**Piątek 29.05.2020r.**

**1.Ćwiczenia gimnastyczne.**

Dziecko maszeruje po okręgu. Przechodząc obok kosza, bierze piłkę. Maszerując dalej po okręgu, trzyma piłkę w obu rękach. Unosi ją i opuszcza.

-Zabawa o charakterze ożywiającym.

Dziecko biega po pokoju, podrzuca piłkę, odbija ją od podłogi w dowolny sposób. Na sygnał rodzica., np. gwizdek, zatrzymuje się, siada w siadzie skrzyżnym, piłkę kładzie na kolanach.

-Ćwiczenie dużych grup mięśniowych.

Dziecko pozostaje na swoim miejscu. Staje w lekkim rozkroku, piłkę trzyma w obu dłoniach. Wykonuje skłon tułowia w przód, dotyka piłką prawej stopy, potem lewej i prostuje się, wysoko unosząc piłkę nad głową

-Ćwiczenie mięśni brzucha.

Dziecko kładzie się na plecach. Piłkę wkłada między stopy, nogi lekko ugina w kolanach. Na „raz” unosi nogi z piłką, na „dwa” opuszcza je.

-Ćwiczenie tułowia – skręty.

Dziecko w parze z rodzicem stają tyłem do siebie. Odsuwają się na odległość małego kroku. Na umówiony sygnał rodzica wykonują skręt tułowia i dotykają się piłkami. To samo robią ze skrętem w przeciwnym kierunku. Każde uważa, by podczas wykonywania skrętu stopy nie odrywały się od podłogi.

-Ćwiczenie z elementami równowagi.

Dziecko stoi . Nogi ma złączone, piłkę trzyma w obu dłoniach. Na sygnał rodzica staje na jednej nodze, a drugą, ugiętą w kolanie, unosi w górę. Dotyka piłką kolana. To samo wykonuje ze zmianą nogi.

-Ćwiczenie uspokajające.

Dziecko maszeruje po okręgu. Wolno unosi wysoko ręce z piłką, robiąc wdech nosem, i opuszcza je, wydychając powietrze ustami.

2.Zabawa matematyczna „Kolorowe kształty”. Dziecko losuje z woreczka figurę geometryczną. Następnie opisuje ją, mówiąc o jej charakterystycznych cechach, np.: Wygląda jak spiczasty dach. Ma wszystkie boki równe. Rodzic odgaduje i podaje nazwę figury.

3.Ćwiczenie rozwijające spostrzegawczość wzrokową „Puzzle”. Rodzic przecina na 4–5 części obrazki przedstawiające zabawki. Dziecko układa i nazywa przedmiot.