**Temat dnia:** **ZABAWKI**

**RANEK**

* Nasze zabawki –wybranie jednej ulubionej zabawki, zaprezentowanie jej i uzasadnienie swojego wyboru, następnie zabawa wybranymi przez dziecko ulubionymi zabawkami

- wdrażanie do przestrzegania ustalonych zasad zabawy, zachęcanie do dzielenia się

zabawkami, szanowania zabawek, porządkowania po skończonej zabawie,

**ZAJĘCIE DYDAKTYCZNE**

Poniżej zamieściłam kilka zestawów ćwiczeń ruchowych dla dzieci 3-4 letnich. Proszę wybrać jeden z nich i przeprowadzić z dzieckiem.

**Zestaw nr 1- Zabawy ruchowe z dzieciństwa mamuś i tatusiów**

* **Raz, dwa, trzy – baba jaga patrzy** – Rodzic to Baba Jaga. Stoi tyłem do dziecka i woła: „Raz, dwa, trzy, Baba Jaga patrzy”. W tym czasie dziecko szybko biegnie w jej stronę. Na słowo „patrzy” Baba Jaga odwraca się. Gdy dziecko nie zdołało się zatrzymać w bezruchu, wraca na start. Kiedy dotknie Baby Jagi, zajmuje jej miejsce.
* **Kolory** – Rodzic na początku poprowadzi zabawę, trzyma piłkę. Dziecko siada naprzeciw niego. Prowadzący rzuca piłkę wymieniając przy tym różne kolory. Dziecko łapie i odrzuca piłkę. Nie można jej złapać, gdy rzucający piłkę powie „czarny!”. Zmiana z prowadzącym następuje, gdy dziecko złapie piłkę, mimo że padło hasło „czarny!”.
* **Balonik** - „Baloniku mój malutki, rośnij duży, okrąglutki. Balon rośnie, że aż strach, przebrał miarę, no i... bach!”. To świetna zabawa, uwielbiana przez maluchy obojga płci.
* **Gra w klasy** - Rysujemy na chodniku kratki do gry w klasy i numerujemy je do pięciu. Pokazujemy dziecku, jak rzucić kamyk, patyk na jedną z kratek. Zachęcamy malca do skakania po kratkach, aż znajdzie się na numerze, na który upadł rzucony przedmiot.
* **Stoi różyczka** - Kolejna zabawa dla najmłodszych dzieci, która cieszy od wielu pokoleń. Śpiewajcie (wiadomo jaką) piosenkę i bawcie się!
* **Skoki przez drabinkę** - Wykonujemy drabinkę, np. z gazety. Wystarczy pociąć ją na 5-centymetrowe paski, które układamy na ziemi na wzór drabinki. Zadanie dziecka polega na sprawnym przeskakiwaniu kolejnych szczebelków.
* **Skoki przez linkę** - To ćwiczenie bardzo pomaga w ćwiczeniu równowagi. Do tej zabawy potrzebna jest linka, którą należy zamocować – dla dzieci trzyletnich – na wysokości 25–30 cm. Dziecko przeskakuje linkę obunóż wielokrotnie.
* **Jak najwyżej** - Rodzic stoi z ołówkiem lub markerem przy futrynie, a maluchy kolejno podchodzą i z wyciągniętą jedną rączką do góry w miejscu podskakują najwyżej, jak umieją. Wszystkie wyniki muszą być zaznaczone. Na koniec pokazujemy dziecku jego wyniki. Maluchy będą zadziwione, dokąd umieją dosięgnąć!
* **Spacerek** – Puszczamy maluchom muzykę i rzucamy im różne polecenia: „Zbieramy grzyby!”, a wtedy maluchy udają, że podnoszą coś z podłogi; „Gonimy motyle!” – smyki podbiegają i łapią niewidoczne motylki; „Zrywamy szyszki!”, a dzieciaki muszą podskakiwać i symulować obrywanie z gałęzi szyszek itd. Będzie dużo śmiechu i rozgardiaszu.

**Zestaw nr 2 - Zabawy z piłką**

* **Jaś** - Dwie osoby stojące naprzeciw siebie rzucają do siebie piłkę. Trzecia osoba ustawia się twarzą do rzucającego i próbuje przechwycić piłkę. Może to zrobić wtedy, gdy rzut będzie niecelny i piłka upadnie, lub gdy, podskakując wysoko, złapie ją. Kiedy „ Jaś” przechwyci piłkę, zamienia się miejscem z osobą, która właśnie rzucała.
* **Podawanie piłki górą** – Dziecko i rodzic siedzą w rozkroku tyłem do siebie. Pierwsze dziecko podaje górą pikę rodzicowi, a on przejmuje ją górą i ponownie przekazuje dziecku. Zabawę powtarzamy wielokrotnie.
* **Celowanie** - Ustawiamy na środku placu dużą piłkę (najlepiej do koszykówki). Metr od niej rysujemy linię, na której staje rzucające dziecko. Dziecko otrzymuje małą piłkę, którą stara się trafić w dużą. Po kilku trafieniach staramy się zwiększyć odległość.

**Zestaw nr 3 - Zabawy ruchowe z opowieścią**

* **Pająk i muchy.**

Dziecko biega swobodnie, naśladując gestami, dźwiękiem muchę. Na zawołanie "pająk!", zastyga w bezruchu. Osoba pełniąca funkcję pająka wychodzi na spacer, uważnie obserwując czy mucha się nie porusza. Gdy dziecko nie wytrzyma w bezruchu, zabierane jest do "sieci" (miejsce z boku pola zabawowego). Pająk gdy nie złapie muchy idzie na bok (śpi), a dziecko – mucha ponownie biega itd.

* **Dziecko do domu - dziecko na spacer**. Przybory:  skakanki lub szarfy, albo kreda (do rysowania po asfalcie).

 Na przestrzeni  w której odbywa się zabawa (w pokoju, na boisku) uczestnicy- dzieci przygotowują swoje "domki", w których mogą się swobodnie zmieścić. . Mogą być to pętle ze skakanek lub koła narysowane kredą. Na zawołanie "dziecko na spacer" dziecko swobodnie biega. W czasie,  gdy swobodnie biega, prowadzący woła: "dziecko do domu". Wówczas dziecko jak najszybciej stara się dotrzeć do własnego domku, po czym przybiera określoną przez prowadzącego pozycję, np. siada po turecku. Zabawę powtarzamy wielokrotnie.

* **Gumoludki i roboty**. Przybory: płyta z muzyką, odtwarzacz. Ewentualnie taśma klejąca bądź kreda. Uczestnicy poruszają się swobodnie po pomieszczeniu i reagują na muzykę wykonując określone ruchy, przypominające sposób poruszania się człowieka z gumy (swobodny, sprężysty) albo robota (sztywny i urywany). Komendę określającą sposób poruszania się wydaje prowadzący.
* **Czarodziejskie szkatułki.**

Uczestniczące dziecko kuca, głowę chowając w kolana. Słuchają uważnie narracji prowadzącego i starają się odtworzyć gestami przedstawianą historię. Prowadzący mówi: Jesteście bardzo małą i szczelnie zamkniętą czarodziejską szkatułką. A teraz szkatułka powolutku się otwiera...i wychodzi z niej ...ryba." Przez chwilę dziecko krąży swobodnie po sali naśladując wybrane zwierzę, przedmiot. Gdy narrator wznawia opowieść, ilustruje ją ruchem. "A teraz pudełko z powrotem się zamyka ".  W następnych rundach z pudełek mogą wychodzić:

- niemowlaki, które są bardzo głodne,

- dumnie kroczące długopisy,

- jaszczurki,

-mruczące koty oraz dowolna ilość postaci przywołanych przez prowadzącego.

Na końcu ze szkatułek wychodzą znowu ludzie.

* **Śmieszna wędrówka.**

Dziecko ustawia się w szeregu za prowadzącym, który wyjaśnia, że razem odbędą śmieszną wędrówkę i, że powinno jak to możliwe wiernie naśladować jego ruchy. Razem wyruszają i idą po: ostrych kamieniach, miękkim mchu, wodzie, piasku, lepkim podłożu.

* Letnia burza.

Dzieci siedzą przy stole.

Narracja: " W piękny letni dzień gdy wiele dzieci było na spacerze, nagle słońce schowało się za chmurami i nadciągnęła burza". Dziecko palcami obu rąk "wędrują" po stole.

Narracja: "Wszyscy próbują się schować". Dziecko opiera o krawędź stołu same końce palców.

Narracja: " Zaczyna już kropić deszcz". Dziecko jednym palcem puka lekko w blat stołu.

Narracja: "A potem spadają pierwsze duże krople deszczu".  Uczestnik puka na przemian dwoma palcami w blat.

Narracja: "Deszcz pada i pada i pada".  Dziecko bębni wszystkimi palcami po stole.

Narracja: "Deszcz pada coraz bardziej rzęsiście. W końcu leje jak z cebra". Dziecko wykonują gest zacierania rąk.

Narracja: "Nagle zaczyna padać grad, mimo, że jest środek lata". Dziecko puka kostkami palców o blat stołu.

Narracja: : " Na niebie pojawiają się błyskawice".  Dziecko szybko - jak błyskawica- wyrzuca ręce do góry.

Narracja: "Słychać donośne grzmoty". Dziecko bije pięściami w stół.

Narracja: " Stopniowo burza cichnie". Uczestnik uderza powierzchnią dłoni o krawędź stołu.

Narracja: "Nadarza się okazją, aby prędko pobiec do domu". Dziecko przebiega palcami szybko po blacie stołu i chowa ręce pod jego krawędzią.

Narracja: "Chmury przerzedzają się na niebie, zza nich wygląda słońce. Wszyscy się cieszą!". Dziecko rysuje w powietrzu słońce i klaszcze.

* Malowanka na plecach -zabawa w parach.

Dziecko i rodzic nawzajem "malują" sobie na plecach różne przedmioty i zgadują co to jest. Zaczynamy od prostych form, jak np. piłka, kwiatek, dom, przechodząc później do bardziej skomplikowanych jak np. bałwan, samochód, żaglówka.

**POPOŁUDNIE**

* **Usypianie zabawki** – zabawa przy muzyce
* **Oglądamy bajki** – oglądanie dowolnej bajki
* **Zabawa z książką.**  
  Dzieci uwielbiają słuchać bajek, w których występują bohaterowie noszący ich imię.  
  Rodzicu sięgnij po ulubioną książkę dziecka i zamień imię bohatera na imię Twojego dziecka. Opowiadanie historyjek z podstawionym imieniem jest doskonałym sposobem, by wzbudzić zainteresowanie dziecka czytaniem książek.