

Temat tygodnia: Wrażenia i uczucia

Poniedziałek – temat dnia: Co ja czuję?

1. „Na powitanie wszyscy razem” (piosenka dostępna na chomikuj.pl i w plikach grupy)

Na powitanie wszyscy razem:

Hip, hip, hura! /x3

Z całego serca, pełnym gazem:

Witamy Was! /x3

2. Praca techniczna – ozdabianie dostępnymi materiałami szablonów myszki, kotka, pieska, prosiaczka, misia. (szablony poniżej) – wycięte i ozdobione szablony przyklejamy do patyczków i w ten sposób tworzymy kukielki (które wykorzystamy w późniejszym czasie).

3. Zabawy rozwijające sprawność fizyczną

– „Pszczoły zbierają nektar” – zabawa z elementem równowagi. Dziecko to pszczołka, której zadaniem jest zebranie nektaru z kwiatów. Dziecko swobodnie biega przy dowolnej skocznej muzyce, podczas przerwy w muzyce staje na kwiatku – kolorowym krążku na jednej nodze.

– „Przejdźcie po linie” – zabawa z elementem równowagi. Dziecko przechodzi po linie (można skorzystać ze sznura, kabla, węża ogrodowego), w razie potrzeby rodzic wspiera dziecko trzymaniem za rękę.

– „Popatrzyj w lusterko” – ćwiczenie mięśni grzbietu. Dziecko leży na brzuchu, ręce ma wyciągnięte do przodu, trzyma krążek (może być nieduża książka lub inny przedmiot) oburącz. Na hasło: *Przejrzyj się w lusterku* unosi ręce i przegląda się w krążku jak w lusterku. Ręce nie mogą dotykać podłoża, dziecko nie może się podpierać na łokciach. Dziecko wykonuje ćwiczenie kilka razy, odpoczywając między kolejnymi powtórzeniami.

– „Balonik” – ćwiczenie oddechowe, wydłużanie fazy wydechowej. Dziecko siedzi w siadzie skrzyżnym, wdycha powietrze nosem, trzyma dłonie przy ustach i naśladuje nadmuchiwanie balonika – robi długi wydech. Następnie naśladuje spuszczenie powietrza z balonika: robi wdech nosem, potem długi wydech, podczas którego wprawia wargi w drgania.

– „Chusteczka – maseczka” – ćwiczenie oddechowe, wydłużanie fazy wydechowej.

Dziecko siedzi w siadzie skrzyżnym, w dłoniach trzyma chusteczkę higieniczną. Trzymając chusteczkę za jej górne rogi, zasłania nią twarz, robi wdech nosem, a potem długi wydech ustami tak, aby chusteczka odsłoniła twarz dziecka.

4. „Co się wydarzyło w Pluszatkowie” – doskonalenie umiejętności słuchania i rozumienia tekstu opowiadania. Rodzic opowiada dziecku historię na podstawie tekstu M. Rosińskiej, animując odpowiednio przygotowanymi wcześniej kukielkami.

W Pluszatkowie różnie bywa. Raz jest smutno, a raz wesoło. Czasem panuje zgoda, a czasem wybuchają kłótnie. Pewnego razu przeżyły pluszotka bardzo dziwny dzień. Miały już wtedy pobudowane swoje domki i właśnie się w nich urządzały. Tylko Mucha, która nie mogła się jakoś zdecydować, gdzie sobie postawić domek, fruwała niespokojnie nad Pluszatkowem, napełniając całą osadę dokuczliwym bzykaniem.

Wyszła przed domek Myszka. A Mucha, która w tej chwili przelatywała nad jej domkiem, sfrunęła błyskawicznie w dół i ugryzła Myszkę w nosek.

– Ojej! – pisnęła Myszka i umilkła, bo właśnie stanął przed nią Kot.

– Zabrakło mi kretoniku na firaneczki do kuchni, a ty masz tyle różnokolorowych szmatek. Czy mogłabyś dać mi którąś? – zapytał.

– Nie mam żadnych szmatek! – rozzłościła się Myszka. A rozzłościła się dlatego, że ją Mucha ugryzła w nosek.

Wraca Kot do domu, a tu już przed progiem czeka Pies.

– Przybijałem właśnie półkę – mówi – i zabrakło mi gwoździ. Zdaje się, że ty masz ich jeszcze sporo. Czy mógłbyś mi

dać chociaż dwa?

– Nie mam już gwoździ – burknął Kot i wszedł do domku. A burknął, bo był zły, że mu Myszka nie dała kretoniku. Wraca Pies do domu, a tu już przed domem czeka Prosiaczek.

– Piec w mojej kuchni dymi – pokwikuje płaczliwie – gdybyś mi dał trochę gliny, może bym sobie jakoś poradził.

– Nie mam gliny – warknął pies. A warknął tak, bo był zły, że mu Kot nie dał gwoździ.

Wraca Prosiaczek do siebie, a tu przed progiem czeka Miś.

– Zabrakło mi siana do wypchania poduszki – mówi. – Czy nie została ci przypadkiem zbyt duża garstka?

– Ani żdźbło nie zostało! – fuknął prosiaczek. A fuknął tak, bo był zły, że mu Pies nie dał gliny.

Wrócił Miś do siebie, usiadł z ponurą miną na progu. A księżyc, wycięty ze srebrnego pluszu i zawieszony nad Pluszatkowem na błękitnej nitce, odwrócił się teraz bokiem i wyglądał jak bardzo cienki rogalik.

Minęło pół godziny, a potem godzina i Myszkę przestał boleć nos. I zaraz sobie zaśpiewała piosenkę: – Tralala-tralala-tralala!

Była to bardzo ładna piosenka i jak się ją śpiewało, nie można było się już złościć. Spojrzała Myszka na stół. A tam leżały kolorowe kretoniki.

„O! Ten zielony w białe groszki będzie w sam raz dla Kotka – pomyślała – zaraz mu go zaniosę. Na pewno się ucieszy.”

– Patrz, co znalazłam jeszcze wśród swoich szmatek – uśmiechnęła się. – Ten wzór nadaje się do okien w twojej kuchence. Chcesz, to zaraz spróbujemy, jak to będzie wyglądało? – i raz dwa zrobiła Kotkowi firaneczki.

Myszka poszła do domu. Siedzi Kot w kuchni, patrzy na okno, na firanki. A właśnie obok okna wisiała półeczka.

„Ach, prawda – przypomniał sobie – przecież Pies nie może przybić półki, bo nie ma gwoździ. Dlaczego mu ich nie dałem? Mnie już są niepotrzebne”. I prędko zaniósł Psu całą paczkę gwoździ.

– Przynoszę wszystkie – powiedział – wybierz sobie, jakie ci są potrzebne, i weź parę na zapas. W gospodarstwie zawsze się przydadzą.

Przybił Pies półkę nad kuchnią, ustawił na niej garnki i talerze.

„Ach! – przypomniał sobie. – Przecież u Prosiaczka piec dymi! Może biedak nawet obiadu nie mógł ugotować? A ja mu nie dałem gliny. Ładny ze mnie sąsiad!” I zaraz pobiegł do Prosiaczka z dużą bryłą gliny.

– Pokaż no ten piec! – zawołał od progu. – Aha, aha... – mówił, oglądając dokładnie. – Już widzę, co tu trzeba zrobić. Zaraz ci pomogę, to będzie prędzej. Przestał piec dymić i Prosiaczek ugotował kolację. No, teraz jeść i spać.

I nagle przypomniał sobie Misia. Przecież Misiowi zabrakło siana do poduszki!

– Ach! – krzyknął Prosiaczek. – Wart jestem, żeby mi natrzeć uszu!

Zostawił kolację na stole. Pobiegł do komórki, chwycił wiązkę siana i popędził, aż się za nim kurzyło.

– Misiu! – mówi już w progu ze skrucą. – Misiu, nie gniewaj się! Nie wiem, co mi się stało, że ci tego siana nie dałem. Ufff! – tak się zasapałem... Ale to nic. Zaraz pomogę ci wypchać poduszkę! A gdy pachnąca sianem poducha leżała na tapczanie, Prosiaczek powiedział jeszcze:

– Nie gniewasz się już na mnie, Misiu?

– Ależ skąd! – zapewnił Miś, ściskając serdecznie Prosiaczka.

I zaraz zrobiło się wesoło w całym Pluszatkowie. A księżyc wycięty ze srebrnego pluszu i zawieszony nad Pluszatkowem na błękitnej nitce, zwrócił się znowu przodem do Pluszatkowa i wyglądał teraz jak okrągła, pyzata bułeczka.

Pytania do tekstu: *Kto mieszkał w Pluszatkowie?; Co robiły pluszaki w swoim miasteczku?; Jaka przygoda spotkała Myszkę?; Czego potrzebował Kot, Pies, Prosiaczek, Miś?; Kogo zwierzęta poprosiły o pomoc?; Jaka atmosfera panowała w Pluszatkowie?; Komu pomogła Myszka, komu pomógł Kot, Pies, Prosiaczek?; Z jakiego powodu księżyc obrócił się znowu do Pluszatkowa?.*

5. Prawda/fałsz.

Dzieci nakładają na dłonie wykonane wcześniej kartki z emotikonkami (dostępne poniżej). N. mówi zdania. Jeśli zdanie jest prawdziwe, dzieci podnoszą dłoń z buźką uśmiechniętą J, jeśli fałszywe – ze smutną L.

Przykłady zdań (dotyczących opowiadania):

Miasteczko Myszek, Kota, Psa, Prosiaczka i Misia nazywa się Pluszatkowo.

W Pluszatkowie głośno bzycała pszczoła.

Mucha ugryzła Myszkę w nos.

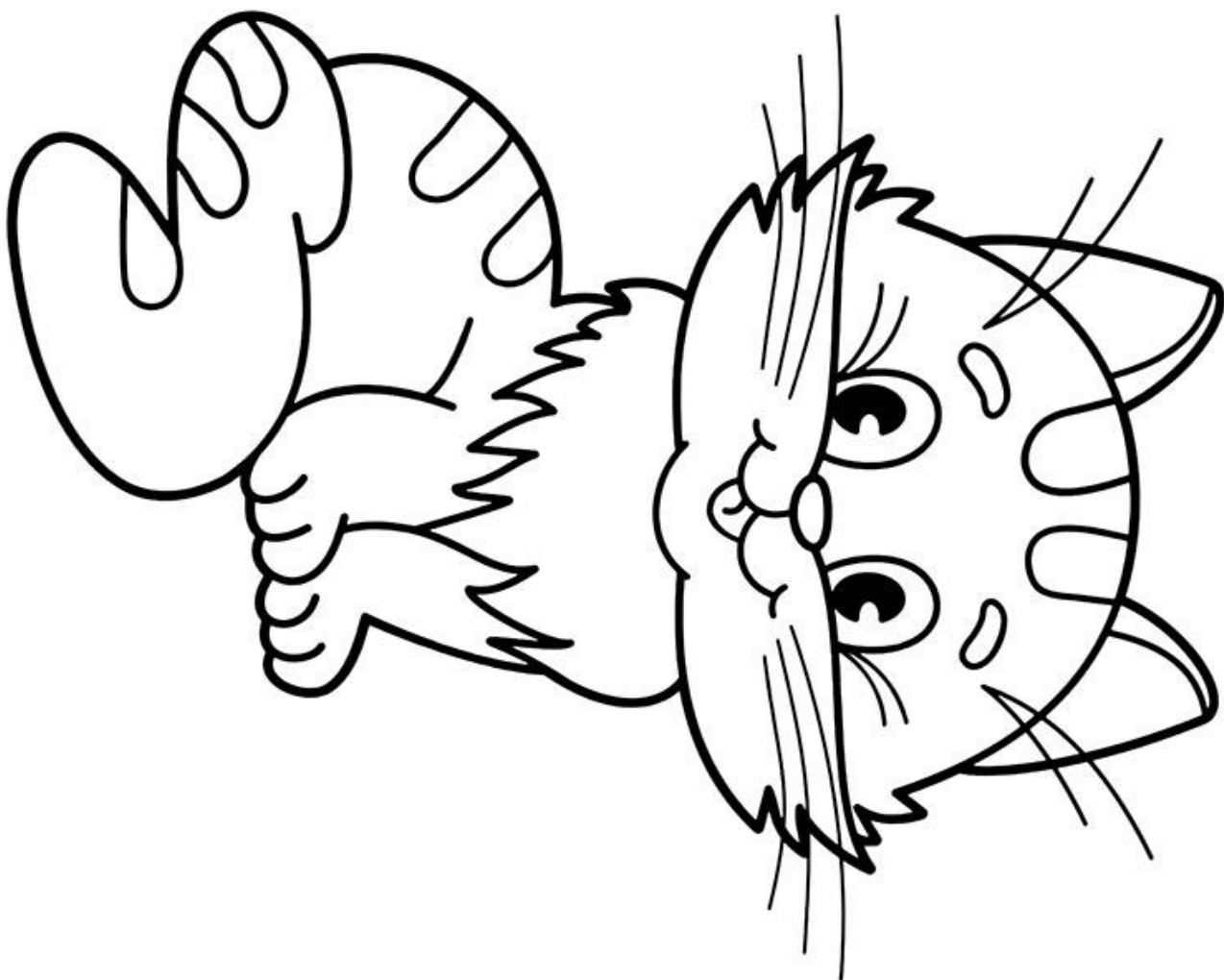
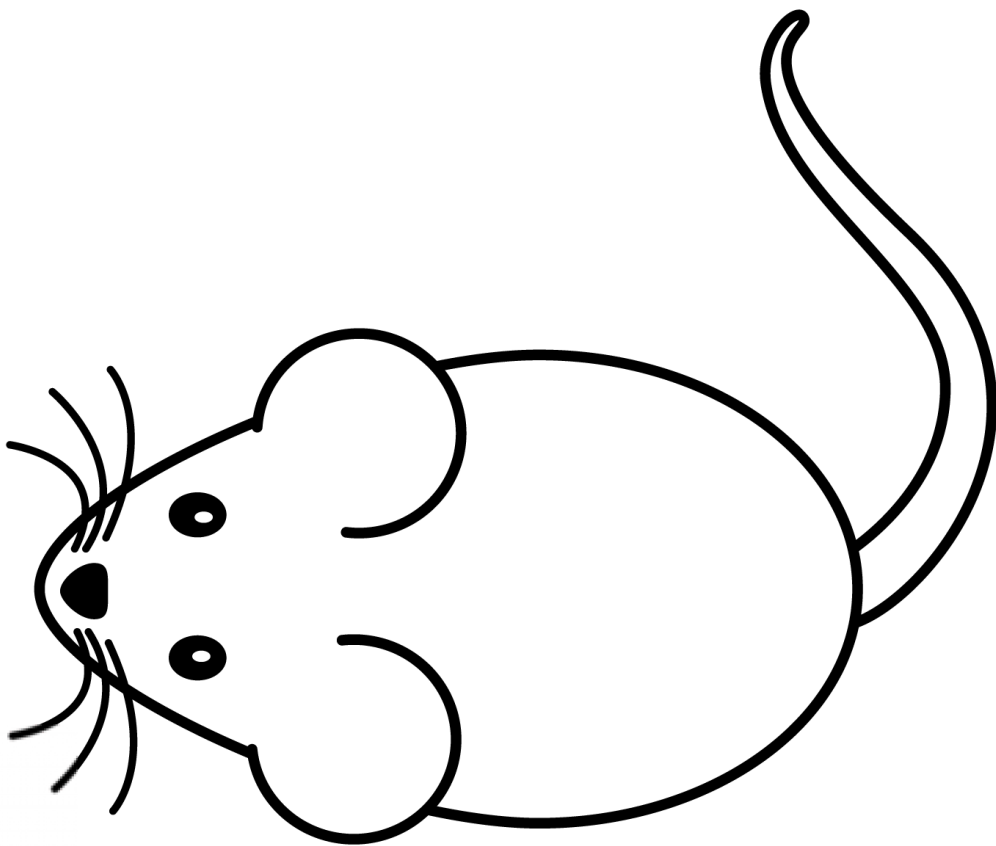
Kotek potrzebował młotka.

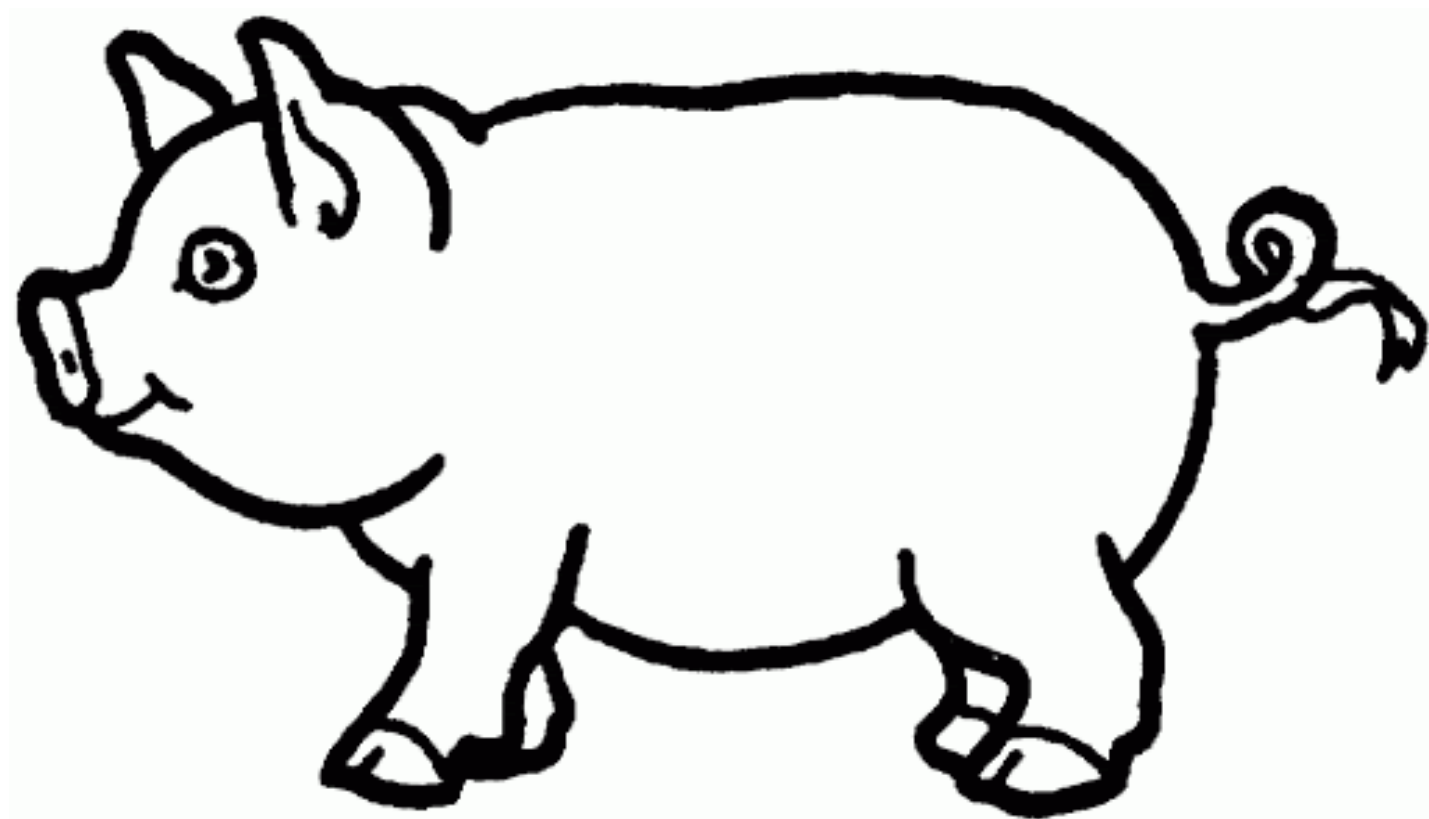
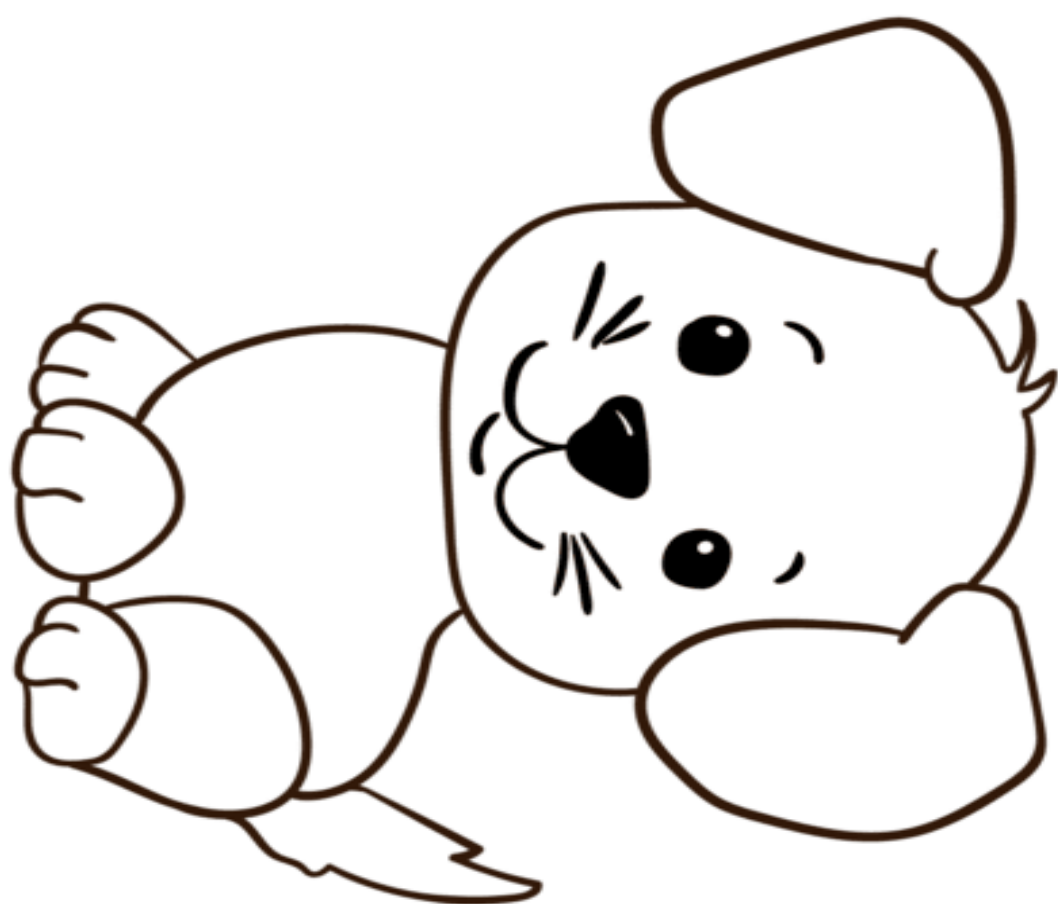
Miś nie miał siana do poduszki.

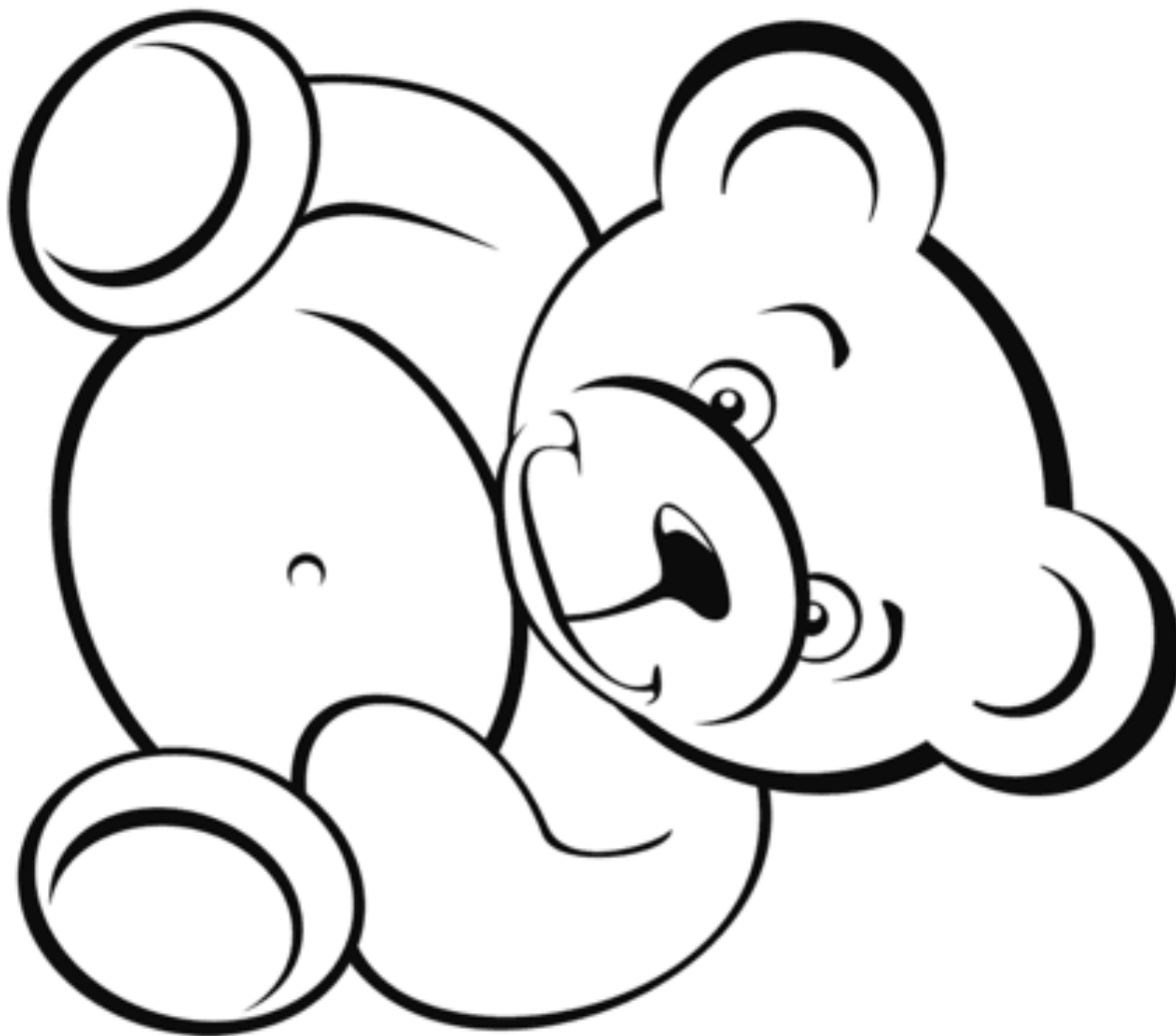
Prosiaczek miał zepsuty piec.
Kot chciał mieć firanki

6. „Co czuję ja, co czują inni” – rozpoznawanie i podawanie nazw emocji, kształtowanie umiejętności dostrzegania emocji u innych osób. – Oglądanie rodzinnych fotografii lub zdjęć w gazetach. Rodzic pokazuje dziecku obrazki przedstawiające sytuacje znane i bliskie dzieciom, np. bal w przedszkolu, zabawa w parku, dziecko chore leżące w łóżku, dziecko jeżdżące na rowerze, dziecko z zepsutą zabawką, dziecko w trakcie posiłku, dziecko z rodzicami. Dziecko ogląda ilustracje i zastanawia się, jakie uczucia towarzyszą dzieciom na ilustracjach, jakie były powody tych emocji.









Wtorek – temat dnia: W płaczu nie ma nic złego

1. Powitanka - „Hop, hop, hop”

Dzieci wykonują gesty zgodnie ze słowami rymowanki:

Powitania nadszedł czas, miło dzisiaj widzieć was!
Ręce w górę, mały skok, teraz w górę – hop, hop, hop!

2. Zabawa ruchowa „Muzyczne stop”: https://www.youtube.com/watch?v=dqk_IongIzI

3. „Gdy ci smutno...” – wysłuchanie wiersza D. Niemiec, rozmowa na temat treści utworu.

Gdy ci smutno, gdy ci źle,
przyjaciół zawsze wesprze cię.
On cię przytuli, otrze z twarzy łzy.
Pomoże nawet wtedy, gdy
nie wie do końca, skąd ten smutek w tobie,
lecz razem dacie z nim radę sobie.
Bo wasze serca czują tak samo,
a to właśnie kiedyś empatią nazwano.

Po przeczytaniu wiersza rodzic zadaje pytania: Dlaczego można się smucić?; Kto może pomóc, gdy jest smutno?; W jaki sposób może pomóc przyjaciel, jak może wesprzeć?

4. „Jak pomóc?” – ćwiczenia w budowaniu wypowiedzi. Rodzic pokazuje kolejno obrazki prezentujące różne sytuacje, w których komuś jest smutno i prosi dziecko aby zastanowiło się i powiedziało, jak można w prezentowanej sytuacji komuś pomóc.

5. Rock and roll – taniec na poprawę humoru. Poznanie sposobów radzenia sobie ze smutkiem.

Rodzic zaprasza dziecko do tańca, dziecko tańczy swobodnie, samodzielnie lub z rodzicem. Po tańcu rodzic prosi, aby dziecko podzieliło się swoimi uczuciami, jak się teraz czuje.

6. Smutek i radość – puzzle (po wydrukowaniu rozcinamy obrazki na mniejsze części, dziecko stara się ułożyć obrazek i przykleić go na kartce papieru). Obrazek można wykonać samodzielnie wycinając koła z żółtego papieru i dorysowując brakujące elementy





Środa – temat dnia: Jak pozbyć się strachu?

1. Powitanie piosenką „Wszyscy są, witam was” (piosenka udostępniona na grupie)

[https://chomikuj.pl/olaplodka/Dokumenty/Rosn*c4*99+z+piosenk*c4*85/Wszyscy+s*c4*85*2c+witam+Was,1943343690.mp3\(audio\)](https://chomikuj.pl/olaplodka/Dokumenty/Rosn*c4*99+z+piosenk*c4*85/Wszyscy+s*c4*85*2c+witam+Was,1943343690.mp3(audio))

2. „Krok do przodu, krok do tyłu” – przeliczanie w zakresie 1–5, utrwalenie kierunków: do przodu, do tyłu, doskonalenie pamięci poprzez naukę krótkich rymowanek. Dziecko rzuca kostką, określa, ile kroków należy zrobić. Rodzic podaje polecenie, np. dwa kroki do przodu, jeden krok do tyłu. Przed rzuceniem kostki dziecko mówi rymówkę:

Ile kroków zrobić mam?

Kostka zaraz powie nam.

3. *Przytul stracha* – kształtowanie umiejętności radzenia sobie ze strachem, zachęcanie do rozpoznawania i określania emocji. Rodzic recytuje wiersz M. Strzałkowskiej pt.: „Przytul stracha”

Strach ma strasznie wielkie oczy,
Strasznym wzrokiem wokół toczy...
Lecz gdy go za uszkiem głaszczę,
W śmieszny pyszczek zmienia paszczę.
Coś dziwnego z nim się dzieje,
Łagodnieje i maleje,
Mruży swoje kocie oczy
I w ogóle jest uroczy!
Strach ma strasznie wielkie oczy,
Strasznym wzrokiem wokół toczy,

Lecz ty dłużej się nie wahaj
I po prostu przytul stracha.

Rodzik pyta: *Co to jest strach?; Kiedy strach się pojawia?; Jak wygląda?; Czy w ogóle ma wygląd?; Co czujesz, gdy pojawia się strach?; Czego się boisz?; Co robisz, gdy pojawia się strach?*

4. „Strachy na lachy” – zapoznanie ze sposobami radzenia sobie ze strachem, doskonalenie pamięci poprzez naukę krótkich rymowanek. Rodzik mówi: *Gdy przychodzi strach, gdy nie wiesz, co zrobić powiedz rymówkę*. Dziecko otrzymuje kolorową szarfę lub chustkę, porusza się zgodnie z muzyką: skrada się, rozgląda się w koło, zachowuje ostrożność, porusza się w pozycji pochylonej, załknionej. Podczas pauzy recytuje rymówkę:

Strachu, strachu, rozchmurz się!

Strachu, strachu, przytul się!

Czarno, ciemno znika już...

Słońce, jasno jest tuż, tuż!

Następnie robią śmieszne figury, miny, przytulają się, potrząsają kolorowymi chustami, wykonują śmieszne tańce.

5. „Kolorowe koła” – tworzenie kompozycji według własnej wyobraźni, podawanie nazw powstałych form. Rodzik rozkłada przed dzieckiem „straszny papier”. Pyta: *Z jakiego powodu jest straszny?* (ciemny, ponury, bez kolorów, smutny). Na tackach przygotowane są kolorowe koła i klej w sztyfcie. Rodzik prosi dziecko, aby zmieniło „straszny papier” w radosny i kolorowy. Dziecko siada wokół papieru, układa z kół dowolne kompozycje, mogą przyklejać koła jedno na drugie, obok siebie, zaginając je. W trakcie pracy rodzic wspiera dziecko, motywuje je, podpowiada różne rozwiązania. Po skończonej pracy dziecko recytuje rymówkę, wyklaskując ją:

Strachu, strachu, rozchmurz się!

Strachu, strachu, przytul się!

Czarno, ciemno znika już...

Słońce, jasno jest tuż, tuż!

Czwartek – temat dnia: Uczymy się wyrażać emocje

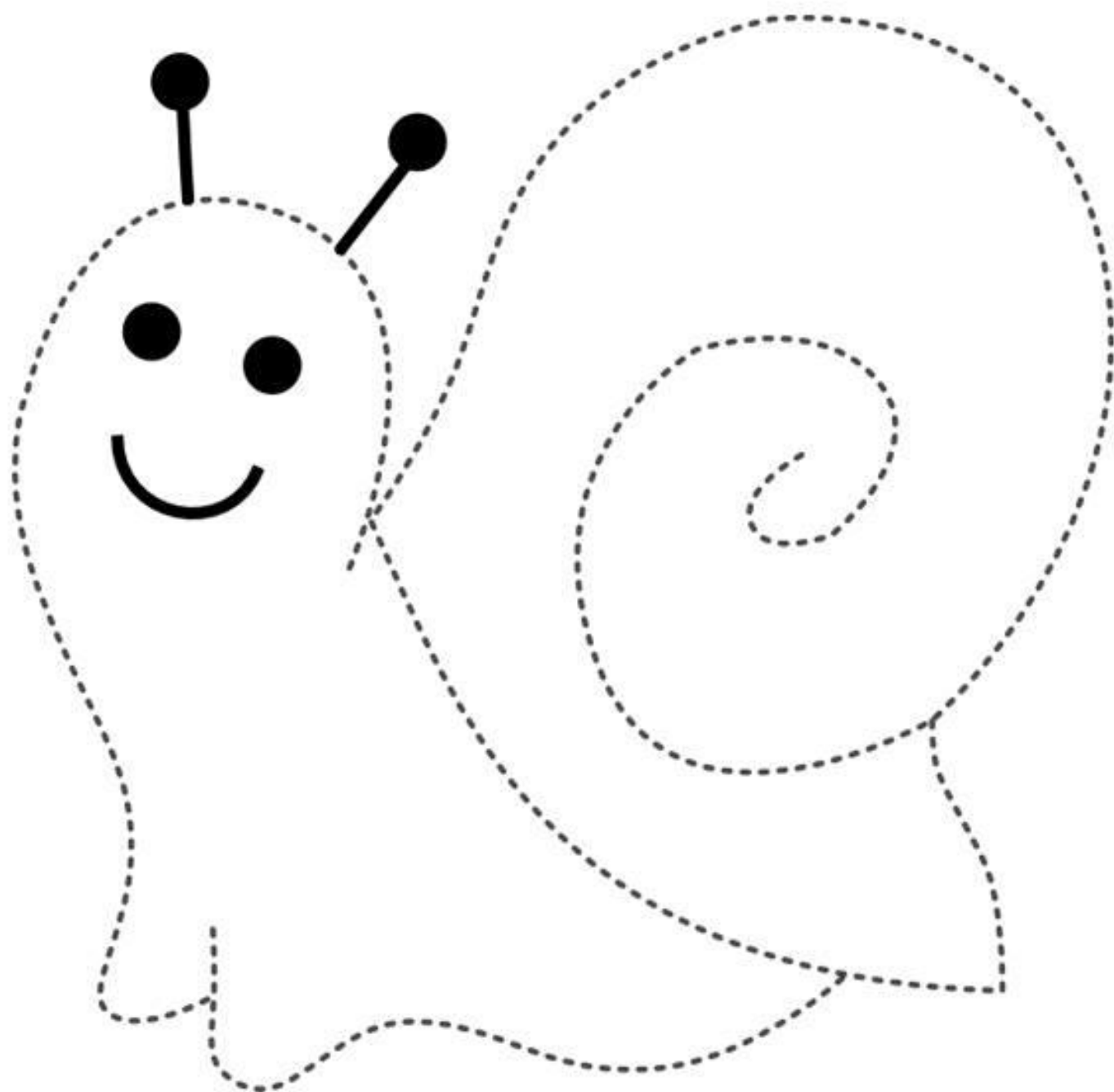
1. Zabawa ruchowa przy piosence „Gdy poczujesz szczęścia smak”.

2. „Policz dźwięki” – przeliczanie w zakresie 1–6, usprawnianie małej motoryki. Dziecko siedzi przy stoliku, na którym są tace z makaronem typu spaghetti i penne. Rodzik gra na wybranym instrumencie perkusyjnym. Dziecko liczy, ile dźwięków zostało zagranych i kładzie przed sobą tyle makaronu.

3. „Emocje” – zabawa dydaktyczna – dzieci oglądają obrazki z postaciami (karty udostępnione na grupie), które wyrażają różne emocje. Rodzik zapoznaje dziecko z nazwami takich emocji jak: złość, radość, odraza, strach, smutek, wstręt. Dzieci wspólnie z rodzicami zastanawiają się co może wywołać poszczególne emocje.

4. Zabawy plasteliną – usprawnianie małej motoryki poprzez wyklejanie plasteliną kształtów. Zadaniem dziecka jest zrobienie cienkich wałeczków z plasteliny i wyklejenie ślimaka po śladzie (szablon poniżej).

5. „Pokaż emocje” – zabawa pantomimiczna – rodzic przygotowuje karteczki (losy), na których wypisane są różne emocje. Dziecko losuje karteczkę, następnie po odczytaniu przez rodzica nazwy stara się za pomocą mimiki i gestów wyrazić wylosowane emocje.



Piątek – temat dnia: Muzyczne opowieści

1. „Duży i mały skok” - zabawa ruchowa przy muzyce: <https://www.youtube.com/watch?v=InxomdEHL8M>

2. Zestaw ćwiczeń ruchowych

– „Woreczki uczuć” – dziecko otrzymuje woreczek gimnastyczny (lub inny przedmiot), kładzie go na głowie i wyobraża sobie coś smutnego, idzie z woreczkiem. Następnie układa woreczek między kolanami, wyobraża sobie coś bardzo przyjemnego, radosnego i w taki sposób skacze, by woreczek nie wypadł. Następnie idzie w podporze tyłem z woreczkiem na brzuchu, wyobraża sobie coś strasznego i maszeruje w podporze tak, by woreczek nie wypadł.

– „Kraina radości” – do słuchanej muzyki rodzic wykonuje masaż na plecach dziecka, rysując spirale, figury geometryczne i inne dowolne kształty jednym palcem, kilkoma palcami albo całą dłońią. Po zakończonym masażu następuje zamiana – dziecko rysuje palcami dowolne kształty na plecach rodzica.

– „Tor przeszkód” – usprawnianie dużej motoryki. Rodzic ustawia dowolny tor przeszkód np.: rozłożona szarfa – przeciąganie się; tunel – przejście na czworakach; kosz z woreczkami, pusty kosz – rzut do celu; duża obręcz – przeskok z ugięciem kolan. Dziecko pokonuje tor przeszkód.

3. „Taniec radości i zadumy” – kształtowanie umiejętności wyrażania emocji przez ruch i muzykę, usprawnianie umiejętności ruchowych poprzez taniec. Rodzic włącza muzykę, w której naprzemiennie słyszeć fragmenty molowe i durowe. Dziecko wykonuje odpowiednie ruchy rękoma według własnego pomysłu. Następnie rodzic wręcza dziecku różne przedmioty, za pomocą których dziecko będzie mogło wyrazić nastrój muzyczny (chusteczki szyfonowe, woreczki gimnastyczne, wstążki, worki foliowe, kartki, piórka). Dziecko tańczy, reaguje na muzykę zgodnie z własnymi odczuciami. Rodzic prosi dziecko o opisanie własnych odczuć podczas zabawy.

4. „Zabawne minki” – rozwijanie kreatywności, utrwalenie nazw poznanych emocji – wyrażanie emocji poprzez dobieranie i układanie odpowiednich elementów wyciętych z papieru.

