

Opracowanie:
Aneta Muszyńska
Jolanta Chwastek-Jakima

PROPOZYCJE ĆWICZEŃ W FORMIE ZABAWY –

SPOTKANIE 6

▪ Ćwiczenia „buzi”.

Siadamy przed lustrem. Mama/Tata opowiada historyjkę i pokazuje zawarte w niej ćwiczenia a dziecko je powtarza.

Był wiosenny dzień. Słońce mocno grzało **(unieś czubek języka do podniebienia przy uchylonych ustach i kręć nim)**. Języczek-Podróżniczek z mamą i tatą postanowili zrobić porządki w swoim ogrodzie. Tata wziął łopatę i zaczął kopać grządki **(dotykaj czubkiem języka do górnej i dolnej wargi przy otwartych ustach)**, a mama grabiami wyrównywała ziemię **(przesuwaj czubek języka po podniebieniu od górnych zębów w stronę gardła przy otwartych ustach)**. Potem zrobiła dołki w ziemi **(kręć czubkiem języka za dolnymi zębami)** i Języczek zaczął wrzucać nasiona kwiatów i warzyw **(dotykaj czubkiem języka kolejno dolnych zębów)**. Mamusia znowu zagrabiła ziemię **(przesuwaj czubek języka po podniebieniu od górnych zębów w stronę gardła przy otwartych ustach)**. Potem Języczek ostrożnie podlał grządki konewką **(przesuwaj język z jednego kącika warg do drugiego przy otwartych ustach)**. Wszyscy byli zmęczeni ale zadowoleni ze swojej pracy **(rozciągnij wargi w szerokim uśmiechu)**.

▪ Zagadki – Zgadnij, co to?

Mama/Tata mówi zagadkę, dziecko odgaduje:

Są w nim grządki i rabatki.

Posiejemy na nich kwiatki,

to znów marchew, groch, cebule,

a wśród drzewek staną ule. /ogródek/

Na patyku zębów rząddek,

znają je na pewno dzieci.

Służą do równania grządek

i do uprzątnięcia śmieci. /grabie/

Mam długą szyję,

mam też ucho.

Podlewam kwiaty,

kiedy jest sucho. /konewka/

▪ **Wspólne opowiadanie obrazka**

Dziecko ogląda obrazek (załącznik 1) i opowiada go pełnymi zdaniami.

Mama/Tata uzupełnia wypowiedzi dziecka zadając pytania:

- ✓ Jaka jest pora roku?
- ✓ Czy ktoś z Was ma ogródek?
- ✓ Jakie prace w ogrodzie wykonuje się na wiosnę?
- ✓ Co można zasiać w ogrodzie wiosną?

▪ **Mamo/Tato pobaw się ze mną – Robimy grządki**

Mama/Tata rozkłada na podłodze szarfy (sznurek, wstążki). Zadaniem dziecka jest "wyznaczyć grządki", czyli wolno chodzić po szarfach dosuwając jedną stopę do drugiej.

▪ **Zabawa ruchowa ze śpiewem – W naszym ogródeczku**

Mama/Tata śpiewa piosenkę, a dziecko pokazuje zawarte w treści czynności:

W naszym ogródeczku zrobimy porządki /x3/.

Przegrabimy ścieżki, przekopimy grządki /x2/

raz, dwa, trzy (dzieci klaszczą).

Potem w miękką ziemię wsiejemy nasionka, /x3/

będą się wygrzewać na wiosennym słońcu /x2/

raz, dwa, trzy (dzieci klaszczą).

Przyjdzie ciepły deszczyk i wszystko odmieni, /x3/

w naszym ogródeczku grządki zazieleni /x2/

raz, dwa, trzy (dzieci klaszczą).

<https://www.youtube.com/watch?v=fdhmWn8bi7o>

▪ **Moje rączki pracują**

Dziecko siedzi przy stoliku i wykonuje prace. Mama/Tata siedzi obok, obserwuje i zachęca.

Obrazek (załącznik 2) – Znajdź w każdym rzędzie dwa jednakowe przedmioty i pokoloruj je.

Obrazek (załącznik 3) – Dorysuj brakujące elementy tak, by obrazki były jednakowe.

▪ **Masażyk – wspólna zabawa Mama, Tata, Dziecko: „Rolnik”**

Rolnik

Bolesław Kołodziejski

Wyobraź sobie,
że twoje plecy to pole.
Była zima,
a pole spało pod ciepłą kołderką śniegu.
Potem zaczęło przygrzewać wiosenne słońce.
Śnieg topił się,
promienie słońca grzały coraz mocniej.
Przyszła wiosna i pewnego dnia
na pole przyjechał rolnik.
Obszedł całe pole dookoła.
Wziął pług i dokładnie zorał ziemię.
Potem zabronował bruzdy.
Na koniec wziął ziarno i zaczął siać...
Kiedy całe pole było obsiane,
zmęczony pojechał do domu.
Wieczorem, kiedy zapadł zmierzch,
na pole spadł drobny deszczyk.
Najpierw lekkie i delikatne,
pojedynczymi kroplami spadał
na wyschniętą ziemię.
Później stawał się coraz mocniejszy
i mocniejszy, aż przerodził się w ulewę,
która do rana dobrze zmoczyła ziemię.

Dziecko leży na brzuchu.

Głaszczemy je po plecach,

kładziemy na nich dłonie wewnętrzną stroną, jedną przy drugiej,
i masujemy ruchem okrężnym.

Kreślimy na plecach linie dwoma palcami,

kręcimy po nich palcami jednej dłoni – wskazującym i środkowym – wokół;

ciągniemy po plecach opuszkami palców w poprzek, zaczynając od góry;

„grabimy” plecy rozstawionymi palcami – od barków do pośladków,

delikatnie opukujemy opuszkami palców.

Przesuwamy dwoma palcami wzdłuż kręgosłupa,

kładziemy dłonie na plecach obok siebie,

opukujemy je opuszkami palców,

stopniowo z wycuciem, zwiększając nacisk i tempo...

52

Wodzimy palcami po plecach ruchem okrężnym
– w dowolnej ich części.

Poszczypujemy dziecko w plecy – ich dolną część,

powoli wodzimy po nich opuszkami
rozstawionych palców, z dołu do góry.

Głaszczemy dziecko po plecach,

Kreślimy na nich linię dwoma palcami,

kręcimy palcami ruchem okrężnym.

Z wycuciem wodzimy dłońią
po całej długości pleców ruchem wahadłowym,

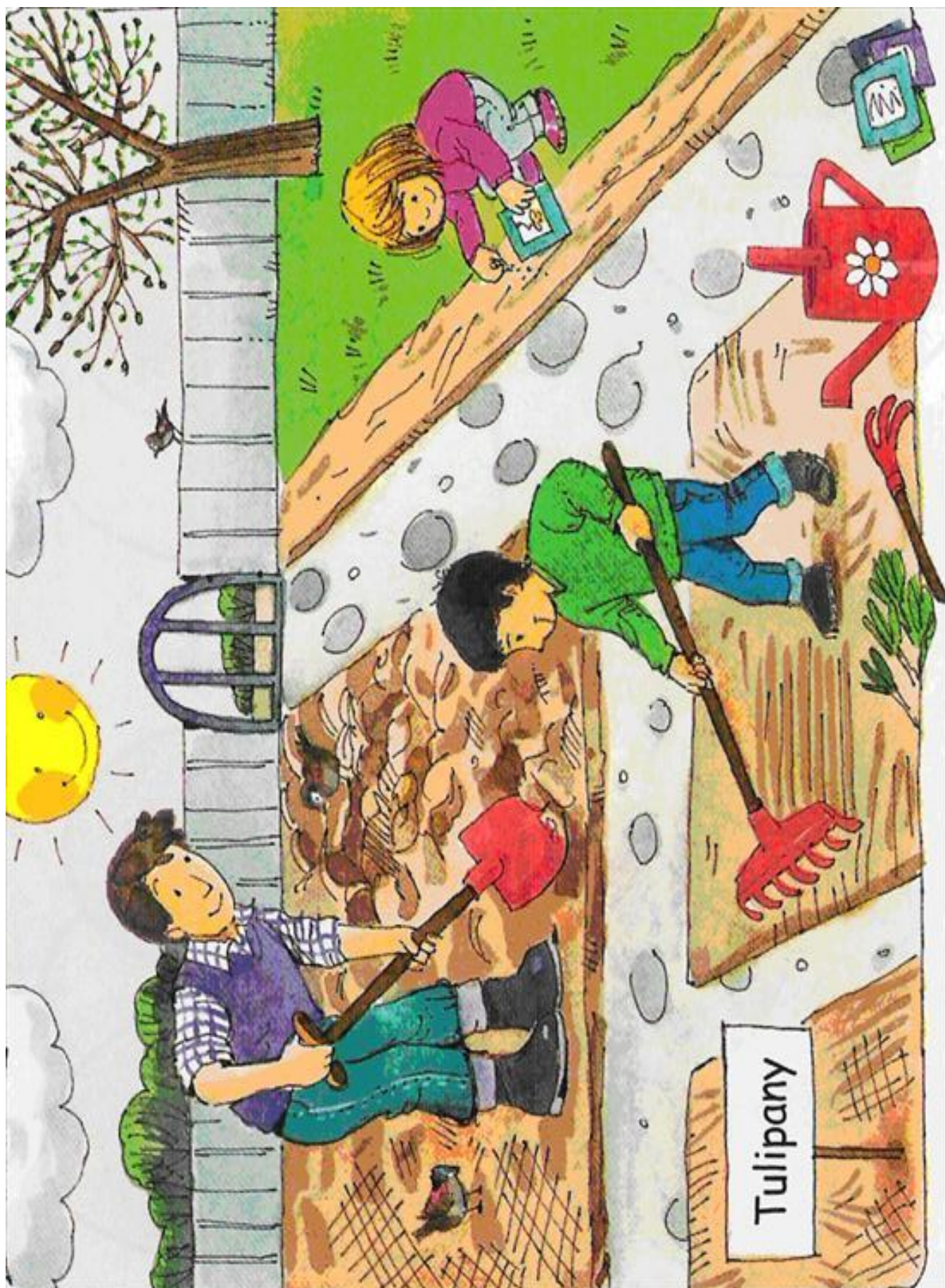
głaszczemy je ruchem zagarniającym.

Kreśląc na plecach dwoma palcami linie,

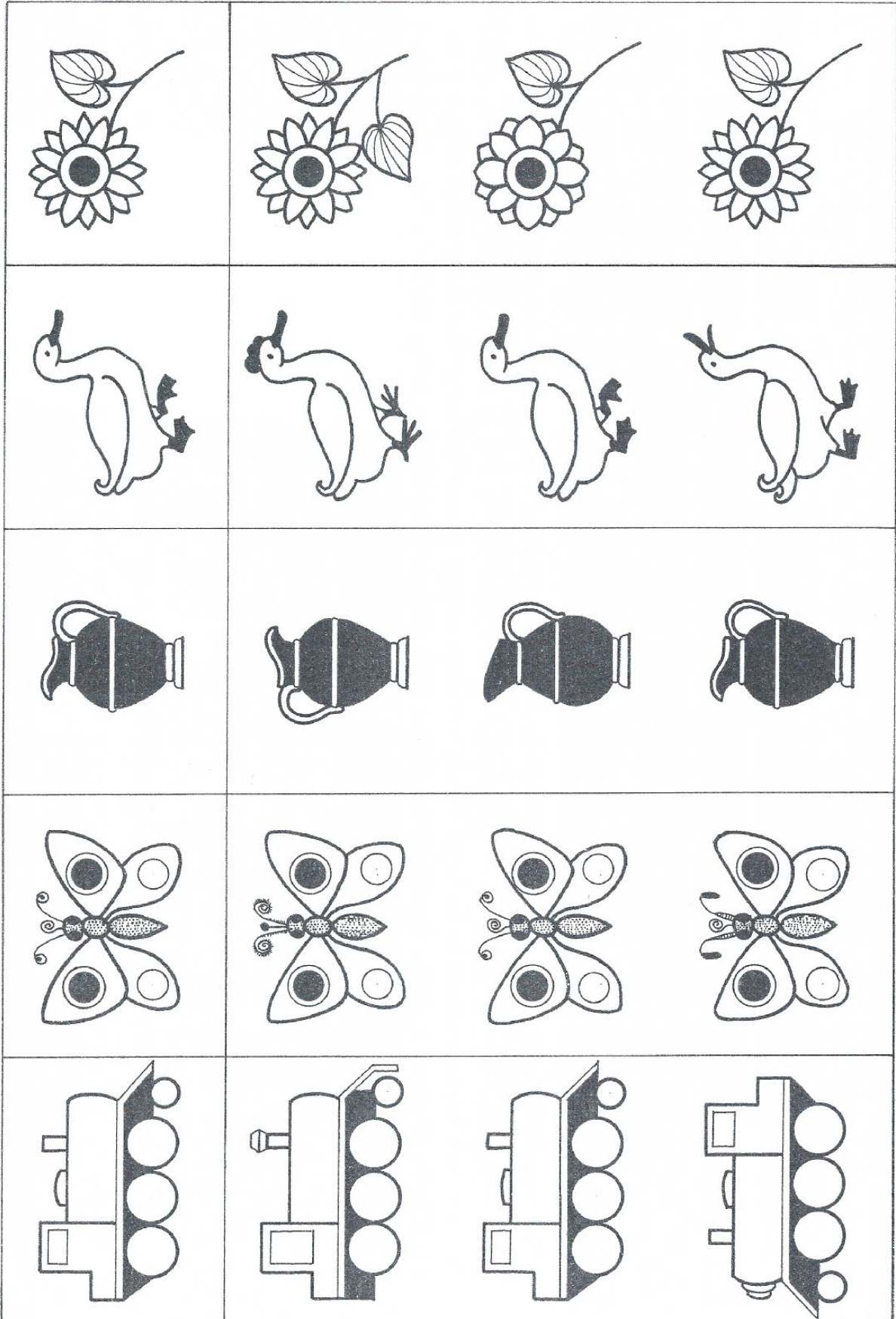
głaszczemy dziecko coraz wolniej...

Rano zaś,
kiedy pierwsze promyki słońca
pojawiały się za chmurami,
z zasianych nasion
powoli zaczęły wyrastać kielki.
Pięły się do góry, do wiosennego słońca.
Miały dużo wody i światła, więc szybko rosły
i po kilku dniach całe pole było już zielone.
Minęła wiosna, zaczęło się upalne lato,
a na polu szumiały łany pięknego,
dorodnego zboża.
Pewnego dnia przyjechał rolnik.
Zobaczył, że zboże już dojrzało,
wziął kosę i zaczął je kosić.
Kiedy już wszystko skosił,
zebrał żółte zboże w snopki,
a snopki załadował na wóz.
Tak objuczony pojechał powoli do domu.
Na polu pozostało ciche ściernisko,
w którym świerszcze grały już
pierwsze jesienne melodie.
Ziemia odpoczywała po skwarnej lecie
i czekała na śnieg,
który przykryje ją śnieżną kołderką
i pozwoli w spokoju i ciszy zasnąć na całą zimę.
I spać, spać... aż do następnej wiosny.

Załącznik 1



Załącznik 2



Załącznik 3

