Wtorek 24.03.2020

**Bez wody nie byłoby życia.**

**1**. Zabawa utrwalająca schemat własnego ciała „Rób to, co ja”. Rodzic prezentuje ruch składający się z 3–4 elementów, np.: dotyka głowy, nosa, kolana – dziecko powtarza sekwencję ruchów.

**2**. Rodzic zaprasza dziecko do wysłuchania opowiadania Urszuli Piotrowskiej ,,Bezcenny podarunek”.

Pluszowy Tygrysek gdzieś się zapodział. Po długich poszukiwaniach Trampolinek odnalazł go w łazience. Nie uwierzycie, co zobaczył! Przyjaciel biegał od zlewu do zlewu i bawił się kurkami w kranach. A woda lała się i lała, chlapała na ściany i podłogę.

– Łaa! – zaryczał zadowolony Tygrysek. – Popatrz, jakie zrobiłem wodospady!

Trampolinkowi nie spodobała się taka zabawa. Pozakręcał starannie wszystkie krany i powiedział:

– Hej hop, wracamy do sali, bo będę opowiadał bajki.

Zabawki usiadły w kręgu, a Trampolinek zaczął swoją opowieść.

W dalekiej krainie mieszkała piękna i mądra królewna. O jej rękę starało się wielu królewiczów, książąt oraz rycerzy.

– Jak dokonać właściwego wyboru? – zastanawiała się królewna. Aż wreszcie postanowiła, że jej mężem zostanie ten, kto przyniesie najcenniejszy podarunek.

Po kilku tygodniach kandydaci do serca królewny przywieźli dary. Poddani tłumnie zgromadzili się na dziedzińcu zamku, bo byli ciekawi tych cudów i niezwykłości. Królewicze, książęta oraz rycerze kolejno podchodzili do królewny i pokazywali dary, a damy dworu mdlały z zachwytu, widząc haftowane złotem suknie czy naszyjniki z drogocennych kamieni.

Królewna uśmiechała się do wszystkich takim samym uprzejmym uśmiechem i patrzyła na każdego takim samym łaskawym spojrzeniem. Ostatni podarunek wręczył jej książę z dalekiej krainy. Była to kryształowa karafka.

Damy dworu pytały ze zdumieniem, jaką wartość może mieć karafka, skoro w pałacowych kredensach stoją o wiele piękniejsze.

– Nie karafka jest najcenniejsza, tylko jej zawartość – odpowiedział im książę.

– A cóż to takiego? – zaciekawili się dworzanie.

– Woda! – wyjaśnił książę z uśmiechem. – Woda ze studni w mojej krainie.

– To chyba żart! – zawołali z oburzeniem poddani.

I wtedy odezwała się królewna:

– Prosiłam o najcenniejszy dar. A otrzymałam znacznie więcej, bo woda jest bezcenna. Bez niej nie byłoby życia na Ziemi.

Książę został mężem królewny. Poddani wzięli sobie do serca słowa, że woda jest bezcennym darem i od tego czasu każdą kroplę tak traktowali. Nie wlewali do strumieni ścieków, nie czyścili powozów w jeziorze, nie wrzucali odpadków do rzeki. I z jaką radością można było przeglądać się w przejrzystych wodach, pływać po nich łódkami, nurkować i łowić ryby.

I na tym bajki koniec, hej hop.

– Hau, hau – zaszczekał pluszowy Piesek – a ja słyszałem, jak wczoraj pani tłumaczyła dzieciom, że trzeba oszczędzać

wodę.

Zajączek wyprostował swoje dłuuugie uszka, podparł się pod boki i z ważną miną powiedział:

– To chyba każdy wie!

– Chyba nie każdy, hej hop! – roześmiał się Trampolinek i mrugnął do Tygryska, który nic nie odpowiedział, bo był bardzo zawstydzony.

Urszula Piotrowska

**3**. Omówienie treści opowiadania. Rodzic kieruje pytania do dziecka:

-Jak bawił się Tygrysek?

-Dlaczego Trampolinkowi nie spodobała się zabawa Tygryska?

-Jaki najcenniejszy dar otrzymała królewna od księcia?

-Co ukryte było w karafce?

-Dlaczego książę ofiarował królewnie taki dar?

**4**. Pogadanka o wodzie. Rodzic wyjaśnia, dlaczego woda jest taka ważna. Wspólnie z dzieckiem ustala, w jaki sposób można ją oszczędzać.

**5**. „Bębenkowy deszcz” – zabawa z wykorzystaniem instrumentów ( naczynia kuchenne). Dziecko wystukuje rytm opuszkami palców z różnym natężeniem.

**Ćwiczenia gimnastyczne z piłką**

1. Zabawa orientacyjno-porządkowa „Rzeźba”. Rodzic włącza muzykę i zachęca dziecko do biegania po pokoju, dziecko poruszają się w jej rytmie. Gdy melodia cichnie, przyjmuje dowolną pozycję i stara się nie poruszać. Na włączoną melodię znowu swobodnie biega.

2. Ćwiczenia dużych grup mięśniowych. Dziecko swobodnie poruszają się po pokoju. Na sygnał rodzica zatrzymuje się, kuca, dotyka rękami podłogi raz z prawej, raz z lewej strony i oburącz przed sobą. Następnie wyskakuje wysoko, wyciągając ręce nad głowę. Przechodzi ponownie do swobodnego ruchu po pokoju.

3. Ćwiczenie na czworakach. Dziecko przyjmuje pozycję podporu tyłem, biodra uniesione wysoko, piłka leży na brzuchu. Dziecko chodzi po pokoju, uważając, by piłka nie spadła mu na podłogę.

4. Ćwiczenia kształtujące mięśnie tułowia. W pozycji leżenia przodem dziecko piłkę trzyma przed sobą, kładąc na niej obie dłonie. Na Raz! mocno opierając się rękami o piłkę, unosi tułów w górę. Na Dwa! wraca do pozycji leżenia, odpoczywa.

5. Ćwiczenie mięśni brzucha. Dziecko przyjmuje pozycję leżenia tyłem. Piłkę trzyma w obu dłoniach na brzuchu, nogi wyprostowane, złączone. Na Raz! Unosi piłkę i nogi, starając się zbliżyć je jak najbliżej do piłki.

6. Ćwiczenie z elementami równowagi. Dziecko w postawie wyprostowanej, piłkę trzyma w obu dłoniach. Jedną nogę ugina i opiera o drugą na wysokości kolana. Kto potrafi, stara się unosić coraz wyżej ręce z piłką, tak by znalazła się jak najwyżej nad głową.

7. Rzuty do celu. Na sygnał dziecko próbuje wrzucić piłkę do kosza.

8. Ćwiczenie wyprostne. Dziecko chodzi swobodnie po pokoju w rytmie melodii. Gdy muzyka ucichnie, wykonuje przysiad i wyprost tułowia z wyciągnięciem rąk wysoko nad głowę. Potem wędruje dalej.

9.Dziecko maszeruje po pokoju śpiewając znaną piosenkę.