

**Wtorek 05.05.2020r**

## **Kochani!**

1. Powtórzcie słowa i melodię „**Piosenki o instrumentach**”:

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

2. **Zapraszam Was do porannej gimnastyki**

Ręce dwie –	dwa kłaśnięcia
nogi dwie –	dwa przytupy
do roboty pała się –	pocieranie dłoni o siebie
Biegna szybko –	bieg w miejscu
podskakują –	dwa podskoki obunóż
w górze wietrzyk –	ramiona w górę
naśladowa –	skłony boczne tułowia

3. **Oglądanie prezentacji**

- Obejrzyjcie proszę prezentację

[https://www.youtube.com/watch?v=fPNsyJN\\_Dsk](https://www.youtube.com/watch?v=fPNsyJN_Dsk)

- i odpowiedzcie na pytania:

- Kim był Fryderyk Chopin?
- Ile miał lat, gdy napisał pierwszy utwór?

4. Wykonajcie **Kartę Pracy cz.4 s.28 oraz Kartę Pracy nr 1**

## Karta Pracy nr 1

Układanie napisów – nazw utworów skomponowanych przez F. Chopina.

Wytnijcie litery.

Proszę Państwa o przeczytanie dziecku nazw utworów F. Chopina:

-polonezy

-mazurki

-etiudy

-nokturny

-sonaty

-walce

Zadaniem dziecka jest ułożenie ich z podanych liter.

a	l	o	n	m	r	t	u	i	e
t	w	y	k	o	z	r	a	s	n
u	o	n	l	a	u	e	p	d	t
i	y	z	c	k	o	n	y	e	y

Dobrego czasu 😊

5. **Zestaw ćwiczeń gimnastycznych z rodzicem** – pomoce:  
np. plastikowy kubeczek po jogurcie

a. „Zabierz kubeczek”

Rozkładamy kilka kubków na dywanie. Rodzic wyklaskuje rytm, dziecko wędruje między kubkami. Na przerwę w wyklaskiwanym rytmie – dziecko podnosi najbliższy kubek w górę. Ponowny rytm – odłożenie kubka i swobodny spacer między kubkami. Ćwiczenie powtarzamy 4 razy. (proponuje również zamianę ról)

b. „Wędrujący kubeczek”

Przekładamy kubki z ręki do ręki: z przodu do tyłu, pod kolanem, nad głową – w pozycji stojącej i w ruchu.

c. „Rzuć i podnieś”

Stajemy w małym rozkroku, nogi proste, kubeczek kładziemy na głowie. Wykonujemy skłon głową, by kubek spadł na podłogę. Podnosimy kubek, umieszczamy go na głowie i powtarzamy ćwiczeni x6

d. „Turlamy kubeczek”

Wykonujemy siad prosty, trzymamy kubeczek na wyprostowanych nogach i turlamy nim jak najdalej w kierunku stóp i z powrotem. Nie zginamy nóg w kolanach 😊

e. „Kubeczkowe obuwie”

Wykonujemy siad rozkroczny, trzymamy kubek w prawej ręce i wykonujemy skrętoskłon do lewej nogi próbując założyć kubek na palcach lewej nogi. Prostujemy się i powtarzamy ćwiczenie próbując trzymany w lewej ręce kubek założyć na prawa stopę. Nie zginamy nóg w kolanach 😊. 3x w każdą stronę

f. „Zajrzyj do kubeczka”

W leżeniu przodem (na brzuchu), trzymamy kubek w wyciągniętych przed sobą rękach. Na hasło Rodzica: *Zaglądamy do kubeczka* – unosimy ręce i głowę do góry, trzymając je chwilę w tej pozycji, a następnie je opuszczają x 5

g. „W prawo, w lewo”

Kładziemy kubeczek na podłodze i maszerujemy na czworakach dookoła niego w prawą, a następnie w lewą stronę.

h. „Niezwykłe spotkanie”

Wykonujemy leżenie tyłem, kubeczek trzymamy w rękach wyciągniętych za głowę. Jednocześnie wznosimy ręce i nogi, do momentu spotkania rąk z kubeczkami ze stopami. Następnie wracamy do pozycji wyjściowej. X6

i. „Do góry i na dół”

Wykonujemy leżenie tyłem (na plecach), kubek kładziemy na brzuchu. Głęboko oddychamy i obserwujemy wznoszenie i opadanie kubka. 3x5

j. „Jesteśmy uważni”

W pozycji stojące, kładziemy kubek na głowie do góry dnem a następnie wykonujemy 3 kroki marszu, powolny przysiad i wracamy do pozycji wyjściowej tak, aby kubeczek nie spadł 😊. X5

Dobrej zabawy 😊