22.06.SOWY poniedziałek

**Wakacje**

Temat dzienny **– W górach**

**I**

1. Zabawa na powitanie „**Przywitamy się wesoło”**

<https://www.youtube.com/watch?v=dvSAoxWiVT4>

1. Zabawa taneczna przy piosence „**Jedzie pociąg**”

<https://www.youtube.com/watch?v=bF81AeC5tUc>

1. **Zestaw ćwiczeń porannych –** wykonujemy kilka powtórzeń zakręcenia kołem   
   i wykonywania ćwiczeń gimnastycznych.

<https://wordwall.net/pl/resource/893767/wychowanie-fizyczne/wf-online-w-domu-%c4%87wiczenia>

1. Przypomnienie o konieczności mycia i dezynfekcji rąk <https://www.youtube.com/watch?v=QT-2bnINDx4>

**II**

1. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych:

1) „Leżenie na piasku” – zabawa przy piosence „Na plaży” M. Jeżowskiej według pomysłu dziecka lub rodzica. <https://www.youtube.com/watch?v=k-AOW_76luU>

2) „Plażowanie” – dziecko stawia bosą stopę na woreczku gimnastycznym lub chusteczce. Na dany sygnał podnosi chustkę samą stopą. Następnie przekładają palcami prawej stopy woreczek leżący przy lewej stopie i na odwrót.

3) „Orzeźwienie” – w zabawie wykorzystujemy pustą butelkę plastikową.

Dziecko w siadzie klęcznym kładzie butelkę przed kolanami, dłonie na butelce – odsuwają butelki szybkim ruchem w przód i przysuwają do kolan. Potem w leżeniu przodem zgina ręce w łokciach, dłonie trzymają na ziemi przy barkach, butelkę stawiają w małej odległości od twarzy. Robi głęboki wdech nosem i silny wydech ustami w stronę butelki. Powtarza ćwiczenie kilkakrotnie, starając się silnym wydechem przewrócić butelkę. Następnie w leżeniu przodem trzyma butelkę w jednej ręce i przekazują ją ruchem okrężnym z ręki do ręki przed twarzą i za plecami w jednym i w drugim kierunku (ręce cały czas proste w łokciach). Na koniec w leżeniu tyłem trzyma oburącz butelkę za głową. Butelka leży poziomo. Podnosi nogi i ręce i stara się dotknąć stopami butelki, po czym wraca do pozycji wyjściowej.

4)„Przeciąganie liny” – dziecko w parze z rodzicem lub rodzeństwem bawi się w przeciąganie liny. Wygrywa ta osoba,, który przeciągnie środek liny na swoją połowę. 5) „Pokrzywa” – dzieci podaje rzucając piłkę w parze z rodzicem. Gdy dziecko usłysz hasło: POKRZYWA nie chwyta piłki.(zabawę powtarzamy kilkakrotnie).

6) „Rajd rowerowy” – dziecko kładzie się na plecach i naśladuje jazdę rowerem do słów rymowanki:

***Jedzie rowerek na spacerek, jaki z tyłu ma numerek.***

Następnie wjeżdża pod górkę – zwalnia,

zjeżdża z górki – przyśpiesza,

jadzie po prostej – bardzo szybko.

1. „**Góry to…”** – zabawa w skojarzenia.

Pytania do zabawy”

- Kto z was był w górach?

- Jak się nazywają góry w Polsce?

- Jak wyglądają góry?

- Czym się od siebie różnią?

- Co można robić w górach?

- Jakie zwierzęta i rośliny można spotkać w górach?

- Jak powinniśmy się zachowywać na szlaku turystycznym?. Pomagamy dziecku zlokalizować na mapie **Góry Świętokrzyskie**, **Karpaty**, **Sudety**.

Omówienie krajobrazu górskiego



1. **„Góry, nasze góry”** – słuchanie wiersza, wytłumaczenie pojęć:

**hale –** obszar położony w **górach** nadający się do wypasu i należący do jednego właściciela lub grupy właścicieli, często też od nazwiska właściciela brała swoją nazwę, np. **Hala** Goryczkowa, **Hala** Gąsienicowa, **Hala** Skupniowa.

**baca –** to u górali polskich: starszy pasterz owiec, zwierzchnik [juhasów](https://dobryslownik.pl/slowo/juhas/19145/#znaczenie-28244) dozorujących stada owiec

**juhas –** młodszy pomocnik bacy podczas wypasu owiec. Termin ten występuje na terenie Tatr i Beskidów. Baca zazwyczaj szukał juhasów poprzez rodzinę, znajomych i zawierał z nimi umowę zwaną zjednaniem lub pojednaniem. Słowo pochodzi z języka węgierskiego juhász – owczarz.

Rodzic odczytuje wiersz**: „Góry, nasze góry”** Janina Porazińska

Góry, nasze góry. Hale, nasze hale.

Kto was zna tak dobrze, jako my, górale.

Góry, nasze góry. Wy, wysokie szczyty.

Kto was przewędrował? Góral rodowity.

Pytania do wiersza:

- Kto to jest góral?

- Gdzie według wiersza góral wypasa owce?,

- Co to są hale?,

- Jak nazywa się góral, który zajmuje się wypasem owiec na halach?

Układanie z Alfabetu ruchomego wyrazów:

**juhas baca owca Tatry hale**

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

1. „**W górach**” – zapoznanie dzieci z nazwą najwyższych polskich gór i ich szczytami.



**TATRY**

Oglądanie prezentacji, filmików o góralskiej kulturze:

<https://www.youtube.com/watch?v=UXazhLkg7fk> <https://www.youtube.com/watch?v=oGjfOzvojwg>

<https://www.youtube.com/watch?v=RYVxmmCK5Eg>

1. Zabawa ruchowa przy piosence „**W góry**” <https://www.youtube.com/watch?v=yUgabymOAKM>
2. **Bezpieczeństwo w górach!!!** – prezentacja dla dzieci

<https://www.youtube.com/watch?v=wS4SRvkvLio>

Omówienie z dzieckiem zasad zachowania się w górach – dziecko może wykonać rysunek.

1. „**Na górskim szlaku**” – <https://www.youtube.com/watch?v=ppRCc53tbUM> słuchanie muzyki góralskie.
2. „**Górski pejzaż**” – praca plastyczna, malowanie farbami górskiego pejzażu.
3. **Praca w ćwiczeniach cz.4, str.43a** – wycinanie dwustronnych puzzli, układanie wybranego obrazka, naklejanie go na kartce.
4. **Wykonanie laurki dla taty** <https://www.youtube.com/watch?v=rMfi-9QZ_CA>

**III**

1. Ćwiczenia relaksacyjna przy muzyce

<https://www.youtube.com/watch?v=no8-RQTyzH4>

1. Nauka wiersza na Dzień Ojca!!!

**Tatusiowi Drogiemu**

**Zawsze uśmiechniętemu**

**Dużo życzę radości**

**I dni pełnych miłości**

**W życiu samych przyjemności,**

**w duszy niechaj spokój gości.**

1. „**Taniec zbójnicki**” – zabawa ruchowo – taneczna do utworu muzycznego

<https://www.youtube.com/watch?v=F_BDLYAfg7w>

<https://www.youtube.com/watch?v=vPa6VRUWTOk>

1. Zadania dodatkowe dla chętnych dzieci:





