1. Za co lubimy wakacje? – rozmowa inspirowana wierszem G. Lech Co robią latem dni tygodnia?

. • Słuchanie wiersza G. Lech Co robią latem dni tygodnia?

– Co wy na to, że już lato? – Tydzień swoje dni zapytał. Poniedziałek zsiadł z roweru. – Radość dla kolarzy wielu! Wtorek książkę czytał właśnie. Mruknął tylko: – Lubię baśnie! Latawca puszczała Środa, bo piękna była pogoda. Czwartek rzekł: – Ja wciąż maluję, jak się świetnie w lesie czuję. Piątek tylko machnął ręką: – Chciałbym zagrać, lecz nieprędko znajdę gracza w tym upale. Szachów nie otwieram wcale. – A Sobota? – Cóż mam rzec. Niosę piłkę, dziś gram mecz. – Czy Niedziela coś dopowie? Nie dopowie, bo jest w kinie na animowanym filmie. A czy film ten był o lecie, w poniedziałek się dowiecie.

• Rozmowa na temat wiersza: Jaka pora roku już nadeszła? O co zapytał swoje dni Tydzień? Co zrobił i odpowiedział poniedziałek? Co zrobiły i odpowiedziały kolejne dni tygodnia?

Na zakończenie rozmowy Rodzic prosi dziecko, aby narysowało co najbardziej lubi robić w wakacje.

2. Ćwiczenia gimnastyczne – zestaw

Przybory: szyfonowe chustki

• Zabawa orientacyjno-porządkowa Spacer do lasu. Dzieci biegają swobodnie w różnych kierunkach. Na zawołanie: Stój, zatrzymują się i chowają za najbliższym meblem ( drzewem). Zabawę powtarzamy kilka razy.

• Ćwiczenia z elementem równowagi. Dzieci spacerują swobodnie np. z chustką na głowie, następnie kładą chustkę przed sobą i starają się chwycić ją palcami nóg i utrzymać przez chwilę. Ćwiczenia powtarzamy kilka razy, pamiętając o zmianie stóp.

• Ćwiczenie mięśni brzucha – Do góry i w dół. Dzieci leżą tyłem, chustkę wkładają między stopy. Unoszą ją stopami do góry i przekładają za głowę, a potem powracają do pozycji wyjściowej.

• Zabawa ruchowa z elementem czworakowania – Na plaży. Dzieci kładą chustki na podłodze. Chodzą na czworakach dookoła swoich chustek, naśladując szukanie na plaży muszli i bursztynów. Co jakiś czas klękają, wyciągają ręce, otwierają dłonie i pokazują, co znalazły.

• Ćwiczenie tułowia Samoloty. Dzieci siedzą w siadzie skrzyżnym. Chustki kładą na głowach. Jedną ręką tworzą daszek nad oczami, drugą trzymają na kolanach. Wykonują skręt tułowia i głowy w lewą stronę, a następnie w prawą stronę.

• Ćwiczenia przeciw płaskostopiu – Sprytne stopy. Dzieci chwytają palcami stopy chustkę leżącą na podłodze i podają go sobie do rąk.

• Zabawa ruchowa ożywiająca – Chronimy się przed słońcem. Dzieci biegają po pokoju, swobodnie wymachując chustkami. Na klaśnięcie zatrzymują się, rozciągając chustki nad głowami – chronią się przed słońcem.

• Zabawa uspokajająca Marsz z chustką. Dzieci maszerują po pokoju machając chustkami przed sobą.