JAK ZOSTAĆ SPORTOWCEM? – ZADANIA PORANNE I POPOŁUDNIOWE 4, 5 – LATKI

* **Co trzeba robić, żeby być sportowcem? – tworzenie mapy myśli, zgłaszanie pomysłów.**

Rodzic na dużym kartonie rysuje ludzika i podpisuje: SPORTOWIEC. Zadaje dziecku tytułowe pytanie i symbolicznie zapisuje odpowiedzi. Również dziecko może rysować proste rysunki. Dziecko wymienia znane dyscypliny sportowe. Podaje propozycje ćwiczeń i zabaw ruchowych. Dochodzi do wniosku, że ważny jest zdrowy i aktywny tryb życia: zdrowe odżywianie, ruch, przebywanie na świeżym powietrzu, odpoczynek oraz systematyczny trening. Rodzic zapisuje kilka propozycji zabaw ruchowych, które będą wykorzystane w ciągu tygodnia.

* **Sportowiec – rysowanie wybranej dyscypliny sportowej.**

Dziecko swobodnie wybiera dyscypliny sportowe, które chce narysować. Po skończeniu pracy może uzasadnić swój wybór i opowiedzieć o przedstawionej dyscyplinie.

* **Zielony żuczek – wysłuchanie wiersza i rozmowa na temat jego treści.**

Nauczyciel nawiązuje do zabawy ruchowej naśladującej latającego żuczka i czyta wiersz:

Zielony żuczek Chodził po łące zielony żuczek.

„Kiedy się wreszcie latać nauczę?

Powiedz mi, proszę, panno dziewanno,

Kiedy nad mgiełkę wzlecę poranną?”

Ale dziewanna, kąpiąc się w rosie,

Myślała tylko o własnym losie.

Więc poszedł dalej zielony żuczek.

„Kiedy się wreszcie latać nauczę?

Może mi zdradzą liliowe dzwonki,

Kiedy odlecę z pachnącej łąki?”

A liliowe dzwonki co siły Pszczołom na zbiórkę właśnie dzwoniły.

Pytał rumianku, pytał źdźbła trawy,

Lecz one miały ważniejsze sprawy.

Więc spytał żuczek srebrzystej rosy:

„Kiedy się wreszcie w górę uniosę?”

A kropla rosy, jak zwierciadełko,

Odbiła jedno, drugie skrzydełko.

Długo je z każdej oglądał strony

Bardzo zdziwiony żuczek zielony.

Wreszcie poruszył nimi nieśmiało I oto wszystko w dole zostało: Dziewanna, mięta, rumianek, dzwonki I srebrna rosa z pachnącej łąki.

Po wysłuchaniu wiersza dziecko stara się odpowiedzieć na pytania: Jak żuczek nauczył się latać? Czy kwiaty mu pomogły?. Następnie rodzic prowadzi do podsumowania: Żeby się czegoś nauczyć, trzeba po prostu próbować. 

* **Różne piłki – oglądanie zdjęć i ilustracji różnych piłek i dyscyplin sportowych, w których wykorzystuje się piłki.**

Dziecko ogląda zdjęcia, podaje nazwy dyscyplin sportowych, segreguje piłki ze względu na kolor, wielkość, liczbę uczestników (para, zespół) gry. Dziecko może nakleić wybraną piłkę na kartkę i dorysować scenkę sportową.

* **Żabki i bocian – zabawa ruchowa z piosenką, śpiewaną lub rytmicznie recytowaną.**

Dziecko uczy się tekstu, powtarzając słowa i naśladując ruchy rodzica. Żabki i bocian Stajemy wszyscy w kole,

Chwytamy się za ręce.

Skaczemy jak najwyżej,

Kucamy jak najprędzej.

Za ręce się łapiemy,

Jak żabki w przód skaczemy.

A teraz już kucamy,

Jak raki powracamy.

Języki wysuwamy I szybko je chowamy.

A teraz dla ochłody Liżemy zimne lody.

Stoimy na podłodze, Tylko na jednej nodze.

Podskok! Teraz nóg zmiana!

Ktoś przypomina bociana?

* **Kropkowe liczby – zabawa matematyczna.**

Rodzic rozkłada przed dzieckiem sześć kartoników liczbowych z kropkami narysowanymi w kolumnie. Zadaniem dziecka jest ułożyć słupki liczbowe od najmniejszego do największego. Następnie rodzic pokazuje kartoniki z kostkowym schematem tych samych liczb, a dziecko stara się dopasować je do poprzedniego ciągu. Dodatkowo, można dołożyć kartoniki z cyframi. Na koniec dziecko przelicza kartoniki.