

**I mamy kolejny piątek, zapraszamy do zajęcia,  
zapewne będzie Wam się bardzo podobało.**

***Kochani, przypomnijcie nam, jak należy zachowywać się podczas wycieczki do lasu? Tak oczywiście macie rację. Nie wolno hałasować, trzeba być grzecznym, nie można wyrzucać śmieci na ziemię, nie można łamać gałązek, wrywać roślinek.***

***Powiedzcie, dlaczego należy tak się zachowywać? Tak oczywiście, żeby nie straszyć zwierząt mieszkających w lesie i nie zaśmiecać ich domu, jakim jest las***



Ćwiczenia oddechowe – Las pachnie żywicą.

***Teraz stańcie wygodnie naprzeciw otwartego okna i wykonujcie długi wdech noskiem, a następni wydech powietrza ustami. Powtórzcie to ćwiczenie oddechowe kilka razy.***

Słuchanie opowiadania Agaty Widzowskiej Lis i lornetka.

***Dzieciaki usiądźcie wygodnie i patrząc na ilustracje z waszych książeczek, słuchajcie opowiadania czytanego przez rodziców. Pamiętajcie aby słuchać w ciszy i skupieniu, ponieważ później porozmawiamy sobie na temat opowiadania. I odpowiecie na kilka pytań, które dla Was przygotowaliśmy.***



Grupa Ady wybrała las jako miejsce poznania fauny i flory. Co na to jego domownicy? Pełni obaw wysłali lisa, żeby obserwował to, co robi grupa Ady.

66

Gdzie wybrała się grupa Ady? Po co? Jak zachowała się w lesie?

Przedszkolaki bardzo lubią wycieczki. Odwiedziły już zoo, ogród botaniczny i Muzeum Lalek. Tym razem grupa Ady wybrała się do lasu na lekcję przyrody, bo nauka w terenie jest znacznie ciekawsza niż zwykłe opowieści. Dzieci koniecznie chciały obejrzeć paśniki dla zwierząt. W świecie zwierząt nastąpiło wielkie poruszenie.

- Schowajcie się! – krzyknął płochliwy zając.
- Idą tu małe człowieki!
- Nie mówi się człowieki, tylko ludzie – poprawiła go łania, spokojnie przeżuając młode pędy drzew iglastych.
- Na pewno zaatakują kijkami nasze mrowiska! – pisnęły przerażone mrówki.
- Kiedyś wielki dwunożny człowiek podeptał nasze całe królestwo!
- Pobiegnę wywęszyć, jakie mają zamiary – oznajmił lis i ruszył przed siebie, wymachując puszystą kitą.
- Boimy się hałasu – pisnęły zajączki, tuląc się do uszatej mamy.
- Tydzień temu ludzkie istoty zostawiły w lesie pełno śmieci: puszki, sreberka po czekoladzie i butelki! – krzyknął oburzony borsuk.

- Chyba nie wiedzą, że kiedy słońce rozgrzeje zbyt mocno szklaną butelkę, to może wywołać pożar lasu!
  - To straszne! – oburzyła się wiewiórka.
  - Zaraz przygotuję pociski z orzechów i będę nimi rzucać. Pac! Pac!
- W tej samej chwili zza drzew wyłonił się jeleń i dostojnym krokiem zbliżył się do paśnika.
- Witam państwa – przywitał się.
  - Słyszałem, że boicie się ludzi. Powiem wam, że bać się należy myśliwych, którzy mają strzelby, ale nie ludzkich dzieci, bo one mają dobre serca.
  - Tiuu, tiuu! My znamy te maluchy! – odezwały się ptaki.
  - Zimą sypią dla nas ziarenka i szykują słoninkę w karmnikach, żebyśmy nie zamarzły z głodu.



Nadbiegł zziębnięty lis i, łapiąc oddech, wysapał:

- Kochani, nie ma się czego bać! Te stworzenia to bardzo miłe stworzenia.
- Nie mówi się stworzenia, tylko ludzie – po raz drugi odezwała się łania.
- No dobrze, ludzie. Duże stworzenie w spodnicy mówiło do nich „moje kochane przedszkolaki” czy jakoś tak... Urządzili sobie piknik na polanie, a potem

posprząтали wszystkie śmieci. Na trawie nie został ani jeden paperek po kanapkach, ciastkach i cukierkach. Wszystkie butelki po sokach i pudełeczka po jogurtach wyrzuciły na parkingu do wielkiego kosza na śmieci.

– A nie krzyczały? – szepnęły wciąż wystraszone zajączki.

– Ależ skąd! One dobrze wiedziały, że w lesie trzeba być cicho, żeby nas nie płoszyć.

– O! To znaczy, że szanują nas i las – powiedziała do rymu pani zającowa.

– Szanować las najwyższy czas! – odpowiedziały chórem zwierzęta.

Tego dnia dzieci wróciły z wycieczki bardzo zadowolone. Nauczycielka pochwaliła wszystkie za to, że w lesie zachowywały się tak, jak należy: nie hałasowały, nie niszczyły mrowisk i norek, nie zrywały żadnych roślin bez zgody pani i pięknie posprzątały po zakończonym pikniku.



– A może narysujecie to, co najbardziej zapamiętaliście z dzisiejszej wycieczki? Zrobimy wystawę o lesie.

– Tak! Chcemy!

– Ja namaluję wiewiórkę – ucieszyła się Zuzia.

– I ptaszki.

– A ja narysuję mech – postanowił Jacek.

Pani rozdała dzieciom kartki, kredki i farby. Sama też postanowiła coś namalować. Powstały prawdziwe dzieła sztuki: drzewa iglaste oświetlone słońcem, wiewiórka, ślady kopytek, zielona polana i ptaszki na gałęziach. Jacek namalował czarną plamę i oznajmił wszystkim, że to jest nora niedźwiedzia. Ada narysowała lisa trzymającego w łapkach jakiś dziwny przedmiot.

– Co to jest? – zapytała Kasia.

- To jest lis – odpowiedziała Ada, chociaż uznała, że bardziej przypomina psa niż lisa.
  - A co on trzyma?
  - Lornetkę – odpowiedziała Ada.
  - Lornetkę? Przecież lisy nie używają lornetek – stwierdził Piotrek.
    - Nie widziałem tam żadnego lisa.
  - A ja widziałam – odparła Ada.
  - Cały czas nas podglądał!
  - Naprawdę?
  - Naprawdę. Ciągłe nas obserwował, a zza drzewa wystawała jego ruda kita.
  - To dlaczego nam nie powiedziałaś?
  - Nie chciałam go spłoszyć. Widocznie sprawdzał, czy umiemy się dobrze zachować w lesie.
  - Pewnie, że umiemy! – stwierdził Piotrek.
- Nauczycielka zebrała wszystkie obrazki i przyklepiła je do specjalnej tablicy.
- Jaki tytuł nadamy naszej wystawie? – zapytała dzieci.
- Było wiele propozycji, ale najbardziej spodobał się wszystkim pomysł Ady: „Czas szanować las”.
- Jednak największe zdziwienie wywołał rysunek nauczycielki.
- Dlaczego pani powiesiła pustą kartkę? – zdziwiły się dzieci.
  - Ona nie jest pusta – uśmiechnęła się tajemniczo pani.
  - Przecież pani nic nie narysowała...
  - Narysowałam w wyobraźni. Mój rysunek przedstawia leśną ciszę.

Oj, nasza pani zawsze nas czymś zaskoczy!

***Mamy nadzieję, że opowiadanie wam się podobało i słuchaliście bardzo uważnie. Powiedzcie nam proszę***

- ***Jak zwierzęta przyjęły obecność dzieci w lesie?***
- ***Dlaczego zwierzęta bały się dzieci?***
- ***Co powiedziały o dzieciach zwierzęta, które je obserwowały: jeleń, ptaki, lis?***
- ***Co zrobiły dzieci po powrocie do przedszkola?***
- ***Kogo narysowała Ada?***
- ***Dlaczego?***
- ***Co narysowała pani?***
- ***Co przedstawiał jej rysunek?***

*Sześciolatki, Wy możecie cofnąć się ponownie do ilustracji naszego opowiadania i możecie głośno przeczytać teksty umieszczone pod ilustracjami. W razie kłopotów poproście o pomoc rodziców. Powodzenia.*

•Zabawa w leśne echo.

Rodzic wyklaskuje lub wytupuje dowolne rytmy, a dzieci powtarzają je jak echo.

*Teraz pobawimy się w echo. Wiecie co to jest echo?? Tak to np. dokładne powtarzanie tego co słyszymy. Wasi rodzice będą wyklaskiwać rytm, a wy będziecie ich echem. Waszym zadaniem będzie wyklaskiwać ten sam rytm który klaskali rodzice.*

•Nauka krótkiej rymowanki

*Teraz posłuchajcie uważnie i powtarzajcie za rodzicami.*

*Lasy to płuca ziemi i o nie dbamy.*

*Nie niszczymy ich, nie śmiecimy w nich.*

*Tylko w ciszy patrzymy i głęboko... oddychamy.*

•Zabawa ruchowa z elementem czworakowania – Przedzieramy się przez leśne zarośla.

*Przeniesiemy się teraz do lasu, musimy przejść przez wielkie zarośla na drugą stronę lasu. Zarośla są tak gęste, że musimy poruszać się na kolanach. Chodzimy więc na czworakach pomiędzy „zaroślami”, co jakiś czas musimy jednak stanąć rozprostować plecy, a następnie maszerujemy dalej na czworakach. •Zrobienie wystawy związanej z lasem.*

Praca plastyczna- w lesie

*Kochani usiądźcie wygodnie do stoliczka, weźcie kartkę, kredki i narysujcie proszę to, co kojarzy im się z lasem. Stwórzcie swój własny leśny rysunek,*

*a następnie opowiedzcie rodzicom co się na nim znajduje. Pamiętajcie o wypowiedaniu się całymi zdaniami.*

Zajęcie 2.

### **Ćwiczenia gimnastyczne – zestaw nr 16**

*Przebierzcie się teraz w wygodne, koszulki, spodenki lub getry i zapraszamy do ćwiczeń ruchowych z wykorzystaniem gazet.*

#### Część wstępna.

- Czynności organizacyjno-porządkowe. Dziecko porusza się w dowolny sposób po pokoju, ostrożnie, między rozłożonymi gazetami. Na polecenie zatrzymuje się i podnosi gazetę.

- Zabawa ożywiająca.

Dziecko biega z jednoczesnym potrząsaniem gazetą trzymaną oburącz w górę. Na mocne uderzenie w tamburyn i zapowiedź: Burza, zatrzymuje się chroniąc się przed zmoknięciem, wykorzystując gazetę.

#### Część główna.

- Stoi w rozkroku, trzyma oburącz złożoną gazetę – w skłonie w przód wymachuje gazetą w tył i w przód. Po kilku ruchach prostuje się i potrząsa gazetą w górę.

- Wykonuje klęk podparty, dłonie ma na gazecie, skierowane palcami do wewnątrz – przy zgiętych w łokciach rękach opada tułowiem w przód, dotkają gazety brodą i powraca do pozycji wyjściowej.

- W leżeniu przodem – unosi gazetę trzymaną za końce oburącz (ręce zgięte w łokciach, skierowane w bok), dmucha na gazetę i wprowadza ją w ruch.

- W staniu, rulonik z gazety trzyma za końce, z przodu – przekłada nogę przez rulonik, wytrzymuje w staniu jednonóż, wykonując dowolne ruchy uniesioną nogą, (ćwiczenie należy wykonać prawą nogą i lewą nogą, na zmianę).

- Ugniata gazetę tak, aby powstała kulka (piłka) – rzuca kulką i chwyta ją w miejscu, w chodzie, w biegu; rzuca i chwyta, wykonując dodatkowe zadania, np.: przed chwytem wykonuje klaśnięcie, dotyka ręką podłogi, robi rękami młynek, wykonuje obrót itp.

- W leżeniu przodem – przetacza kulkę z ręki do ręki, podrzuca kulkę oburącz, jednorącz.

- Maszeruje z kulką na głowie.

•Dziecko poprawia swoją kulkę i wkłada między kolana. Na sygnał skacze obunóż skokiem kangura

#### Część końcowa.

•Ćwiczenia korektywne i uspokajające.

Dziecko maszeruje we wspięciu na palcach, z kulką na głowie, i przechodzi do siadu skrzyżnego.

• W siadzie skrzyżnym – wykonuje skręty głową w prawo, w tył i w lewo, w tył. Oczywiście bez kulki na głowie.

• W siadzie podpartym, kolana ma rozchylone, kulkę położoną między stopami – podrzuca kulkę stopami, chwyta rękami.

• W marszu, kulka trzymana w dłoni (prawej, lewej) – ćwiczenie oddechowe – wykonuje wdech nosem i próbuje zdmuchiwać kulki z dłoni.

#### Karty pracy dzieci 6;5;4-letnie oraz integracja

Pokoloruj rysunek, opowiedz co przedstawia.

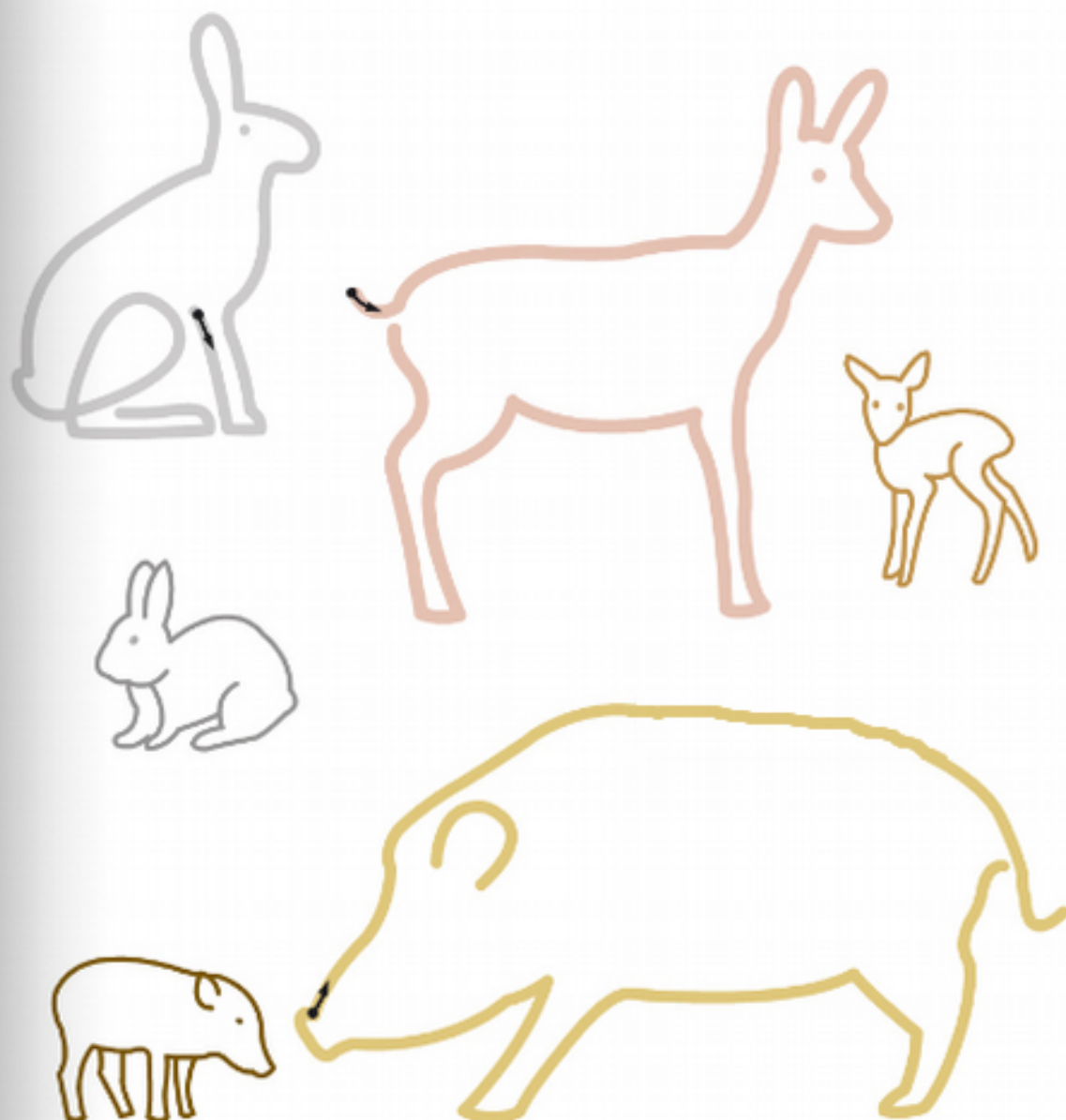


Pokoloruj rysunek, opowiedz co przedstawia.



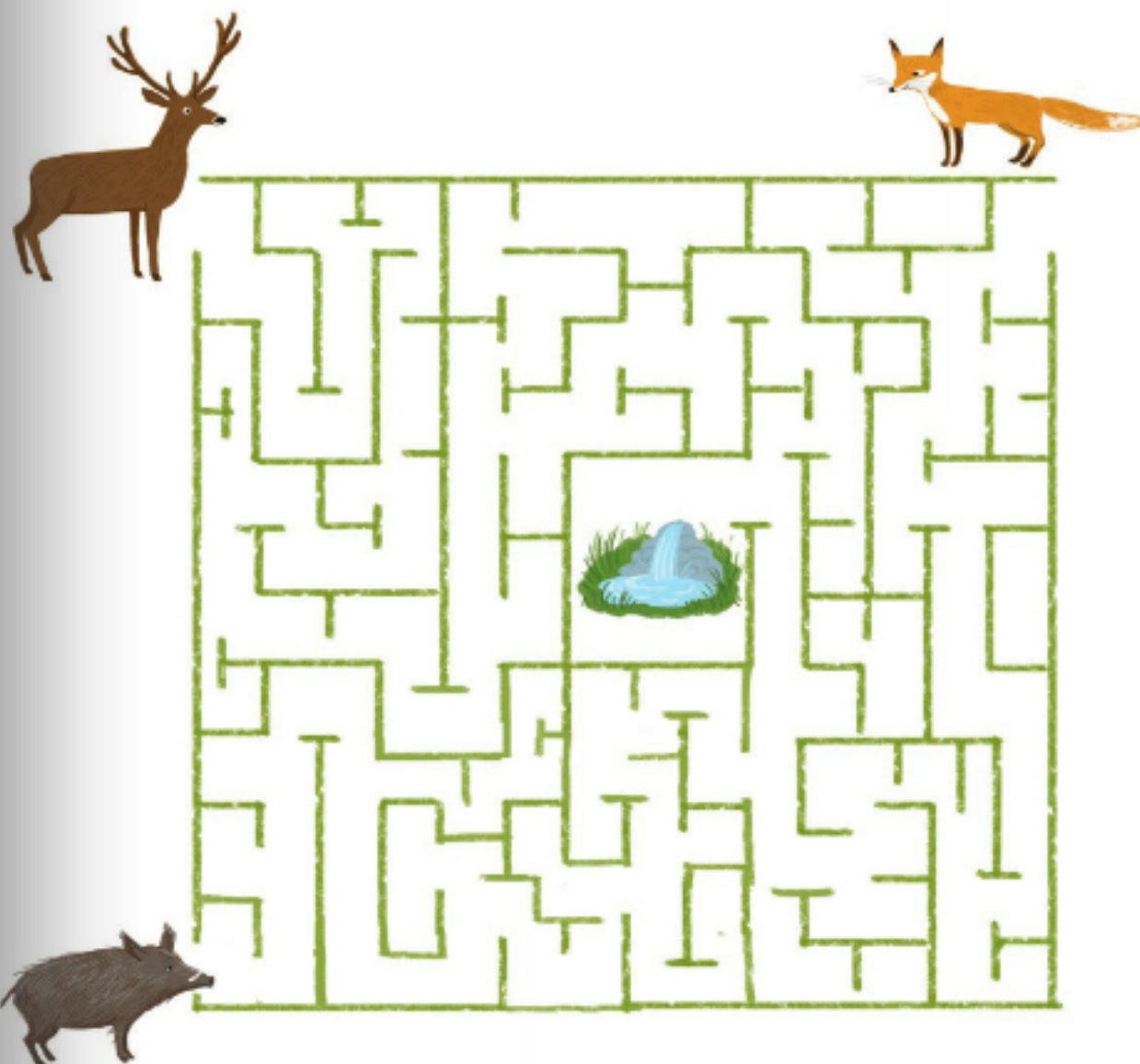
COLOR KID.NET

- 1** Rysuj po śladzie zwierzęta żyjące w polskich lasach. Staraj się nie odrywać ręki. Pokoloruj tak samo zwierzęta z tej samej rodziny.



- Czy widziałeś któreś z tych zwierząt?

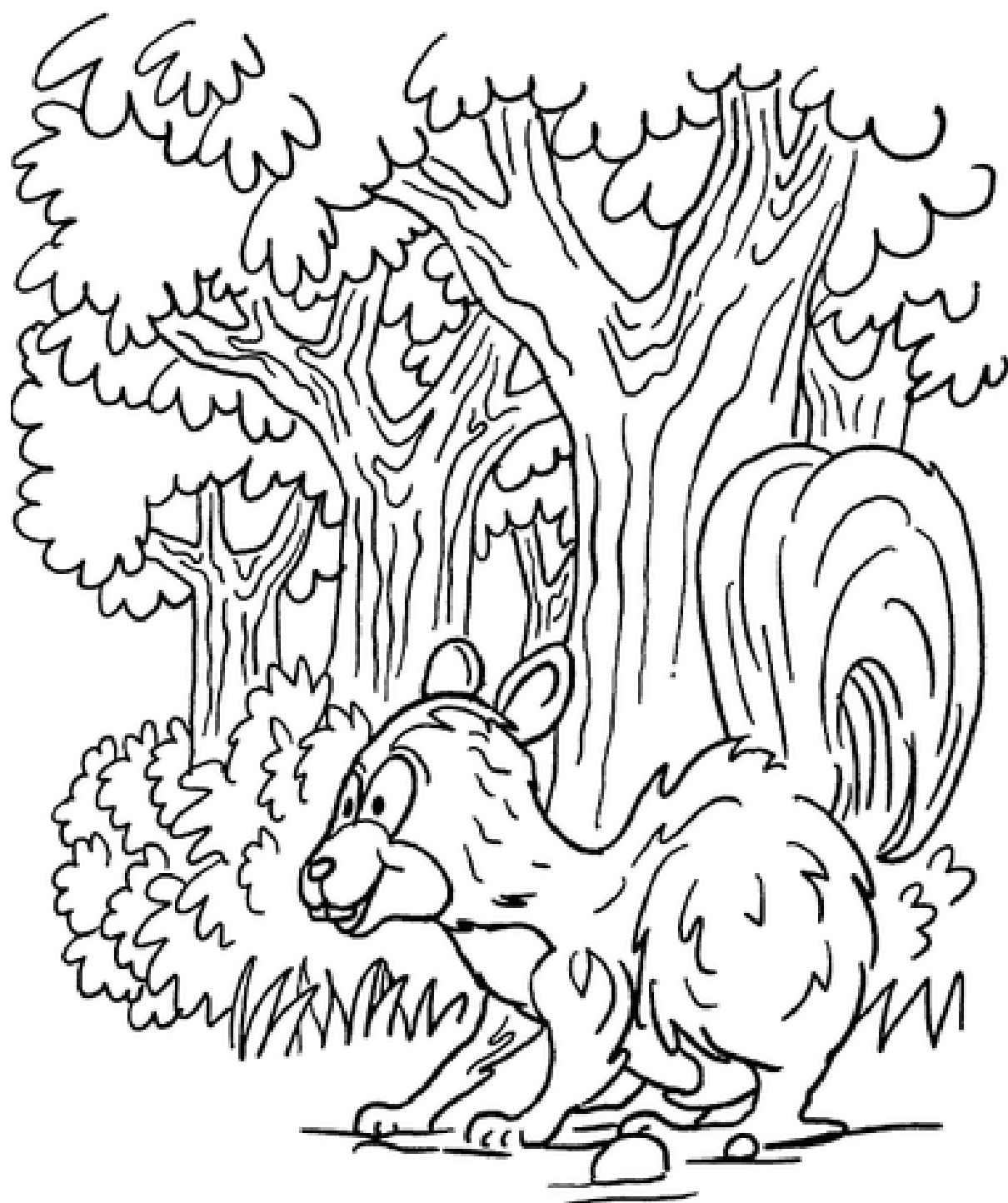
- 1 Doprowadź zwierzęta do strumienia. Sprawdź za pomocą sznurka lub nitki, które zwierzę będzie miało najkrótszą drogę.



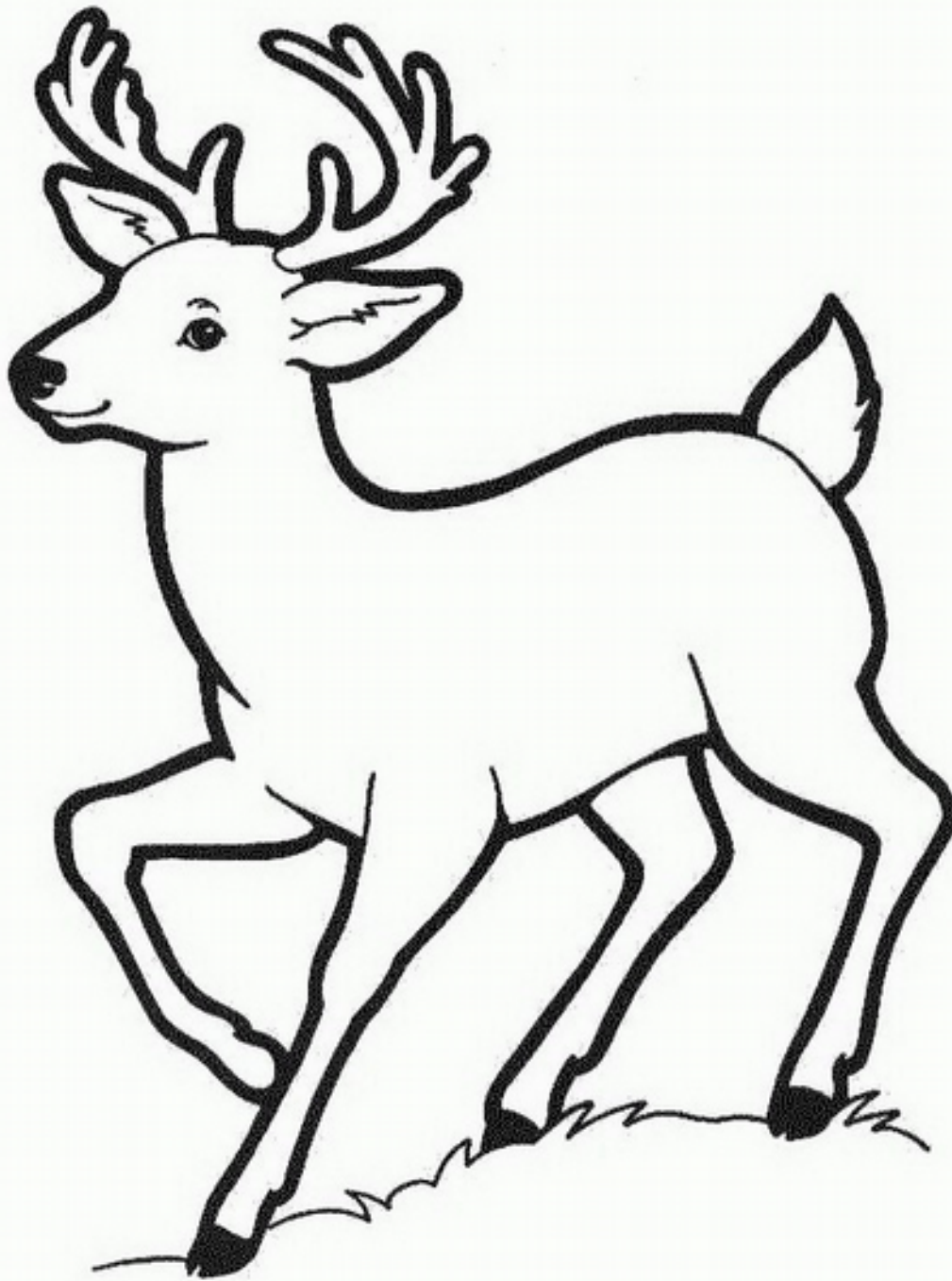
- 2 Wiewiórka postanowiła zakopać co drugi orzech. Pokoloruj te orzechy.



Pokoloruj rysunek.



Pokoloruj, powiedz jakie zwierzę znajduje się na rysunku, podziel jego nazwę na sylaby.



[www.disegnidacoloraregratis.it](http://www.disegnidacoloraregratis.it)

Pokoloruj, rozetnij wzdłuż linii. Następnie ułóż puzzle i przyklej na kartce.

