

Poniedziałek 9.11.2020

Temat dnia: Bezpiecznie na rowerze

Rodzicu pomóż dziecku wypełnić zadania.

I

- Wykonaj z dzieckiem warzywa lub owoce z plasteliny, połów je przed dzieckiem, nazwij je i spróbuj podzielić wyrazy na sylaby np. mar-chew-ka, bu-ra-czek, grusz-ka itp.

II

- Pobaw się z dzieckiem zabawą rowerową i gimnastyką z misiem.
- Stańcie swobodnie na dywanie. Rodzic mówi, że w razem *wybierają się na wycieczkę rowerową: zakładają kask na głowę i ochraniacze na kolana oraz łokcie* (dziecko naśladuje ruchem mocowanie kasku i ochraniaczy). Następnie kładą się na plecach i *pedałują* (poruszają nogami – wykonują nimi koliste ruchy). *Dojeżdżają do parku, zdejmują kask i ochraniacze – podskakują, potem jadą do lasu, gdzie zbierają jagody, a następnie wracają do domu.* Za każdym razem, przed wyruszeniem w drogę, powtarzają gest zakładania kasku i ochraniaczy.

- Zabawa ruchowa *Gimnastyka z misiem.*
Miś dla rodzica i dziecka.
Dziecko i rodzic wykonują ze swoimi misiami następujące ćwiczenia:

- przycalają misie,
- w leżeniu na plecach, kładą misie na brzuchu i głęboko oddychają,
- lekko podrzucają misie i je łapią,
- czworakują z misiami na plecach,
- kołysz misia w lewo i w prawo,
- obracają się wokół własnej osi z misiem uniesionym nad głowę.
- Odnoszą misie na półkę

- Rozwiążcie razem zagadkę.

*By nim jeździć po podwórku,
musisz szybko pedałowac,
trzymać mocno kierownicę.
Głowę w kasku lepiej schowaj! (rower)*

- Przeczytaj dziecku opowiadanie *Rower*.

Olek był z siebie bardzo dumny. Udało mu się samodzielnie napompować tylne koło od roweru. Pomagał mu w tym tata, który bardzo lubił wycieczki rowerowe. Chłopiec nie mógł się doczekać wyjścia na podwórko.

– Synku, pomogę ci założyć kask i ochraniacze na kolana – powiedział tata.

– Nie chcę kasku, bo w nim wyglądam jak żółw! – powiedział Olek.

– Jak żółw? – zdziwił się tata.

– Tak. On ma skorupę na plecach, a ja na głowie.

– Kask chroni głowę przed uderzeniem. Każdy rowerzysta o tym wie.

– Nie chcę! W kasku jest mi gorąco.

– Zgoda, ale w takim razie ja nie wezmę swojego roweru, a ty będziesz jechał bardzo wolno tuż przy mnie.

– Dobrze, tatusiu.

Pogoda była piękna. Słońce ogrzewało piegowaty nosk Olka i promyczkiem wskazywało drogę przez park. Chłopiec jechał ostrożnie, a tata szedł tuż za nim. Nagle w oddali zobaczyli łaciatego kota. Stał na środku alejki i wpatrywał się w ptasie gniazdo na drzewie.

– Kot! – zawołał Olek i mocniej nacisnął pedały roweru.

– Nie tak szybko, synku – upomniął go tata.

– Kici, kici! – zawołał chłopiec i od tej pory liczyło się tylko jedno: dogonić kota! Kółka roweru kręciły się coraz szybciej i szybciej, a wiatr szumiał w uszach Olka.

– Stój! – krzyknął tata.

Olek nie posłuchał. Na zakręcie stracił równowagę i przewrócił się na asfaltowej alejce. Kierownica przekrzywiła się pod wpływem uderzenia. Chłopiec usiadł zaskoczony i dotknął swojego czoła.

– Boli! – krzyknął.

Tata pochylił się nad synkiem.

– Nabiłeś sobie guza, ale na szczęście głowa nie jest rozcięta.

Olek spojrzał na swoje zdarte kolano i na łokieć. Rany nie były duże, ale szczypały jak małe szczypawki.

Tata przytulił synka i powiedział:

– Obiecałeś jechać wolno. Gdybyś założył kask i ochraniacze, nic by cię teraz nie bolało. Wie o tym każdy rowerzysta – mały i duży.

– Ja też wiem... – szepnął chłopiec, ocierając splotającą po policzku łzę.

Wieczorem Olek pokazywał Adzie plastry z opatrunkiem na kolanie i na łokciu, a przede wszystkim fioletowego guza na czole.

– Pamiętaj, Ada, kiedy chcesz jeździć na rowerze, zawsze zakładaj ochraniacze i żółwia na głowę.

– Dobrze – odparła Ada.

„O co chodzi z tym żółwiem?” – zastanawiała się mama, ale miała nadzieję, że tata jej to później wytłumaczy.

- Zadaj dziecku pytania, postaraj się aby odpowiedziało poprawnie.

-Z czego Olek był bardzo dumny?

-Co jest potrzebne, aby bezpiecznie jeździć na rowerze?

-Z jakim zwierzęciem kojarzył się Olkowi kask? Dlaczego?

-Dlaczego Olek nabił sobie guza?

III

- Wybierz się na wycieczkę rowerową wraz z dzieckiem, zwróć uwagę na zachowanie wszystkich przepisów bezpieczeństwa w ruchu drogowym oraz na założenie kasku i ochraniaczy.

Wtorek 10.11.2020

Temat dnia: Jesteśmy Polką i Polakiem.

I

- Wy tłumacz dziecku dlaczego świętujemy dzień 11 listopada i czym jest dla nas Święto Niepodległości.

II

- Osluchajcie się z piosenką
https://www.youtube.com/watch?v=plug6OlrxRM&t=43s&ab_channel=Niezwyk%C5%82eLekcjeRytmiki
- Porozmawiaj z dzieckiem na temat piosenki , postarajcie się nauczyć refrenu metodą ze słuchu.
- Zadaj pytania:
 - jakiej narodowości jesteście
 - jakie główne miasta wymienione są w piosence
 - jak nazywa się stolica Polski
 - w jakim mieście mieszkamy

III

- Obejrzyj z dzieckiem film edukacyjny i naucz dziecko symboli narodowych
https://www.youtube.com/watch?v=xQk8p7XY23A&ab_channel=IPNtvPL

Czwartek 12.11.2020

Temat dnia: Mydło wszystko umyje.

I

- Zrób z dzieckiem chipsy jabłkowe
- Wykonanie jabłkowych chipsów.

Suszarka do grzybów i owoców, jabłka, deska do krojenia, nóż.

Dziecko wraz z rodzicem myje jabłka. Następnie rodzic kroje jabłka na cienkie plastry i wydrąży z nich środek. Dziecko układa jabłka w suszarce do grzybów. Rodzic odstawia suszarkę w bezpieczne miejsce i włącza ją na około 1–1,5 godziny. Po tym czasie Rodzic i dziecko wykładają chipsy owocowe na talerz i częstują się nimi, używając form grzecznościowych: *proszę, dziękuję*. Określają smak i zapach owoców. Rodzic zwraca uwagę na potrzebę jedzenia dużej ilości owoców i warzyw.

II

- Przeczytaj dziecku wiersz B. Szelańskiej *Dbajmy o zdrowie*

*Mama, tata, babcia, wujek...
Każdy ci to zgodnie powie:
czy to zima, czy też lato,
zawsze trzeba dbać o zdrowie!*

*Jeść warzywa i owoce,
o higienę także dbać!
Często się gimnastykować,
bo niezdrowo w miejscu stać!*

*I ubrania też są ważne:
źle się przegrzać, zmarznąć źle!
Zimą nośmy rękawiczki,
ale latem to już nie!*

*Nikt z nas nie lubi chorować,
więc nie dajmy się chorobie!
Ruch, higiena, sen potrzebny!
I to właśnie da nam zdrowie!*

- Porozmawiaj z dzieckiem na temat potrzeby dbania o zdrowie.

*W jaki sposób należy dbać o zdrowie?
–Kiedy należy nosić rękawiczki?
–Dlaczego jest ważne, abyśmy dużo się ruszali?
–Co powinniśmy jeść, aby być zdrowi?
–W jaki sposób powinniśmy dbać o nasze zęby?
–W jaki sposób trzeba dbać o higienę ciała*

III

- Przypomnijcie sobie piosenkę:

https://www.youtube.com/watch?v=plug6OlrRM&t=1s&ab_channel=Niezwyk%C5%82eLekcjeRytmiki

Piątek 13.11.2020

Temat dnia: Wiem jak dbać o zdrowie.

I

- Pobaw się z dzieckiem zabawą dydaktyczną *Dokończ zdanie*.

Zadaniem dziecka jest dokończyć zdania (z piosenek dotyczących dbania o zdrowie) tak, aby się one rymowały.

Wszyscy mamy dziarskie minki, bo zjadamy... (witaminki) (autor słów A. M. Grabowski)

Witaminki, witaminki dla chłopczyka i... (dziewczynki) (autor słów A. M. Grabowski)

Myję zęby, bo wiem dobrze o tym: kto ich nie myje, ten ma... (kłopoty) (autor słów E. Chotomska)

Bo to bardzo ważna rzecz, żeby zdrowe zęby... (mieć) (autor słów E. Chotomska)

Mydło wszystko umyje, nawet uszy i... (szyję) (autor słów E. Chotomska)

II

- Pobaw się z dzieckiem w quiz dydaktyczny *Prawda czy fałsz?*

Rodzik wymawia kolejne zdania. Zadaniem dziecka jest odpowiedzieć, czy są one prawdziwe (dobre/właściwe), czy fałszywe (niezgodne z tym, czego się nauczyły). Można poprosić dziecko o uzasadnienie swoich odpowiedzi lub dobrą radę, jeśli uważają, że zdanie mówi o niewłaściwym zachowaniu.

Myję zęby tylko wtedy, kiedy ma przyjść do mnie babcia.

Ubieram się odpowiednio do pogody.

Kiedy są ciekawe bajki, bardzo długo oglądam telewizję.

Nie uprawiam żadnego sportu, bo wolę jeść chipsy.

Jem warzywa i owoce.

Kąpię się tylko w sobotę.

- Przeczytaj dziecku wiersz M. Witewskiej *W owocach i warzywach zdrowie się ukrywa*.

Chomik Pucuś dba o zdrowie, teraz o tym wam opowie:

zjada jabłko i marchewkę, groszek, gruszkę, kalarepkę.

Bo w owocach i warzywach samo zdrowie się ukrywa.

Przed jedzeniem łąki myje,

szklankę mleka rano pije.

I dentyści się nie boi.

Nie ma czego, mili moi!

- Porozmawiaj z dzieckiem na podstawie wysłuchanego wiersza.

-Jak chomik Pucuś dba o zdrowie?

-Co robi chomik przed jedzeniem?

-Dlaczego Pucuś nie boi się dentysty?

- Jak wygląda taka wizyt

III

- Przygotuj wraz z dzieckiem ulubione warzywa i owoce, przypomnij o zadbanii o higienę i umycie rąk następnie wspólnie spożyjcie zdrowy posiłek.