***ZADANIA DO REALIZACJI NA DZIEŃ 29.04.2020***

***Zabawa poranna****muzyczna gimnastyka całego ciała****„Wartości rytmiczne W PODSKOKACH”***

**Link** do zabawy poniżej:

<https://www.youtube.com/watch?v=ZNYBvHTGP1U>

*Dzieci naśladują czynności wymienione w piosence. Miłej zabawy☺*

**Kochani rodzice Drogi przedszkolaku!**

**Nie wykonujcie wszystkich zadań na raz – rozłóżcie je sobie w czasie.**

**Róbcie przerwy.**

***Aktywność muzyczna - osłuchanie się linią melodyczną i słowami piosenki*** ***„Jestem Polakiem”***

**Link** do piosenki na kanale youtube poniżej

<https://www.youtube.com/watch?v=plug6OIrxRM>

**Tekst piosenki:**

Jesteśmy Polką i Polakiem  
Dziewczynką fajną i chłopakiem  
Kochamy Polskę z całych sił  
Chcemy byś również kochał ją i ty  
I ty  
  
Ciuchcia na dworcu czeka  
Dziś wszystkie dzieci pojadą nią by poznać kraj  
Ciuchcia pomknie daleko  
I przygód wiele na pewno w drodze spotka nas  
  
Jesteśmy Polką i Polakiem  
Dziewczynką fajną i chłopakiem  
Kochamy Polskę z całych sił  
Chcemy byś również kochał ją i ty  
I ty  
  
Pierwsze jest Zakopane  
Miejsce wspaniała  
Gdzie góry i górale są  
Kraków to miasto stare  
W nim piękny Wawel  
Obok Wawelu mieszkał smok  
  
Jesteśmy Polką i Polakiem  
Dziewczynką fajną i chłopakiem  
Kochamy Polskę z całych sił  
Chcemy byś również kochał ją i ty  
I ty  
  
Teraz to już Warszawa  
To ważna sprawa  
Bo tu stolica Polski jest  
Wisła, Pałac Kultury, Królewski Zamek  
I wiele innych, pięknych miejsc  
  
Jesteśmy Polką i Polakiem  
Dziewczynką fajną i chłopakiem  
Kochamy Polskę z całych sił  
Chcemy byś również kochał ją i ty  
I ty  
  
Toruń z daleka pachnie  
Bo słodki zapach pierników kusi mocno nas  
Podróż skończymy w Gdański  
Stąd szarym morzem można wyruszyć dalej w świat  
  
Jesteśmy Polką i Polakiem  
Dziewczynką fajną i chłopakiem  
Kochamy Polskę z całych sił  
Chcemy byś również kochał ją i ty  
I ty  
/2x

**POLSKA**



**Link Polskie stroje ludowe** <https://polalech.pl/>

**Aby przybliżyć dzieciom tematykę piosenki poniżej fotografie pięknych polskich miast wymienionych w piosence**

**ZAKOPANE**



**KRAKÓW**



**WARSZAWA**



**TORUŃ**



**GDAŃSK**



**Etapy zapoznania dziecka z treścią piosenki**

1. Pierwsze słuchanie – celem jest osłuchanie się z linią melodyczną i słowami piosenki
2. Drugie słuchanie( przed słuchaniem należy nakierować dziecko, aby zwróciło uwagę na słowa piosenki, o kim opowiada i jacy bohaterowie w niej występują).
3. Rozmowa z dzieckiem o czym była piosenka, wyjaśnienie dziecku niezrozumiałych treści (trudne dla dziecka wyrazy).
4. Udzielenie przez dziecko odpowiedzi na pytania: Kim była dziewczynka i chłopiec w piosence? Co kochali z całych sił? Czym zwiedzali nasz kraj ? Jakie miasta zwiedzali?
5. Próba powtarzania słów po rodzicu pierwszej zwrotki i refrenu.
6. Próba nauki na pamięć pierwszej zwrotki i refrenu.
7. Kiedy dziecko opanuje na pamięć pierwszą zwrotkę i refren możemy próbować śpiewać z linią melodyczną.

***Aktywność fizyczna***

**A teraz czas na trochę gimnastyki. Niech dziecko przebierze się w wygodny strój sportowy i troszkę poćwiczy wraz z rodzicami :)**

***Zestaw ćwiczeń gimnastycznych – kształtowanie sprawności fizycznej.***

***Zaczynamy!***

1. Marsz

2. Maluchy i starszaki - ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Na hasło "maluchy", dzieci poruszają się lekko na ugiętych kolanach z wyprostowanym tułowiem. Na hasło "starszaki" maszerują swobodnie unosząc wysoko kolana.

3. Chrabąszcz - zabawa z elementem czworakowania.

Dzieci spacerują na czworakach w dowolnych kierunkach. Na hasło "chrabąszcze" przechodzą do leżenia na plecach i w powietrzu przebierają nogami i rękami.

4. Zabawa z elementem skoku.

Z szarf, na środku pomieszczenia, rodzic formuje "kałużę". Dzieci podskakują w różnych kierunkach. Na hasło "hop" zatrzymują się "przed kałużą" i wskakują do niej.

5. Zabawa orientacyjno – porządkowa ''Zaczarowane zabawki''

Dzieci biegają w tempie podanym przez rodzica - klaszcząc. Na hasło: ZACZAROWANA GŁOWA dzieci stoją i poruszają głowami. Na hasło - ZACZAROWANE RĘCE - poruszają rękami, na hasło - ZACZAROWANE NOGI - poruszają nogami,

6. Ćwiczenie tułowia ''Chorągiewki'' do tego ćwiczenia dzieci mogą wykorzystać zrobione wcześniej flagi

Dzieci stoją w małym rozkroku z rękami szeroko rozłożonymi w bok. Wieje wiatr chorągiewki poruszają się - dzieci wykonują skręty tułowia w jedną i w drugą stronę.

7. Zabawa bieżna ''Samochody''

Bieg w jednym kierunku ze zmianą tempa: wolno – szybko – wolno – stop.

8.Zabawa z elementem podskoku ''Piłeczki''

Podskoki obunóż w miejscu i do przodu. Odpoczynek w siadzie

9. Zabawa z elementem czworakowania ''Pieski na spacerze''

Chód na czworakach w różnych kierunkach. Piesek prosi o kość - przysiad, ręce uniesione na wysokości klatki piersiowej.

10. Zabawa orientacyjno- porządkowa "Słońce i chmura"

Dzieci swobodnie biegają. Rodzic pokazuje żółty krążek – to słońce – dzieci cieszą się i podskakują do góry. Niebieski – to chmura – dzieci przykucają i pochylają głowy.

11. Ćwiczenie ramion i wyprostne "Zrywamy owoce"

Dzieci chodzą swobodnie unosząc raz jedną, raz drugą rękę swobodnie w górę – naśladują zrywanie owoców z drzew.

12. Ćwiczenie tułowia "Szukamy słoneczka"

Dzieci siedzą skrzyżnie, ramiona uniesione w górę. Obracają się w jedną i w drugą stronę, spoglądając w górę szukają słonka na niebie.

**POWODZENIA☺**