

Temat tygodnia: **Dbamy o przyrodę**

Temat dnia: Mieszkamy na Ziemi – zestaw ćwiczeń gimnastycznych. Cel: rozwijanie sprawności fizycznej. Kształtowanie kompetencji kluczowych – osobistych i społecznych.

Ćwiczenia gimnastyczne:

- Dziecko staje w rozkroku, trzymając oburącz złożoną gazetę. Wykonuje skłon w przód i w skłonie wymachuje gazetą w przód i w tył. Po kilku ruchach prostuje się i potrząsa gazetą w górze.
- Dziecko wykonuje klęk podparty, dłonie ma na gazecie, skierowane palcami do wewnątrz - przy zgiętych w łokciach rękach opada tułowiem w przód, dotyka brodą gazety i powraca do pozycji wyjściowej.
- W leżeniu przodem - dziecko unosi gazetę trzymaną za końce oburącz (ręce zgięte w łokciach, skierowane w bok), dmucha na gazetę i wprowadza ją w ruch.
- Dziecko kładzie gazetę na podłodze i przeskakuje przez nią bokiem z jednej strony na drugą.
- Dziecko ugniata gazetę w kulkę, w leżeniu przodem: przetacza kulkę z ręki do ręki, podrzuca kulkę oburącz, jednorącz
- Dziecko maszeruje po pokoju z kulką na głowie.
- Dziecko wykonuje siad skrzyżny, wykonuje skręty głową w prawo, w lewo, w przód i w tył.

Dla dzieci chętnych:

- Nauka rymowanki.

Lasy to płuca ziemi

i o nie dbamy.

Nie niszczymy ich,

nie śmiecimy w nich.

Tylko w ciszy patrzymy

i głęboko... oddychamy.

- Narysuj lub namaluj piękny las.