawą mi daj, lewą mi daj,
I już się na mnie nie gniewaj.

<https://www.youtube.com/watch?v=TTlNg5lq1u4>

Gdy uczestnicy zabawy „pogodzą się”, zaczynają dalsze tańce:

Dwóm tańczyć się zachciało,
zachciało, zachciało,
lecz im się nie udało
fari fari fara.
Kłócili się ze sobą,
ze sobą, ze sobą,
ja nie chcę tańczyć z tobą
fari fari fara.
Poszukam więc innego,
innego, innego,
do tańca zgrabniejszego,
fari, fari, fara

<https://www.youtube.com/watch?v=RjNQ1KWtkE>

- Smutna i wesół muzyka- rozpoznawanie nastrojów muzycznych. Rodzic rozkłada na podłodze kartki w formacie A4- białą i czarną. Podczas całej aktywności dziecko słucha naprzemiennie smutnej i wesołej muzyki. Gdy słyszy wesołą muzykę, maszeruje rażno w miejscu na białej kartce, gdy słyszy smutną staje na czarnej kartce, unosi ręce i powoli opuszcza je.

Wesoła muzyka: <https://www.youtube.com/watch?v=MerCZlHlejs>

Smutna muzyka: <https://www.youtube.com/watch?v=ldlk7w1TjfE>

- Wesoły obrazek- kształtowanie umiejętności wyrażania emocji przez środki niewerbalne, np. malowanie farbami. Rodzic przygotowuje dla dziecka kartkę, farby w podstawowych kolorach i waciki kosmetyczne. Dziecko słucha utworu muzycznego Wiosna- A. Vivaldiego. Określa nastrój, tempo utworu. Za pomocą wacików wykonuje obrazek, który podpowiada mu muzyka. W trakcie malowania cały czas słucha muzyki.

Link do utworu: <https://www.youtube.com/watch?v=TI8Z-tr73ss>

- Figurka- zabawa orientacyjno- porządkowa. Reagowanie na sygnał. Dziecko biega w rytm muzyki. Podczas pauzy rodzic mówi: Figurko, figurko, zamień się w...- tutaj pada nazwa

przedmiotu, zwierzęcia lub rośliny, w zależności od wyobraźni. Dziecko zastyga bez ruchu, przybierając pozę charakterystyczną dla podanego hasła.

- Policz dźwięki- przeliczanie w zakresie 1-6, usprawnianie małej motoryki. Dziecko siedzi przy stole, na którym jest tacka z makaronem (typu spaghetti, penne). Rodzic gra na wybranym instrumencie perkusyjnym. Dziecko liczy, ile dźwięków zostało zagranych i kładzie przed sobą tyle makaronu. Po skończonej zabawie dziecko układa z makaronu obrazki, może łączyć makaron z plasteliną.

5. Muzyczne opowieści.

- Nasz mały miś – wysłuchanie piosenki.
<https://www.youtube.com/watch?v=yfM-p2u4B3g>
- Woreczek uczuć- dziecko otrzymuje woreczek gimnastyczny (można wykorzystać woreczek kaszy, ryżu itp.), stoi na wyznaczonej linii, kładzie woreczek na głowę i wyobraża sobie coś smutnego, idzie z woreczkiem. Następnie układa woreczek między kolanami, wyobraża sobie coś radosnego i w taki sposób skacze, by woreczek nie wypadł. Następnie idzie w podporządk tyłem z woreczkiem na brzuchu, wyobrażając sobie coś strasznego i maszeruje w podporządk tak, by woreczek nie wypadł.
- Kraina radości- do słuchanej muzyki rodzic wykonuje masaż na plecach dziecka, rysując spirale, figury geometryczne i inne dowolne kształty jednym palcem, kilkoma palcami albo całą dłońią.
- Tańce- zapoznanie z tańcami standardowymi, ludowymi, narodowymi i rozrywkowymi. Po skończonej prezentacji dziecko dzieli się wrażeniami, odczuciami.
Polonez: <https://www.youtube.com/watch?v=QXNWk5HkijY>
Walc wiedeński: <https://www.youtube.com/watch?v=55Zo8VsT1pU>
Krakowiak: <https://www.youtube.com/watch?v=qgXJCJ5W25s>
Oberek: <https://www.youtube.com/watch?v=p6svoYBEWCs>
Jive: <https://www.youtube.com/watch?v=s9nG0Q-m5tc>
- Taniec radości i zadumy- kształtowanie umiejętności wyrażania emocji przez ruch i muzykę, usprawnianie umiejętności ruchowych poprzez taniec. Rodzic włącza dziecku różne rodzaje muzyki. Dziecko tańczy, reaguje na muzykę zgodnie z własnymi odczuciami.
- Tor przeszkód- usprawnianie motoryki dużej. Rodzic ustawia tor przeszkód: np. tunel- przejście na czworaka, pusty kosz- rzut do celu, obręcz – przeskok z ugięciem kolan itp. W zależności od możliwości i pomysłowości. Dziecko pokonuje tor przeszkód. Do zabawy można zaprosić rodzeństwo dziecka lub innych członków rodziny.
- Wyczaruj obrazek- rozwijanie wyobraźni, doskonalenie małej motoryki. Rodzic rysuje dziecku na kartce wybraną grafikę (koło, kwadrat, trójkąt, linie prostą, poziomą, pionową, falistą). Wspólnie zastanawiają się jaki obrazek może powstać z tej grafiki. Dziecko wykonuje prace według swojej wyobraźni.

Opracowała Katarzyna Słowik- wychowawca grupy Misie