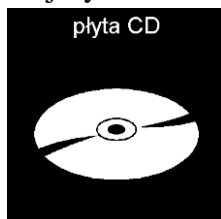




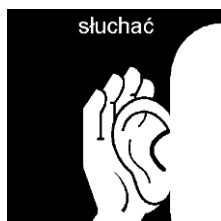
Temat dnia: Kosmiczna gimnastyka



- 1) **Kalendarz** – proszę o wskazanie dnia tygodnia, pory roku oraz pogody jaką mamy w dzisiejszym dniu <https://autyzmopole.pl/?p=4455>



- 2) **Knill**. <https://autyzmopole.pl/?p=5715>

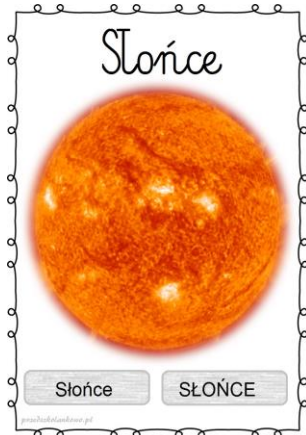


- 3) Na początku naszego zajęcia posłuchamy piosenki „**Budujemy ciszę**”.
<https://youtu.be/tb5TAMjNvM>

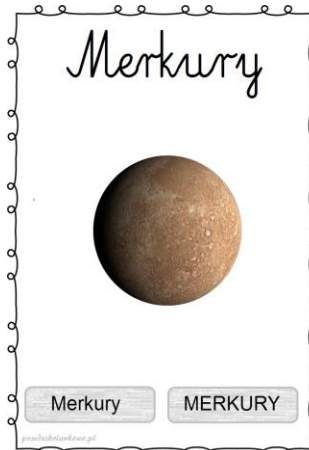


- 4) Mamusia/ tatuś przeczyta Ci wiersz Natalii Łasochy „**Kosmos**”
Kosmos jest ogromny i wciąż niezbadany,

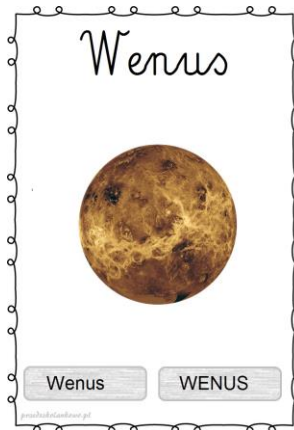
ale osiem planet bardzo dobrze znamy.
One nieprzerwanie krążą wokół Słońca.
A **Słońce** to gwiazda, jasna i gorąca.



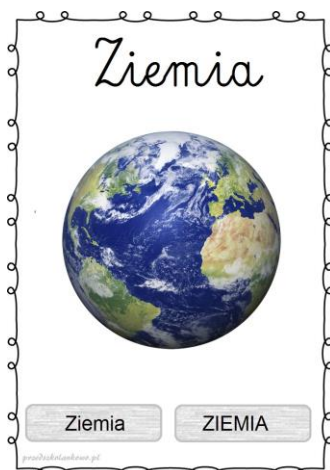
Merkury jest najmniejszy i krąży powoli.



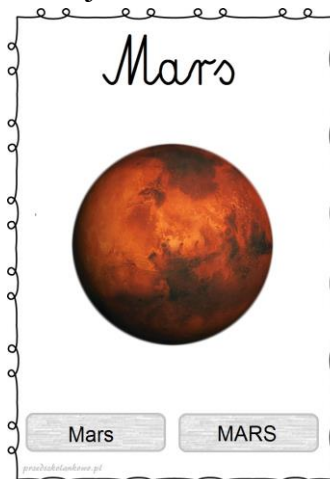
Wenus, widoczna z daleka, to najgorętsza planeta.



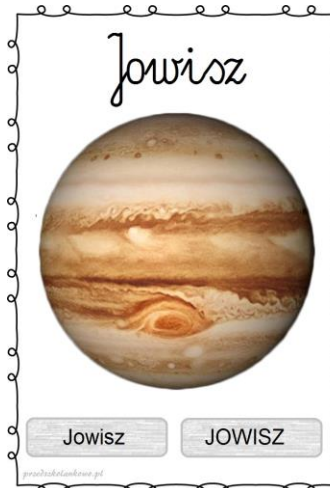
Ziemia – to tu mieszkamy, na niej powstało życie.



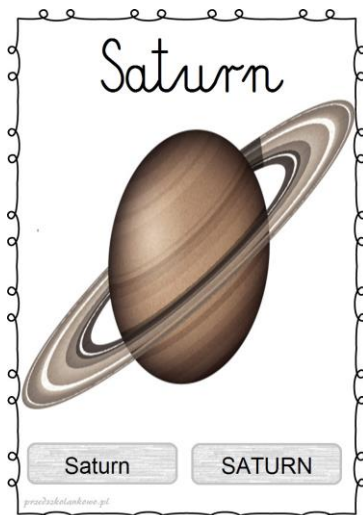
Mars jest w kolorach czerwieni, sporo tu skał i kamieni.



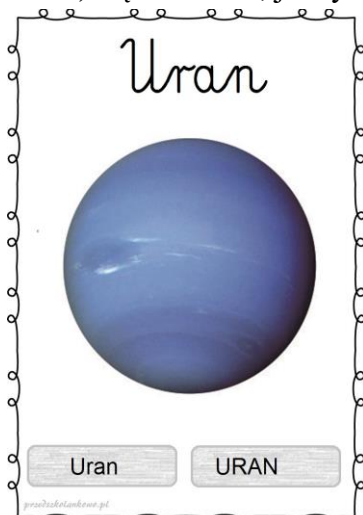
Jowisz z wszystkich największy, z Wielką Czerwoną Plamą.



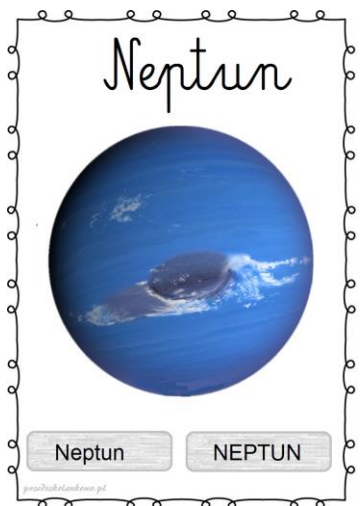
Saturn ma siedem pierścieni, barwami toffi się mieni.

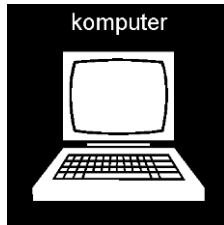


Uran, błękitna kula, jakby mgłą otoczona.



Neptun na końcu wiruje, tu zimno nie ustępuje.





- 5) Obejrzyjcie film **Układ słoneczny** <https://youtu.be/Aug7FRYvIHU>



- 6) **„Gimnastyka Smyka”** – zestaw ćwiczeń gimnastycznych – dzieci wykonują ćwiczenia gimnastyczne zgodnie z poleceniem :

1. **„Kosmiczna gimnastyka”** – rozgrzewka – mamusia/tataś recytuje wierszyk i pokazuje czynności, które naśladują dzieci. Zabawę powtarzamy dwukrotnie.
Prawą nogą wypad w przód (robimy wykrok prawą nogą)
i rączkami zawiąż but (udajemy wiązanie buta)
Powrót, przysiad, dwa podskoki (robimy przysiad i dwa podskoki)
W miejscu bieg i skłon głęboki (biegniemy chwilę w miejscu i wykonujemy skłon)
Wymach rączek w tył, do przodu (wymachujemy rękoma do tyłu i do przodu w skłonie)
I rannego nie czuć chłodu.

2. **„Kosmiczne wstawanie”** – zabawa ćwicząca duże grupy mięśniowe – każde dziecko kładzie się na podłodze i wstaje z pozycji leżącej bez podpierania się rękami. Ćwiczenie powtarzamy 4-5 razy.

3. **„Droga mleczna”** – zabawa relaksacyjna – dzieci siedzą w siadzie skrzyżnym. Mamusia/tataś mówi tekst masażyka i co należy „namalować” na plecach. Zabawę powtarzamy dwukrotnie.

Była sobie mleczna droga – rysujemy krętą linię
Pełna wielu błyszczących gwiazd – stukamy palcami
Na jednej z planet – rysujemy koło
Ufoludek mieszka
Co chude nóżki ma – dwoma palcami rysujemy dwie linie
Ma duże zielone uszy – łaskoczemy uszy
I szyję długą ma – gładzimy szyję
Dwa okrągłe brzuszki – dwoma palcami rysujemy dwa kółka
I śmieje się ha, ha, ha – łaskoczemy brzuszek



7) Wykonanie Kart Pracy
podam drogą mailową.

Ćwiczenie grafomotoryczne. Karty pracy



8) Praca plastyczna

„Układ słoneczny”

Przygotujcie plastelinę, czarną kartkę i białą pastele. Dzieci lepią z plasteliny planety i ćwiczą swoje małe rączki.

W tym czasie narysujcie na kartce okręgi - orbity.

Poukładajcie planety na orbitach, a na środku umieście Słońce (przypomnij dziecku, że planety krążą wokół Słońca poruszając się po orbitach).

Teraz czas na ćwiczenie koordynacji ręka - oko.

Zadaniem dziecka jest okrążenie Słońca przez każdą planetę. Chodzi tutaj o to, aby dziecko toczyło kulkę z plasteliny po narysowanym okręgu.



**Życzę udanej zabawy! Miłego, słonecznego popołudnia. Powodzenia.
Pozdrawiam Oksana Stakhovska**