

Temat tygodnia: Wakacyjne podróże

Poniedziałek: Wakacje na wybrzeżu

Po weekendzie trzeba rączki odpowiednio przygotować do pracy. Wykonaj następujące ćwiczenia:

- **Otwórz –zamknij** - Usiądź z łokciami na stole. Zaciśnij palce obu rąk w pięści. Szybkimi ruchami wielokrotnie otwieraj i zamykaj pięści.
- **Pokaż ręce** - Otwórz dłonie i rozszerz szeroko palce. Odwracaj ręce najpierw dłońmi do góry, potem w dół. Powtórz ćwiczenie wiele razy.
- **Nakręcaj** - Zaciśnij dłonie w pięści. Zrób nadgarstkami cztery okręgi najpierw w jedną stronę, a potem w drugą stronę.
- **Zwijaj** - Rozpocznij od otwartych dłoni, zginaj kolejno palce w kierunku do środka dłoni, zaczynając od małego palca, a kończąc na kciuku; potem odegnij palce jeden po drugim, zaczynając od kciuka, a kończąc na małym palcu. Ćwiczenie powtarzaj wielokrotnie.
- **Wkręcaj żarówkę** - Podnieś obie ręce do góry i wykonuj ruchy jak przy wkręcaniu żarówki. Powtórz wiele razy.
- **Strząsaj** - Potrząśnij obiema rękoma, tak jakbyś strząsał wodę po umyciu rąk.

Teraz otwórz fioletowe karty pracy na stronach 60-61 i wykonaj ćwiczenia.

Teraz otwórzcie książkę z czytankami na stronach 84 i 85. Poproś kogoś dorosłego, by przeczytał dla ciebie tekst z załącznika „Wakacyjne podróże”. Potem odczytaj samodzielnie tekst zawarty w twojej książeczce i odpowiedz na pytania:

- Co Olek, Ada i tata planowali z samego rana?
- Dzięki czemu mogli podróżować palcem po całym świecie?
- Jakie kontynenty były widoczne na globusie?
- Co wskazywał palec Olka?
 - Co wskazywał palec taty?
- Gdzie chciała pojechać mama?
- Co wspominała cały czas Ada?
- Co wskazywał palec Ady? Gdzie ona chciała pojechać na wakacje?

Jeśli masz w domu globus, spróbuj odnaleźć na nim miejsca wspomniane w opowiadaniu.

Włącz nagranie, które znajduje się pod linkiem

https://www.youtube.com/watch?v=mai_J-9VffQ

Co słyszysz? Czy chciałbyś jechać nad morze? Dlaczego?

Poproś rodzica, by czytał dla ciebie poniższy tekst, a ty odgrywaj ruchem to, co w nim jest opisane. W trakcie zabawy możecie odtwarzać powyższe nagranie.

Jesteśmy na plaży. Spoglądamy w niebo, na którym fruują latawce. Latawce unoszą się wysoko na wietrze. Teraz opadają w dół. Przestało wiać. Latawce opadają na piasek. Rysujemy na piasku kształt swojego latawca. Wietrzyk zaczyna lekko wiać, latawce podrywają się do lotu. Słońko świeci, piasek staje się gorący. Idziemy ochłodzić stopy w wodzie. Idąc, podnosimy wysoko kolana, staramy się utrzymać przez chwilę na jednej nodze. Wchodzimy do wody i ochładzamy ciała, polewając wodą ramiona, plecy, brzuch. Podskakujemy obunóż, rozchlapując wodę dookoła. Czas na kąpiel słoneczną. Kładziemy się na piasku i opalamy brzuchy. Patrzymy na niebo i podziwiamy latawce. Teraz opalamy plecy.

Wtorek: Góralskie liczenie

Otwórz książkę z czytankami (str.92-93) i przeczytaj cały tekst.

Przygotuj liczmany. Jeśli nie masz patyczków, możesz zastąpić je kredkami, klockami itp. Powinieneś mieć ich 10. Odczytaj zagadki, wykonaj działanie na liczmanach i odpowiedz na pytania.

Na hali, na hali

10 owiec juhas pasie

Dwie w góry mu uciekły

Ile teraz owiec masz juhasie?

Do zagrody 9 owiec

wpędził juhas młody

ale cztery starsze owce

Uciekły z zagrody

Policz teraz szybko mi

Ile owiec jeszcze śpi?

Na łące pod górą

Juhas owce pasie

Cztery czarne owce

I pięć białych hasa

Ile wszystkich owiec

Jest w stadzie juhasa?

Wymyśl „góralską” zagadkę do liczenia dla rodziców, nie musi być rymowana.

Pod linkiem zamieszczam pomysł na pracę plastyczną „Góry”. Obejrzyj i wykonaj własną pracę. Wykonaną pracę pochwal się koniecznie na facebooku.

<https://pracaplastyczna.pl/index.php/lato/371-gory>

Na koniec dnia zachęcam do rozwiązania rebusu:



~~TYG~~

+ Y

Jakie hasło powstało? Czy wiesz czego to nazwa? Jeśli nie, spróbuj to ustalić.

Środa: Lato na wakacjach

Otwórz fioletowe karty pracy na stronie 62 i wykonaj ćwiczenie.

Zaproś rodzinę do wspólnej zabawy. Ułóżcie na podłodze dużą kartkę papieru (jeśli macie, może to być bristol, szary papier, można skleić ze sobą kilka mniejszych kartek). Na środku wpiszcie słowo „WAKACJE”. Teraz niech każdy z was podaje, gdzie chciałby jechać na wakacje. Wpisujcie nazwy lub rysujcie symbole. Każdy może podać więcej niż jedno miejsce. Opowiedzcie pozostałym domownikom, dlaczego chcielibyście się udać w to konkretne miejsce. Możecie zachować później waszą pracę i zaznaczać, które miejsca udało wam się odwiedzić, albo naklejać obok nich wasze zdjęcia z podróży. W ten sposób powstanie specjalna mapa zwiedzonych miejsc. W załączniku „Mapa” zobaczycie, miejsca, które ja (ciocia Aga) zwiedziłam w Polsce ☺. Swoimi planami możecie pochwalić się na facebooku.

Teraz wykonaj ćwiczenia ze strony 63.

Odpocznij chwilę. Jeśli jest pogoda, zachęcam do spaceru lub do wycieczki rowerowej. Po odpoczynku zapraszam do obejrzenia filmiku.

<https://www.youtube.com/watch?v=xXyzlGuJ4mI&t=3s>

Teraz otwórzcie załącznik „Wakacyjna rymowanka” i wykonajcie zawarte tam ćwiczenie. Jeśli nie możesz wydrukować karty pracy, poproś rodzica, by przerysował dla ciebie wzory do rysowania po śladzie na kartkę papieru, a wierszyk możecie odczytywać z ekranu komputera.

Propozycja zabawy

Zagrajcie w kalambury. Motywem przewodnim niech będą wakacyjne czynności (np. pływanie w morzu, pływanie kajakiem, budowanie zamków z piasku, odbijanie piłką, jazda na rowerze, opalanie się, górską wspinaczką, rozbijanie namiotu, jazda na rolkach, gra w piłkę nożną itp.). Pokazujcie wybrane czynności bez wypowiedzania słów, a pozostali domownicy mają za zadanie odgadnąć, co lubicie robić latem. Potem zamieńcie się rolami. Można też wybrane czynności rysować lub zamiast pokazywać, opisywać pojedynczymi słowami (podpowiedzi).

Na koniec dnia zapraszam do zabawy z ciocią Kasią i jej filmikiem „Movefreeze”.

Czwartek: Nadeszło lato

Na początek dnia włącz wczorajszy film z języka angielskiego i utrwaj wiadomości w nim zawarte.

Teraz otwórz zielone karty pracy na stronie 77 i wykonaj ćwiczenie, a w fioletowych zrób ćwiczenia ze strony 64-65.

Odczytaj treść zagadek i odgadnij, o jaki środek lokomocji chodzi.

Pędzi po torze szybko, z daleka,
bo tłum podróżnych na stacji czeka.

Ma skrzydła, choć nie jest ptakiem
Lata podniebnym szlakiem.

Ma maskę, a pod nią konie
Cylindry - nie na głowie
A w środku siedzi człowiek
Na kartce papieru narysuj dowolny z nich.

Ta wielka, latająca maszyna
owada – ważkę przypomina

Teraz pora na odpoczynek. Spędź ten czas tak, jak lubisz.
Po przerwie wykonaj ćwiczenia ze strony 66 w fioletowych kartach pracy.

Teraz czas na odrobinę ruchu. Przygotuj sobie wodę, żebyś mógł/mogła się napić w międzyczasie. Potrzebna też będzie ci piłka. Jeśli masz piłkę plażową - to świetnie. Jeśli nie, możesz ją zastąpić inną piłką, byle nie była zbyt mała.

1. Usiądź na nogach na podłodze i połóż piłkę przed sobą. Roluj piłkę rękami w przód tak daleko, jak sięgniesz, a potem roluj ją z powrotem w swoją stronę (10x)
2. Siądź w rozkroku na podłodze i chwyć piłkę obiema dłońmi. Próbuj nią dotknąć palców u stopy (naprzemiennie raz prawej, raz lewej). (10x)
3. Stań w rozkroku i unieś piłkę dwoma dłońmi nad głowę. Wykonuj skłony, dotykając piłką raz lewej, raz prawej stopy. (10x)
4. Połóż się na podłodze na plecach. Wyprostuj nogi. Piłkę włóż między stopy i podnoś ją w górę, tak by nie spadła na podłogę (15x).
5. Leż dalej na podłodze. Nogi ugnij lekko w kolanach. Piłkę włóż między kolana i ściskaj ją delikatnie kolanami. (20x)
6. Wstań. Włóż piłkę między kolana i skacz po wcześniej wyznaczonym torze, tak by piłka nie wypadła (trasa musi mieć przynajmniej 4m).
7. Ustaw przed sobą cel, do którego będziesz trafiać piłką. Najpierw staraj się trafić piłką z bliskiej odległości. Po każdym udanym rzucie odsuwaj się o jeden mały krok w tył. Zaznacz najdalszą odległość, z jakiej udało ci się trafić. Zaproś pozostałych zawodników do zawodów i sprawdźcie, kto z was najlepiej rzuca do celu.
8. Usiądź na podłodze, połóż piłkę pod stopą i roluj ją nogą w przód i w tył. Potem zmień stopę (każda stopa po 10x).
9. Siądź „po turecku” i oddychaj spokojnie, wdychając powietrze nosem, a wydychając ustami. (pół minuty)

Piątek: Słoneczny uśmiech

Dziś na początek dnia wiersz „Słoneczny uśmiech”. Spróbuj przeczytać go sam/sama.

Nadchodzą wakacje,
słoneczna pora.
Słoneczny uśmiech
śle więc przedszkolak.

Promienny uśmiech
prześle też górą,
by się nie kryły
za wielką chmurą.

I tym uśmiechem
ze słońkiem razem
ogrzeje wszystkie
nadmorskie plaże.

Ma jeszcze uśmiech
dla wszystkich dzieci,
niech im w wakacje
słoneczko świeci.

Czy pamiętasz, kto przesyłał uśmiechy? Komu je przesyłał? A dlaczego przesyłał je dzieciom?

Poszukaj w albumach (może też być na komputerze, jeśli nie masz wywołanych zdjęć) wasze zdjęcia z rodzinnych wakacji. Wybierz kilka i opowiedz rodzicom o tym, co jest na konkretnym zdjęciu w 5 zdaniach. Potem otwórz fioletowe karty pracy na str 68-69 i wykonaj ćwiczenia.

W ramach relaksu zapraszam do zabawy z piosenką z „Baby shark” w wersji Pinkfong. Jestem pewna, że każdy z was dobrze ją zna 😊. Znajdziecie ją tu:
<https://www.youtube.com/watch?v=XqZsoesa55w>

Teraz wykonaj ćwiczenia ze strony 70 w fioletowych kartach pracy.

W załączniku „Flashcards” zamieszczam obrazki do utrwalania słów w języku angielskim. Jeśli nie masz możliwości ich wydrukować, możesz narysować własne obrazki. Zabaw się z rodzicami lub z rodzeństwem w „What’s missing?” – ułóżcie karty obrazkowe w rzędzie na podłodze. Jedno z was zamyka oczy, drugie chowa jeden obrazek i pyta „What’s missing?”. Zadaniem pierwszej osoby jest odgadnięcie, co zniknęło. Jeśli nie jesteście pewni słówek, możecie wcześniej oglądnąć śródowy filmik.

Teraz otwórz ponownie fioletowe karty pracy i wykonaj ćwiczenia ze strony 71, a w zielonych na stronach 78-79.

Dbaj o to, by nie spędzać całego dnia na siedząco. W ramach ćwiczeń gimnastycznych możesz poćwiczyć z cicią Kasią, sam wybierz filmik, który ci odpowiada. Możesz też powtórzyć zestaw ćwiczeń, który proponowałam wczoraj.

Miłego weekendu! Pozdrowienia od wszystkich ciocie!!!

