

## TEMAT KOMPLEKSOWY ” Wiosenne powroty” 30.03-03.04. 2020

**Małe przypomnienie. Nie musicie robić wszystkich proponowanych zabaw. To zależy tylko od Was. Wierzę, że wspólnie dobrze zorganizujemy czas dzieciakom. Zapraszam Was na zabawy...**

### Stworki z patyków - zrób to sam

Kroki które należy wykonać, aby stworzyć „patykowego stworka”

#### **Krok 1**

Wyruszenie na wyprawę w poszukiwaniu patyków.

#### **Krok 2** Przygotuj;

- patyki różnej wielkości i kształtów
- farby plakatowe
- klej wikol
- 2 pędzle
- ruchome oczy
- włóczkę
- kawałki kolorowych tkanin
- nożyczki

#### **Krok 3**

Teraz mamy czas by puścić wodze fantazji. Jeśli dobrze przyjrzyście się swoim znaleziskom, okaże się, że znalazłeś krokodyla, ufoludka, węża itp.

#### **Krok 4**

Przystępujemy do działania. Dzięki farbom nadamy naszym stworkom odpowiedni charakter i podkreślimy ich najważniejsze cechy. W czasie, gdy będzie ona schła, możemy zająć się fryzurą oraz ubraniem dla naszych stworków.

#### **Krok 5**

Przygotowujemy fryzurę. Włóczkę w wybranym kolorze tniemy na dość krótkie odcinki. Odcinamy jeden dłuższy kawałek i na nim w poprzek kładziemy pociętą włóczkę. Zawijamy na supeł.

## **Krok 6**

Teraz pora na ubranko. Z tkaniny wycinamy prostokąt. Jego wielkość zależy od długości patyka oraz od tego, w co chcemy ubrać naszego stworka. Najprostsza będzie spódnica lub peleryna, ale możemy również pociąć tkaninę na wąskie paski i okleić nią patyk.

## **Krok 7**

Gdy farba wyschnie, możemy przykleić oczy. Nadadzą one odpowiedniego charakteru naszemu stworkowi. Ufoludki mogą mieć troje oczu. Oczy zazwyczaj są samoprzylepne, ale na wszelki wypadek warto użyć dodatkowo kleju wikol, aby się lepiej trzymały.

## **Krok 8**

Na górze lub z boku patyka przyklejmy włosy, również za pomocą wikolu.

## **Krok 9**

Na koniec ubieramy stworka. Fragmenty tkanin można przykleić lub też związać sznurkiem wokół patyka. Gotowe stworki mogą posłużyć nam do codziennych zabaw teatralnych. Mogą też stać się bohaterami autorskich opowiadań.

**Ćwiczenia gimnastyczne.** Wykonujcie je precyzyjnie, chodzi o sprawność naszego ciała. Potrzebna nam będzie jakaś muzyczka i woreczki foliowe.

### **I. Część wstępna**

- Zabawa orientacyjno-porządkowa „Pomachaj woreczkiem”. Dzieci poruszają się w rytm muzyki pomiędzy rozłożonymi na podłodze woreczkami foliowymi. Podczas przerwy w grze zatrzymują się przy najbliższym woreczku, podnoszą go i machają nim nad głową. Pojawienie się akompaniamentu jest sygnałem do położenia woreczka na podłodze i ponownego ruchu.
- Zabawa ożywiająca „Chronimy się przed deszczem”. Dzieci biegają po pokoju, swobodnie wymachując woreczkami. Na kłaśnięcie przykucają, rozciągając woreczki nad głowami – chronią się przed deszczem.

### **II. Część główna**

- Ćwiczenia tułowia „Suszymy woreczki”. Dzieci trzymają woreczki w obu rękach. W skłonie w przód wymachują nimi w przód i w tył. Po kilku ruchach prostują się, potrząsają woreczkami w górze – strząsają krople wody.
- Ćwiczenie dużych grup mięśniowych „Powitania”. Dzieci witają woreczkami różne części ciała wymieniane przez Rodzica. Np. Woreczek wita: wasze kostki... wasze ramiona... wasze brzuszki...

- Ćwiczenie mięśni grzbietu “Na wietrze”. Dzieci, w leżeniu przodem, unoszą woreczki trzymane za końce oburącz (ręce zgięte w łokciach, skierowane na boki). Dmuchają na woreczki delikatnie – wieje mały wietrzyk, i mocno – wieje duży wiatr. Obserwują ruch woreczków w zależności od siły podmuchu.
- Ćwiczenie mięśni brzucha “W górę i w dół”. Dzieci w leżeniu tyłem, woreczki mają włożone między stopy. Unoszą je stopami do góry, z przełożeniem za głowę, a potem powracają do pozycji wyjściowej.
- Ćwiczenie równowagi “Przechodzimy przez woreczki”. Dzieci zwijają woreczki w rulonik. Stojąc, trzymają je przed sobą w obu rękach. Przekładają nogi przez rulonik, wytrzymując w stanie jednonóż. Potem powracają do pozycji wyjściowej. Ćwiczenie wykonują na zmianę: prawą nogą i lewą nogą. Skoki – Skaczemy. Dzieci przeskakują obunóż przez woreczki rozłożone na podłodze: do przodu, do tyłu, na prawo, na lewo.
- Ćwiczenie zręczności “Zręczne dłonie”. Zwijają woreczki jedną, a potem drugą ręką w taki sposób, aby jak najbardziej schowały się w dłoni.

### III. Część końcowa

- Ćwiczenie wyprostne “Z woreczkiem na głowie”. Dzieci maszerują w różnych kierunkach, z woreczkami na głowie, w taki sposób, aby woreczki im nie spadły; co pewien czas przykucają i powracają do pozycji stojącej.
- Ćwiczenia przeciw płaskostopiu “Sprytne stopy”. Dzieci chwytają palcami stopy woreczek leżący na podłodze i podają go sobie do rąk. Zabawa uspokajająca “Marsz z woreczkiem”. Dzieci maszerują po obwodzie koła, wachlując woreczkami przed sobą; odkładają je na wyznaczone miejsce.