**Czwartek 14.05.2020r.**

**Zero to nic.**

1. „Wstążkowe 0” – dziecko, stawiając stopę przed stopą, chodzi po wstążce rozłożonej na dywanie na kształt cyfry 0.

2. Zabawa matematyczna „Porównujemy zbiory”. Rodzic rozkłada 2 szarfy. Do jednej wkłada 8 klocków, do drugiej nic. Dziecko podaje liczbę przedmiotów. Następnie rodzic prosi dziecko, aby rozłożyło klocki w taki sposób, aby w każdej szarfie było po równo. Rodzic podaje zadania do wykonania np.: Zrób tak, aby w pierwszej szarfie było mniej klocków niż w drugiej; Niech w pierwszej szarfie będzie o 1 klocek więcej niż w drugiej szarfie itd.

3.. Zabawa „Znam cyfry”. Rodzic rozkłada na stole kartoniki z cyframi od 1 do 6 w kilku egzemplarzach. Dziecko losuje sobie kartonik. W pokoju rozwieszone są kartki z numerami. Dziecko przemieszcza się między nimi. Na klaśnięcie zatrzymuje się obok kartki z taką samą cyfrą, jaka jest na ich kartoniku.

Rodzic pokazuje dziecku kartonik z cyfrą 0 ( poznanie obrazu graficznego cyfry 0).

4. Ćwiczenia gimnastyczne.

Pomoce: woreczek ( zwinięte skarpetki), bębenek.

- Ćwiczenie orientacyjno-porządkowe o charakterze ożywiającym. Dziecko biega po pokoju z woreczkiem w ręku. Na sygnał – 1 uderzenie w bębenek – zatrzymuje się, kładzie woreczek na głowie i wykonuje siad skrzyżny, trzymając plecy oraz głowę prosto, aby woreczek nie spadł na podłogę. Na 2 uderzenia w bębenek powoli wstaje, zdejmuje woreczek z głowy i znowu biega po pokoju.

- Ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko stoi w rozkroku, trzyma swój woreczek. Wykonuje skłon tułowia w przód i przekłada woreczek między rozstawionymi nogami w jedną i w drugą stronę. Prostuje się i unosi wysoko ręce z woreczkiem.

- Zabawa na czworakach „Taczka z towarem”. Dziecko-taczka wędruje po pokoju w podporze tyłem. Na brzuchu ma woreczek-towar. Na słowa rodzica: Towar na miejscu! dziecko zatrzymuje się. Kładzie woreczek na podłodze i wędruje dookoła niego na czworakach.

- Ćwiczenie tułowia – skręty i skłony. Dziecko stoi z lekko rozstawionymi nogami. Woreczek trzyma w prawej ręce. Wykonuje skręt tułowia w prawą stronę tak, by rzucić woreczek na podłogę z tyłu za sobą między rozstawionymi nogami. Wraca do stania przodem, wykonuje skłon tułowia w przód i zabiera woreczek z podłogi lewą ręką. Te same czynności skrętu i rzutu wykonuje w przeciwnym kierunku.

- Rzuty. Dziecko siedzi w siadzie skulnym. Woreczek łapie stopami. Na sygnał rodzica stara się rzucić go jak najdalej w przód. Kolejny sygnał to znak do powstania, zabrania woreczka i powrotu na swoje miejsce.

- Podskoki. Dziecko na sygnał rodzica rzuca lekko woreczek w przód. Na kolejny sygnał wykonuje skok obunóż do woreczka. Ćwiczenie rozwija skoczność.

- Ćwiczenie uspokajające. Marsz rytmiczny po okręgu z wysokim unoszeniem kolan. Dziecko, trzymając woreczek w obu dłoniach, dotyka nim na przemian prawego i lewego kolana.

**Dzieci starsze**

**,,Nowa Trampolina pięciolatka” część 4, strona 32, ćwiczenie 1**