Czwartek, 16.12.21r.

**Temat: W oczekiwaniu na święta.**

1. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych.

„W drodze po choinkę” – zabawa orientacyjno-porządkowa. Dziecko udaje, że idzie po choinkę na plac choinkowy – chodzi w różnych kierunkach po całej sali. Na polecenie rodzica dziecko ma się poruszać w utrudnionych warunkach: po śliskiej drodze, w głębokim śniegu, przy silnym wietrze, przeskakując zaspy śnieżne.

„Najwyższe drzewko” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Na „placu choinkowym” dziecko wybiera najwyższą choinkę. Z przysiadu podpartego powoli przechodzi do pozycji wyprostowanej, unosząc ramiona, sięgając wysoko do góry, wspinając się na palce. Ćwiczenie należy powtórzyć wielokrotnie.

„Obcinamy gałązki” – ćwiczenie mięśni tułowia – skłony w przód. Dziecko bawi się w osadzanie choinki w stojaku. Musi obciąć niepotrzebne gałązki. Dziecko stoi w pozycji wyprostowanej, ma złączone dłonie, palce prawej i lewej ręki są splecione ze sobą. Wykonuje skłony do przodu z jednoczesnym zamachem ramion – naśladują obcinanie gałązek siekierką. Z każdym razem następuje skłon, a potem wyprost. Ćwiczenie należy powtórzyć wielokrotnie.

„Ubieramy choinkę” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko udaje, że ubiera choinkę. W przysiadzie podpartym wyciąga jedną rękę do przodu – sięgając po bombkę, następnie wstaje i wyciąga się wysoko do góry – próbując zawiesić ozdoby na najwyższej gałązce. Ćwiczenie należy powtórzyć wielokrotnie.

1. „Co ukryło się w worku?” – zabawa sensoryczna. Dziecko rozpoznaje dotykiem różne zabawki i przedmioty ukryte w worku. Za każdym razem zanim wyjmie przedmiot, opisuje jego cechy, np. to jest zimne i długie – „łyżka”.
2. „Dziadzio Mikołaj” – słuchanie piosenki czytanej przez rodzica, ilustrowanie piosenki ruchem i rozmowa na jej temat. Rodzic pyta: *Kto wędrował lasem? Gdzie zaglądał Dziadzio Mikołaj? Kogo wypatrywał? Co będzie, gdy Mikołaj już przyjdzie?* (tekst znajduje się poniżej)
3. Praca plastyczna. Mikołaj wykonany z rolki po papierze toaletowym. (Wzór znajduje się poniżej).

|  |  |
| --- | --- |
| Dziadzio Mikołaj lasem wędruje,  w okna zagląda i nasłuchuje.    Gwiazdką w okna świeci,  gdzie są grzeczne dzieci?  Gwiazdką w okna świeci,  gdzie są grzeczne dzieci?  O każdym grzecznym dziecku pamięta,  stary dziadunio – Mikołaj Święty.  Co za radość będzie,  gdy do nas przybędzie!  Co za radość będzie,  gdy do nas przybędzie! | Dzieci głaszczą się po brodzie,  maszerują w miejscu.  Robią daszek nad oczami – „zaglądanie”, a następnie dotykają dłonią do ucha – „nasłuchiwanie”.  Podnoszą ręce w górę i „wkręcają żarówki”. Rozkładają ręce i kilkakrotnie nimi potrząsają.  Głaszczą po głowie osobę stojącą obok. Rysują aureolę nad głową.  Sześć razy klaszczą w dłonie do rytmu. Sześć razy naprzemiennie tupią do rytmu. |

