

## TEMAT GŁÓWNY: WYJEŹDZAMY NA WAKACJE.

- „Wspinamy się po górach” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych.

Dzieci naśladują wspinanie się pod górę – wykonują rytmiczne ruchy rąk i nóg. Unoszą ramiona coraz wyżej, nogi przechodzą do wspięcia na palce.

- „Słońce świeci – deszcz pada” – zabawa orientacyjno-porządkowa

Dzieci biegają swobodnie, na hasło: świeci słońce! Podskakują do góry. Na hasło: pada deszcz – przykucają i pochylają nisko głowy.

- „Nożyce” – ćwiczenie stóp. Chód skrzyżny (dziecko stawia stopę za stopą krzyżując kolana).

- „Obserwowanie ptaków przez lornetkę” – ćwiczenie mięśni grzbietu.

Dzieci leżą przodem, ręce wspierają na łokciach. Spoglądają przez zwinięte dłonie jak przez lornetkę.

- „Kot śpi – kot poluje” – zabawa z elementem czworakowania. Na hasło: kot śpi! Dzieci myszki chodzą i biegają na czworakach. Na hasło: kot poluje! Siadają na piętach i kładą głowy na złączonych dłoniach.

- „sufit – podłoga” – ćwiczenie tułowia. Dzieci ustawione w rozkroku. Na hasło: sufit! Unoszą ręce w górę, na hasło: podłoga! Wykonują skłon i dotykają dłońmi do podłogi.

- „jedzie winda” – ćwiczenia mięśni brzucha. Leżenie na plecach, podnoszenie prostych rąk i nóg do góry

- „masaż nóg” – ćwiczenie stóp. Dziecko siedzi na podłodze, nogi ugięte w kolanach, stopy na podłodze. Masowanie jednej nogi palcami stopy nogi drugiej.

- „na jednej nodze” – zabawa z elementem podskoku. Dzieci skaczą na jednej nodze wokół krzesła lub zabawki.

Ciekawe ćwiczenia na: <https://www.youtube.com/watch?v=9iOLdoHhLpc>

### 1. Już niedługo wakacje.

Wakacyjne rady

Głowa nie jest od parady  
i służyć ci musi dalej.  
Dbaj więc o nią i osłaniaj,  
kiedy słońce pali.

Płynie w rzece woda,  
chłodna, bystra, czysta.

Tylko przy dorosłych  
z kąpeli korzystaj.

Jagody nieznane  
gdy zobaczysz w borze,  
nie zrywaj! nie zjadaj!  
bo zatruć się możesz.

Urządzamy grzybobranie.  
Jaka rada stąd wynika?  
Gdy jakiegoś grzyba nie znasz,  
Nie wkładaj go do koszyka.

Wakacyjne skarby

Zawiesimy skarby  
w kącie naszej klasy,  
by nam przypominały  
o wakacjach czasem...

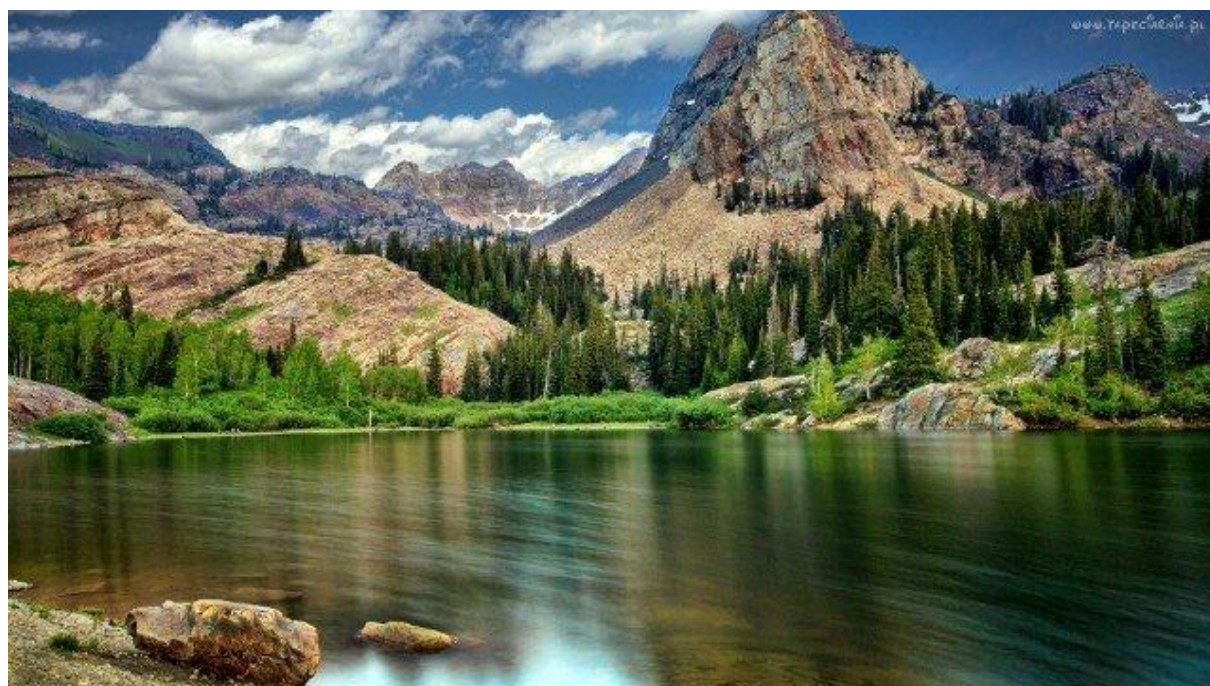
Zasuszone ostry,  
tajemniczy korzeń,  
muszle pozbierane  
o świcie nad morzem.

Ktoś serce z piernika  
kupił na straganie.  
Poszukajmy miejsca  
dla serca na ścianie.

Niech wisi przy skarbach  
pośrodku kącika  
i bije dla szkoły -  
serduszko z piernika.









Download from  
**Dreamstime.com**

This watermarked comp image is for previewing purposes only.



ID 106355298

© Levente Bodo | Dreamstime.com







- „Nasz bagaż”, ćwiczenie w kartach pracy 4, str. 22 (5 latki)
- „Wyjazd na wakacje” – zadanie z wyprawki świat (5 latki)
- „Bezpieczne wakacje” – ćwiczenie w kartach pracy 4, str. 34 (4 latki)

## 2. Co zabieram na wakacje.

Pokoloruj te literki, które tworzą wyraz u góry.

																									
<b>góry</b>	<b>morze</b>																								
<table border="1"> <tr> <td>p</td><td>q</td><td>g</td><td>b</td><td>o</td><td>ó</td> </tr> <tr> <td>r</td><td>l</td><td>n</td><td>m</td><td>y</td><td>j</td> </tr> </table>	p	q	g	b	o	ó	r	l	n	m	y	j	<table border="1"> <tr> <td>n</td><td>m</td><td>ó</td><td>o</td><td>u</td><td>s</td> </tr> <tr> <td>r</td><td>q</td><td>z</td><td>c</td><td>a</td><td>e</td> </tr> </table>	n	m	ó	o	u	s	r	q	z	c	a	e
p	q	g	b	o	ó																				
r	l	n	m	y	j																				
n	m	ó	o	u	s																				
r	q	z	c	a	e																				
<b>PrzedszkoUczek.pl</b> 																									

Co widzicie na obrazkach poniżej? Powiedz co z tych przedmiotów zabierzesz ze sobą nad morze, co nad jezioro? Które z tych rzeczy przydadzą się na wycieczkę rowerową? Jak byś wykorzystał/a te rzeczy na swoim podwórku?





- „Wakacyjne wydatki”, ćwiczenie w kartach pracy 4, str. 23 (5 latki)
- „**Tu płynie rzeczka**”, **zabawa wg Marty Bogdanowicz.**

Dzieci siedzą w parach (z rodzicem, rodzeństwem)

Tu płynie rzeczka (rysują falistą linię palcem od dołu wzdłuż kręgosłupa)

Tędy przeszła pani na szpileczkach (kroczą opuszkami palców wskazujących)

Tu stąpały słonie (powoli kroczą wewnętrzną stroną dłoni)

I biegly konie (delikatnie stukają dłońmi zwinętymi w pięści)

Wtem przemknęła szczypaweczka (delikatnie skubią kciukiem i palcem wskazującym)

Zaświeciły dwa słońeczka (rysują słońeczka)

Spadł drobniutki deszczyk (delikatnie stukają palcami)

Czy przeszedł cię dreszczyk? (uciskają kark)

### 3. Wakacje nad morzem. Bezpieczne wakacje.



Ile dzieci buduje zamek?

Ile dzieci bawi się w wodzie?

Ile jest wszystkich dzieci?

Ile jest dzieci na plaży?

Ile latawców jest w powietrzu?

Ile jest leżaków?

Czego jest najwięcej?

Czego jest najmniej?

- Dzieci 4 letnie wykonują zadanie w kartach pracy 4, str. 35
- „Muszelki” – zabawy matematyczne w kartach pracy 4, str. 36
- Znalazłam na plaży 4 muszelki, a tata 6. Ile muszelek znaleźliśmy razem?  
Tata miał 3 muszelki, a mama 1. Ile muszelek mieli razem?  
Miałam 8 muszelek, ale 3 oddałam mamie. Ile muszelek mi zostało?  
Mama miała 9 muszelek, ale 4 zgubiła na plaży. Ile muszelek jej zostało?
- „Bezpieczne wakacje” w kartach pracy 4, str. 24 (5 latki)
- „Bezpieczne wakacje” Patrycja Siewiera-Kozłowska, profilaktyka logopedyczna

Gdy nadejdą już wakacje

Czas swobody i radości

Zapamiętaj kilka zasad

Aby uniknąć przykrości (dzieci na przemian rozciągają wargi w szerokim uśmiechu i robią podkówkę, jakby spotkała je przykrość)

Nigdy nie chodź sam nad wodę (kręcą głową w geście zaprzeczenia)

Słuchaj mamy albo taty (czubek języka dotyka prawego i lewego kącika warg)

Kąp się blisko ratownika (czubek języka wyciąga się do góry)

I ostrożnie w wodzie brykaj!

Gdy na słońcu chcesz się bawić

Nie zapomnij z daszkiem czapki (szeroki i płaski język zamienia się na chwilę w daszek czapki)

Ona głowę twą ochroni (dotykają obiema rękami głowy)

Nos i buzię też osłoni (językiem wskazują nos i okrążają wargi)

W górach jeśli ci się zdarzy,

Że na szlaku się zatrzymasz (czubek języka na górnej wardze)

Nie nawołuj głośno echa

By nie zbudziła się lawina!

Gdy do lasu się wybierzesz (szszsz – szumią jak drzewa)

I owoców leśnych krocie

Zanim zerwiesz, zechcesz zjeść je – (młaszczą głośno)

Spytaj mamę, babcię, ciocię!

Bądź wesoły i radosny,

Baw się dużo, wypoczywaj,

Miło spędzaj całe lato,

Swoim książkom powiedz: bywaj! (szeroki uśmiech, przesyłanie buziaka – na przemian

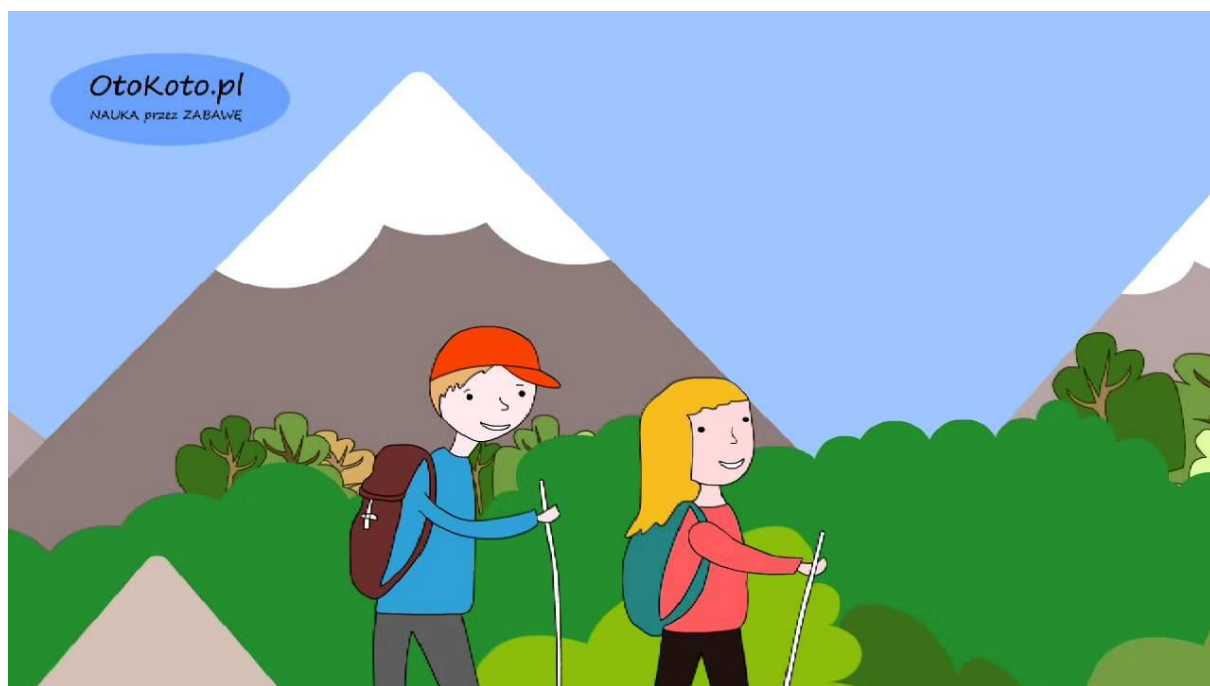
Morze, góry, las, jezioro

Wszystkie miejsca są bajeczne!

Lecz pamiętaj te przestrogi,

Aby były też bezpieczne!

#### 4. Wakacje w górach. Niedługo szkoła.

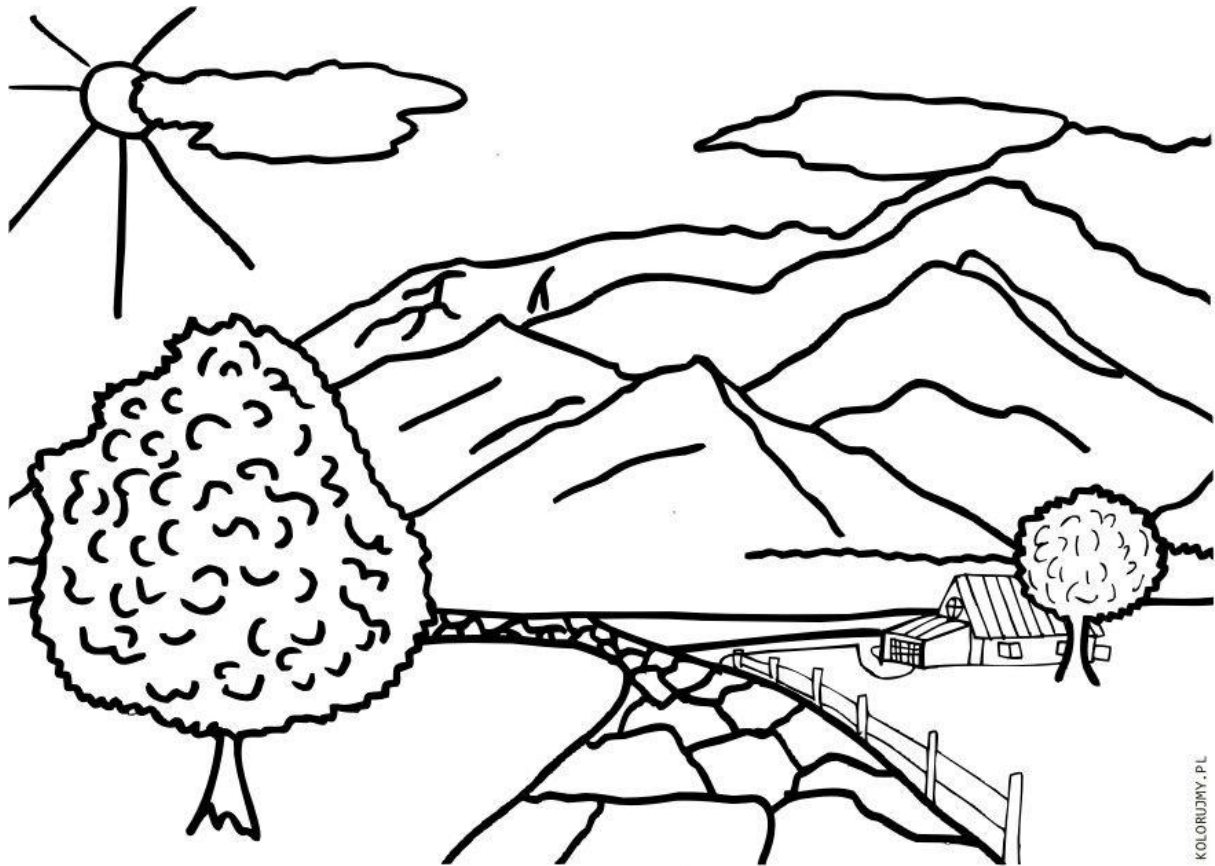




© CanStockPhoto.com - csp49444143



© Can Stock Photo - csp5169783



„Owieczki na hali” – praca plastyczna.



Opiszcie proszę co widzicie na obrazku. Czy wiecie kto to jest baca? To góral, który wypasa owce.

Teraz wykonacie pracę plastyczną.

1. Przyklejcie na kartce duże trójkąty, będą to góry.
2. Na dole przyklejcie pasy materiału – linia ziemi, trawa, pastwisko.
3. W dowolnym miejscu przyklejcie sylwetę owcy. Na sylwetę kawałki waty.

- Piosenki góralskie <https://www.youtube.com/watch?v=WV57FDY8tBs>  
[https://www.youtube.com/watch?v=ltRxD5c-AKI&list=RDltRxD5c-AKI&start\\_radio=1&t=2](https://www.youtube.com/watch?v=ltRxD5c-AKI&list=RDltRxD5c-AKI&start_radio=1&t=2)
- „szlaczki” – zadanie graficzne w zeszytcie grafomotorycznym, str. 64
- „Wesołe litery” – zabawa twórcza. Dzieci układają ze swojego ciała kształt litery mówionej przez dorosłego lub rodzeństwo. Można też pokazywać literkę. Dzieci układają z kredek, makaronu lub innych dostępnych przedmiotów dane literki.

## 5. Żegnamy przedszkole. Wakacje nad jeziorem.

### Pożegnanie przedszkola

**Autor:** Bożena Forma

*Żegnamy się z przedszkolem,  
salami, zabawkami.  
A z największym żalem  
z naszymi paniami.*

*Zaraz po wakacjach  
będziemy już w szkole.  
W myślach pozostanie  
przedszkole wesołe.*

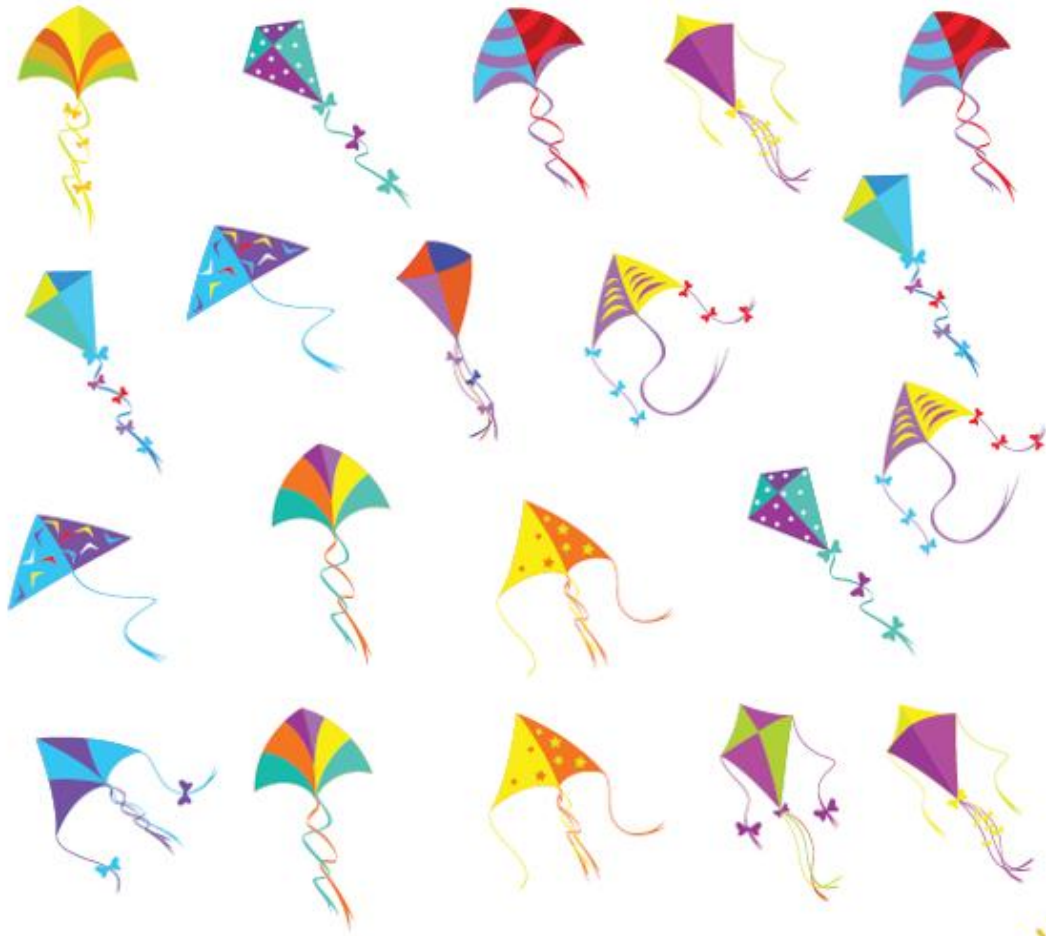
*To droga do przedszkola,  
to drzewo, ławka, brama.  
W drzwiach przedszkola stoi  
pani ukochana.*

*Czas beztroskich zabaw  
z życia przedszkolnego,  
długo pozostanie  
w sercu u każdego.*

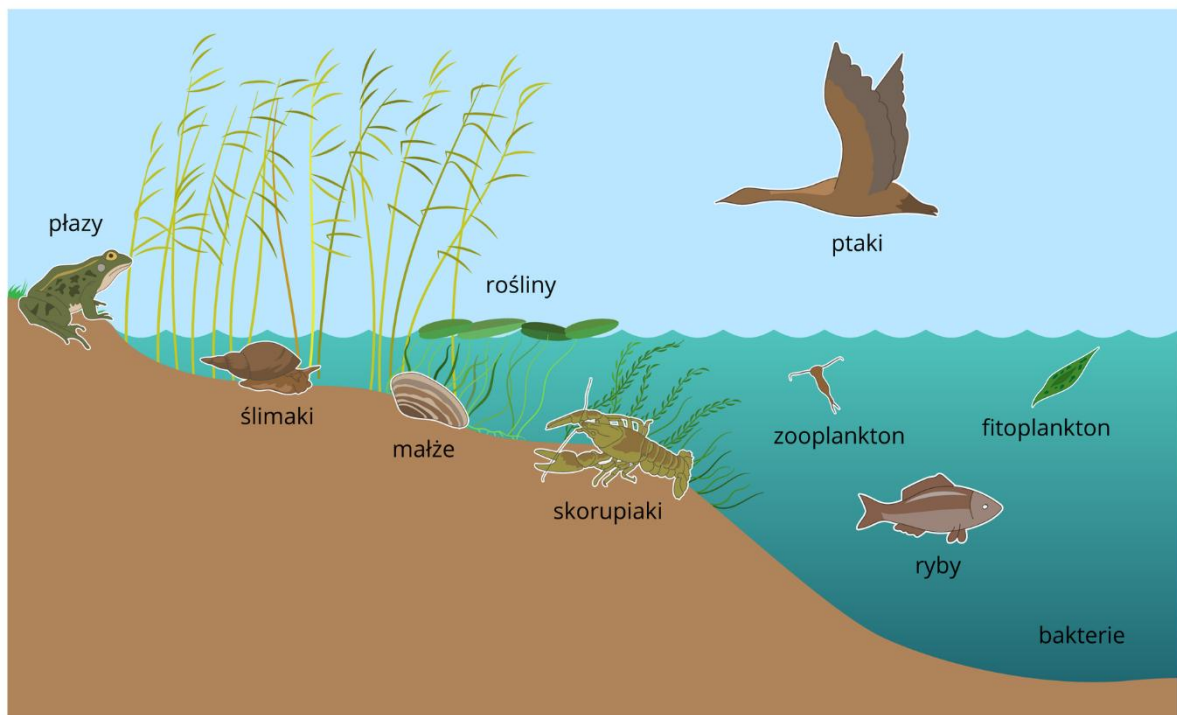
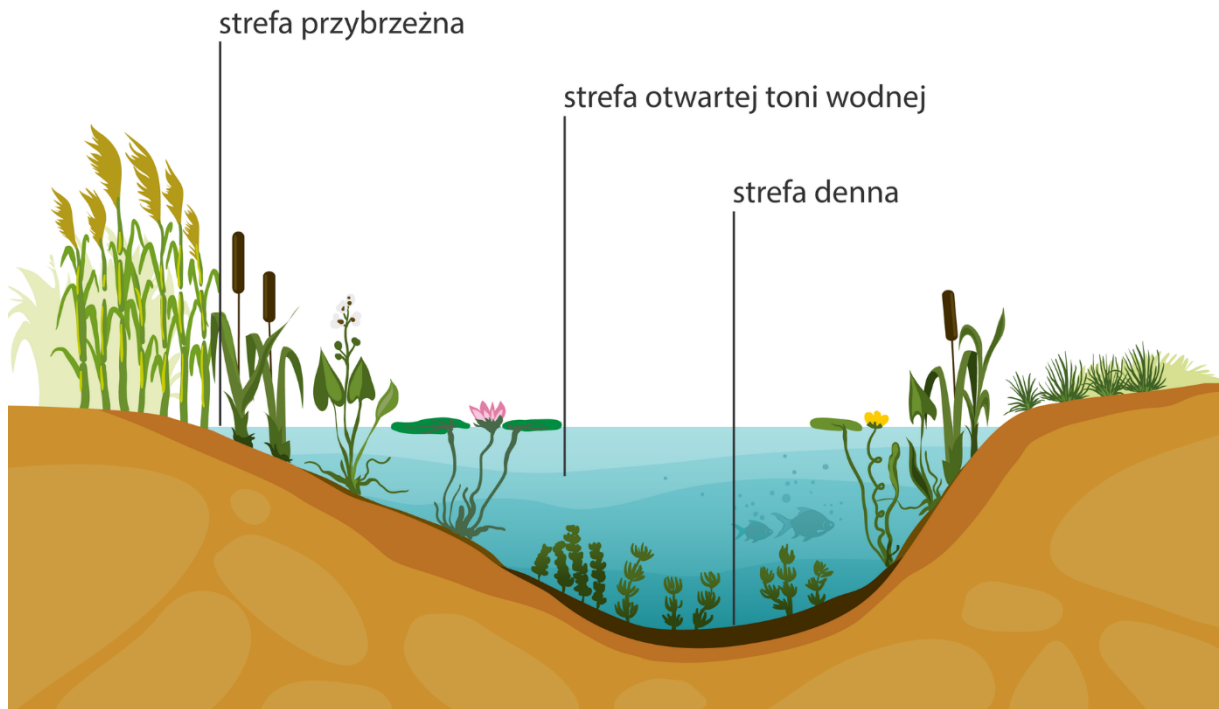
Pytania: w jaki sposób dzieci żegnały się z przedszkolem? Co pozostanie w ich sercu na długo? Jakie są wasze ulubione piosenki i zabawy? Jakie wam pozostają wspomnienia z przedszkola?

- „Parasol plażowy” – zadanie w zeszytcie grafomotorycznym ze str. 63.

Które latawce nie mają pary? Otocz je pętlą.



## STREFY WÓD





Poznajecie plażę?



- Bolesław Kołodziejski, zabawa wg Marty Bogdanowicz, masażyk na plecach:  
Rybka  
Płynie rybka złota poprzez fal odmęty, (kreślimy linie faliste)  
Nie wie, gdzie jest domek, jak dopłynąć, którądy.  
Wokół tyle roślin, wodorostów tyle  
Płynie mała rybka i kluczy prze chwilę  
Dopłynęła wreszcie do swojego domu, (zatrzymujemy na chwilę)  
O tym, że błędziła, nie mówi nikomu,  
Tylko szybko wpływa do łóżeczka swego, (wsuwają dłoń pod bok lub pod pachę)  
Będzie smacznie spała do ranka jasnego

Opracowała Joanna Szyć-Wisińska.