

**Witamy Was kochani. To już piątek ostatni dzień naszej rodzinnej tematyki.
Dziś porozmawiamy na temat wspólnego spędzania wolnego czasu.
Zapraszamy.**

Na początku zastanówmy się co to jest „ czas wolny”



Czas wolny – czas, którym dysponuje człowiek po wykonaniu obowiązków takich jak nauka, praca, czynności związane z codziennym życiem.

Powiedzcie czy milej jest nam spędzać czas wolny samemu?

Czy z całą rodziną?



Tak oczywiście milej spędzać czas wspólnie, choć czasem każdy z nas potrzebuje chwili samotności by odpocząć, pomyśleć .

Posłuchajcie wiersza „ Rodzina Tupa”, później porozmawiamy sobie na temat jego treści. Słuchajcie uważnie.

Moja rodzina to zgrana drużyna.

Wszyscy bardzo się kochamy.

Zawsze w życiu radę damy.

Lubimy grać razem w Chińczyka.

Chętnie tańczymy walczyka.

Często wspólnie rysujemy.

Pyszną zupkę gotujemy.

Jeździmy na wycieczkę,

do lasu i nad rzeczkę.

Nigdy się nie nudzimy,

bo fajne rzeczy robimy.

Co Tup lubi robić z rodzicami? (*Tup lubi z rodzinką grać w chińczyka, tańczyć, gotować, jeździć na wycieczki i nigdy się nie nudzić.*)

Czy możemy fajnie i aktywnie spędzać czas tylko latem? Nie oczywiście nie. Przypomnijcie ile mamy pór roku? Tak cztery. Wymieńcie je- wiosna, lato, jesień, zima. Spójrzcie na ilustracje poniżej przedstawiają one rodziny które spędzają wspólnie czas wolny w poszczególnych porach roku tak by było wesoło, fajnie aktywnie i przede wszystkim razem. Są to aktywności na świeżym powietrzu.

Wiosna



**Opowiedzcie w jaki sposób czas wolny spędzają rodziny ze zdjęcia.
Wymieńcie Wasze ulubione sposoby na spędzanie czasu wolnego wiosną.**

Lato



Druga pora roku lato? Jak aktywnie spędzają czas rodziny a ilustracji? Pamiętajcie o odpowiedzi całym zdaniem Czy któryś z tych sposobów jest również waszym ulubionym?? Jeśli nie powiedzcie jak Wy lubicie spędzać czas latem.

Jesień



Powiedzcie co widzicie na trzeciej ilustracji. Kto z nas lubi, biegać po liściach, puszczać latawca, czy zbierać kasztanów i grzybów. A może macie inne ulubione jesienne zajęcia? Powiedzcie jakie?

Zima



Ostatnia pora roku zima, jaj spędzają czas wolny rodziny z ilustracji?
Achhhh zima- lepienie bałwana, rzucanie śnieżkami, jazda na sankach.
Lubicie zimę i wspólny czas na dworze? Jaka aktywność najbardziej?

Wspólny czas to nie tylko ten na dworze, to także wyjście do kina, na basen, na koncert, na wspólne zakupy, a także przede wszystkim wspólny czas w domu. Przy układaniu puzzli, zabawie samochodami, lalkami, wspólnym gotowaniu, grze w gry, czytaniu książeczek, a także milionie, milionów innych zajęć. Bo przecież każda rodzina jest inna i ma inne ulubione zajęcia, które mogli byśmy wymieniać caaaaały dzień. Powiedzcie więc jakie jest Wasze ulubione zajęcie w domu??

Czas na troszkę ruchu. Tańczcie swobodnie do piosenki, którą włączą Wam rodzice, na przerwę w muzyce, naśladujecie sposoby spędzania wolnego czasu wymienione przez rodziców. Na przykład lepienie bałwana- naśladujecie lepienie bałwana, zbieranie kasztanów- zbieramy kasztany do koszyeczka, wycieczka po górach- wspinamy się na wysoką górę.

<https://www.youtube.com/watch?v=ODzU3jdGwXE>



Czas na zabawy z alfabetem. Podzielcie nazwy pór roku **wiosna, lato, jesień, zima** na sylaby z jednoczesnym klaskaniem- ile sylab ma każdy z wyrazów, dodatkowo dzieci starsze podzielcie nazwy na głoski, jaką głoskę słyszycie na początku każdego z wyrazów, a jaką na końcu?

Karta pracy, cz. 4, s. 48. Wyklaskiwanie podanego rytmu, w powtarzaniu tekstu za N. Określanie, w którą stronę zwrócone są serduszka. Naklejanie brakujących serduszek. Rysowanie po śladach dużych serduszek. Rysowanie w ich wnętrzu małych serduszek.

Karta pracy, cz. 4, s. 49. Opowiadanie o tym, jak Olek i Ada pomagają rodzicom. Przedstawianie za pomocą rysunku sposobów, w jakie dzieci pomagają rodzicom. Rysowanie po śladzie serduszek, kolorowanie ich.

Przebierzcie się teraz w wygodne stroje. Poproście rodziców o pustą butelkę po wodzie czy soku (najlepiej pół litrową) i zapraszamy do zabawy. Jeśli chcecie zaprosić do wspólnych ćwiczeń całą rodzinę- do ćwiczeń możecie wykorzystać małe maskotki, gdyby brakło w domu butelek 😊

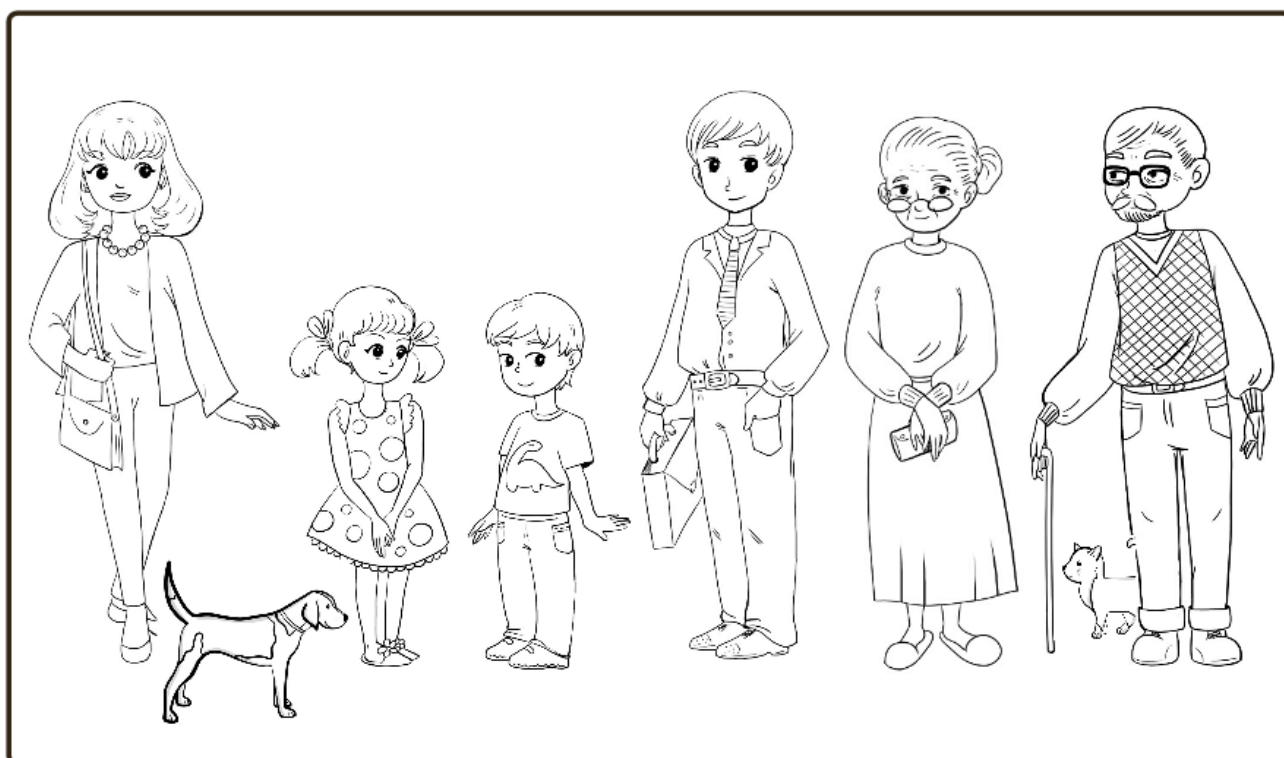
1. Przekładanie butelki z ręki do ręki – z przodu, z tyłu, nad głową, pod kolanem- stojąc w miejscu.
2. Podrzuty butelki w górę i chwyt oburącz. Po opanowaniu chwytu można wykonywać dodatkowe zadanie przed chwytem: kłaśnięcie w dłonie.
3. Stanie w rozkroku, butelka w górze trzymana oburącz – skłon w przód i zataczanie kół dookoła jednej i drugiej stopy – rysujemy ósemki /ruch powinien być ciągły, przekazywanie butelki z ręki do ręki zręczne/.
4. W siadzie skrzyżnym, butelka na kolanach trzymana oburącz – wznos butelki w górę i głęboki skłon w przód.
5. Siad skrzyżny, butelka na głowie, podtrzymywana palcami rąk – skręty tułowia w lewo i w prawo;
6. Siad klęczny, butelka przed kolanami, dłonie na butelce – odsuwanie butelki szybkim ruchem w przód i przysuwanie do kolan.
7. Leżenie tyłem, nogi wzniesione i zgięte, butelka między kolanami, ręce wzdłuż tułowia – skłon głowy w przód i podciągnięcie kolan w jej kierunku – czoło spotyka się z butelką – i powrót do pozycji wyjściowej.
8. Leżenie tyłem, butelka między stopami /pionowo/ – próby podniesienia butelki do góry, ponowne opuszczanie na podłogę.

9. Leżenie przodem, ręce zgięte w łokciach, dłonie na podłożu przy barkach, butelka postawiona w małej odległości od twarzy – głęboki wdech nosem i silny wydech ustami w stronę butelki. Ćwiczący powtarzają ćwiczenie, kilkakrotnie starając się silnym wydechem przewracać butelkę.

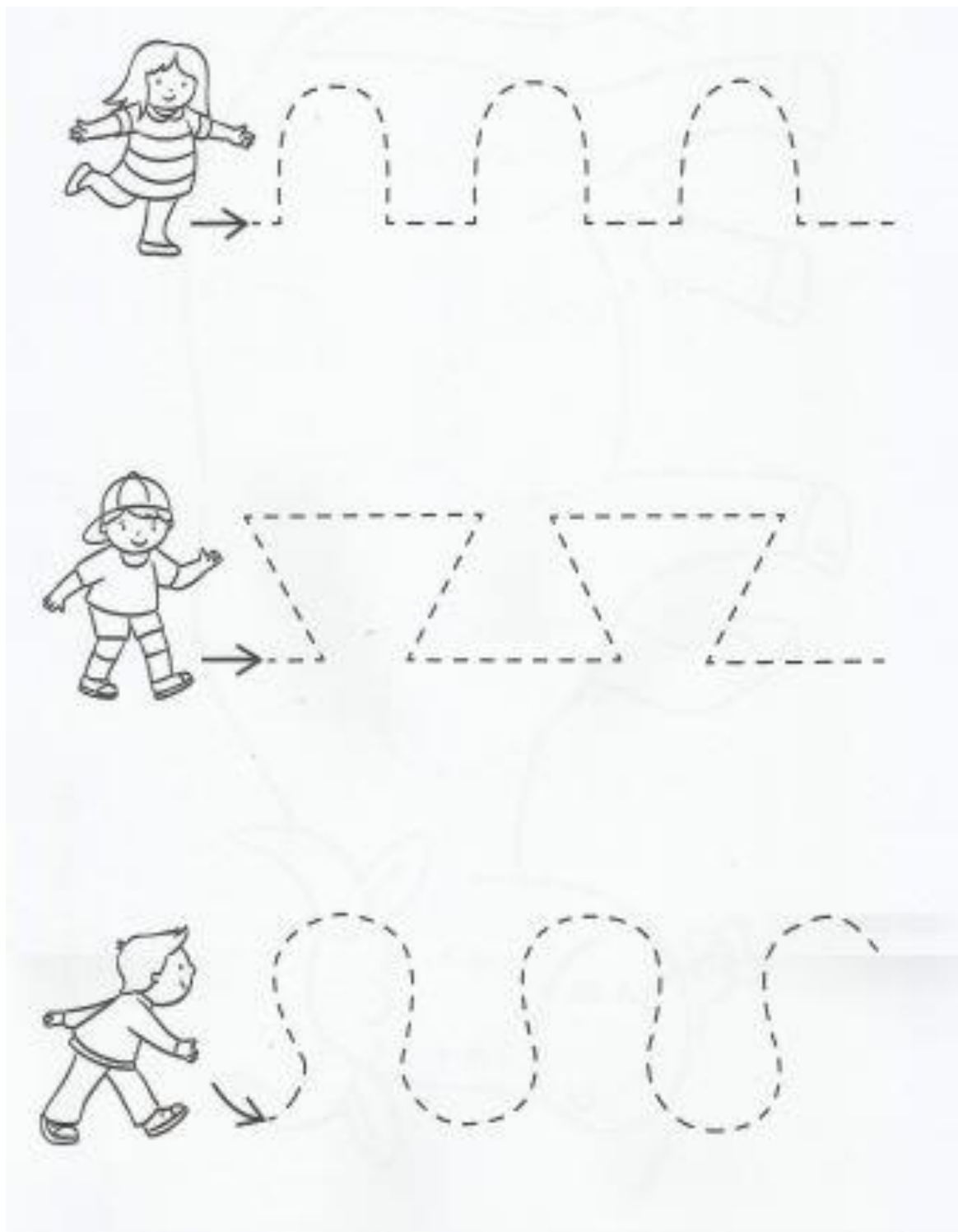
Zadania od nauczyciela wspomagającego.

Rodzina

Nazwij członków tej rodziny. Pokoloruj obrazek.

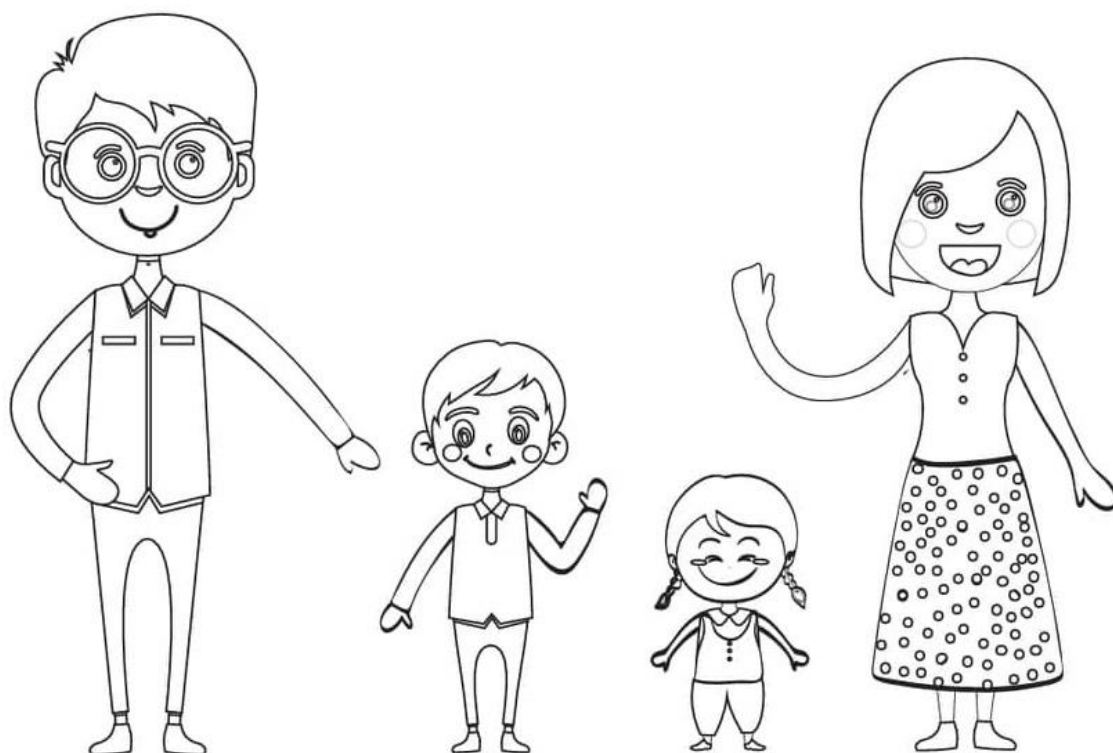


Popraw po śladzie w jaki sposób skaczą siostra i brat. Teraz Ty spróbuj poskakać, obunóż oraz raz na jednej raz na drugiej nodze



IMIĘ:

ZADANIE: Zamaluj pola z literami,
które są potrzebne do napisania wyrazu
z ramki.



RODZINA

D	A	O	E	T	A	K
I	R	Z	Ś	N	C	I