



10.12.2021r.

## Witamy Was Jeżyki!!!



Dziś kolejny dzień zabaw w domu ☺

Podobał y Wam się wczorajsze eksperymenty?

Mamy nadzieję, że tak.

Aktywność językowa i ruchowa.

Na początek trochę ruchu. Zatem zaczynamy ćwiczenia gimnastyczne! Do wykonania ćwiczeń potrzebna nam będzie skakanka. Jeżeli nie macie, możecie użyć szalika.

**„Sięgamy jak najdalej”**- ćwiczenie tułowia.

W siadzie klęcznym trzymamy w obu dłoniach skakankę złożoną na pół. Podnosimy ręce w górę i wykonujemy skłon w przód (staramy się sięgnąć skakanką jak najdalej), a następnie ponownie przechodzimy do siadu. Powtarzamy ćwiczenie kilka razy.

**„Kołyska”**- ćwiczenie mięśni brzucha.

W siadzie prostym, opieramy stopy o środek skakanki, którą trzymamy za końce. Pomału przechodzimy do leżenia na plecach z równoczesnym podnoszeniem nóg, ciągniętych skakanką. Następnie wracamy do siadu prostego. Powtarzamy ćwiczenie kilka razy.

**„Dotknij skakanki”**- ćwiczenia nóg.

Stoimy w lekkim rozkroku, w rękach trzymamy skakankę (na pół złożoną) przed sobą. Staramy się teraz podnieść raz jedną, raz drugą nogę tak wysoko, żeby dotknąć skakankę.

**„Przejdźcie po wąskiej kładce”**- zabawa ruchowa z elementem równowagi.

Rozkładamy skakankę na dywanie i przechodzimy po niej stawiając nogi stopa za stopą. Kto spadnie ze skakanki musi zacząć od nowa pokonać wyznaczoną trasę.

Gdy nam się uda wykonać to zadanie to musimy wykonać to zadanie z zamkniętymi oczami. Następnie idziemy po skakance tyłem. Pamiętajcie, żeby ustawiać stopę za stopą.

**A teraz zapraszamy na „Kąpiel błotną” – zabawę sensoryczną.**

Do wykonania tego zadania potrzebna nam będzie miska, woda, mąka i kakao.

Do miski wsypujemy trochę mąki, dolewamy wodę i mieszamy składniki ręką. W razie potrzeby dolewamy wodę lub dosypujemy mąkę. Na koniec dodajemy kakao. Cały czas mieszamy wszystkim rękami. Z powstałej masy możemy budować, odciskać kształty, itp. Możemy również ukryć plastikową lub gumową zabawkę i ją odszukiwać. Zachęcamy do odbicia również stóp w naszej powstałej masie ☺

Po skończonej zabawie musimy dokładnie umyć ręce, aby niczego nie pobrudzić.

## Zaczynamy eksperymentować

### POWIETRZE I OGIEN

#### Dlaczego świece gasną?

Potrzebne: 3 świece, 3 słoiki różnej wielkości, zapalniczka

Wykonanie: Rodzic zapala wszystkie świece, przykrywa je kolejno słoikami.

Zaobserwujcie, pod którym słoikiem świeca gaśnie szybciej. Świeca potrzebuje powietrza, żeby móc się palić, a w słoiku jest go za mało i dlatego świeca gaśnie.

W którym słoiku świeca najszybciej zgasła? W dużym czy małym?

A wiecie dlaczego?

(Bo świeca nie ma czym oddychać)



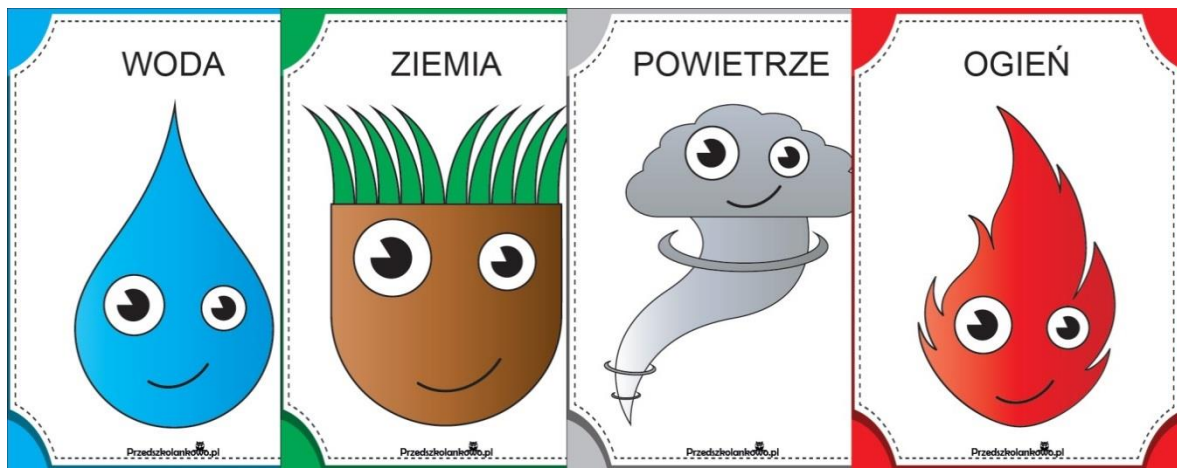
#### Znikająca woda

Potrzebne: talerzyk z zabarwioną wodą (może być barwnik spożywczy lub farbki), świeca, zapalniczka, duży słoik (np. po ogórkach)

Wykonanie: Na talerzyk z niewielką ilością wody stawiamy świeczkę. Rodzic zapala ją i ostrożnie nakrywa słoikiem postawionym do góry dnem.

(woda z talerzyka znika pod słoikiem)

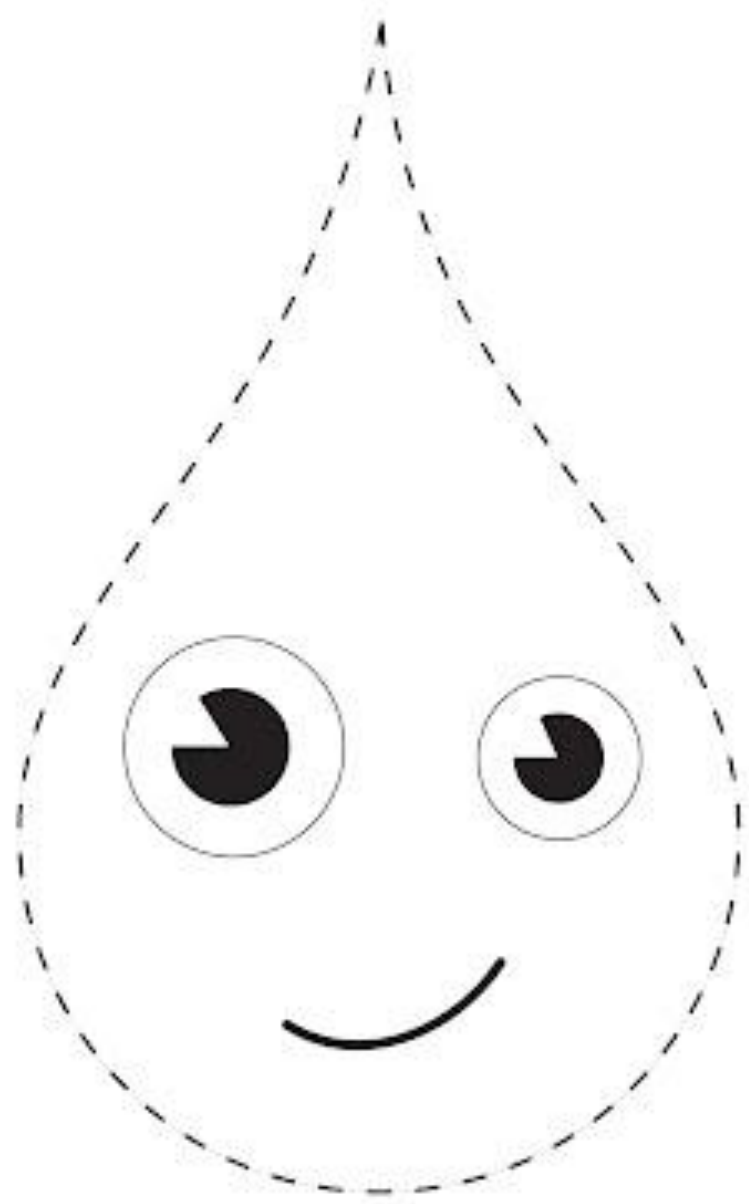
#### Czas na ćwiczenia grafomotoryczne





IMIĘ: .....

ZADANIE: Rysuj po śladzie, a następnie pokoloruj obrazek.



Przedzskolankowo.pl