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.  |

