



**Z CYKLU...**

**„UCZYMY SIĘ Z RODZICAMI”**

**DROGIE DZIECI, DRODZY RODZICE!**

**ZAPRASZAMY NA KOLEJNY ZESTAW ZABAW, ĆWICZEŃ.  
ZACHĘCAMY DO NADSYŁANIA WASZYCH PRAC, BĄDŹ ZBIERANIA  
ICH DO TECZKI „ZADAŃ SPECJALNYCH”.**

**PROPOZYCJE ĆWICZEŃ DOSTOSOWANE SĄ DO INDYWIDUALNYCH  
POTRZEB ROZWOJOWYCH I EDUKACYJNYCH  
ORAZ  
MOŻLIWOŚCI PSYCHOFIZYCZNYCH DZIECI  
REALIZUJĄCYCH POMOC PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNĄ,  
A TAKŻE OBJĘTYCH KSZTAŁCENIEM SPECJALNYM**

MariaChamarowska - [m.chamarowska@p2.laziska.pl](mailto:m.chamarowska@p2.laziska.pl)

LiliannaCzempa - [l.czempa@p2.laziska.pl](mailto:l.czempa@p2.laziska.pl)

MonikaRudek - [m.rudek@p2.laziska.pl](mailto:m.rudek@p2.laziska.pl)

**TEMAT TYGODNIA:  
JESTEM PRZYJACIELEM PRZYRODY**



**PROPOZYCJE ZABAW, ZADAŃ DLA DZIECI**

**PONIEDZIAŁEK  
20.04**

**„W naszym  
ogródeczku”**

**1. Film edukacyjny „Wędrowki skrzata Borówki” - Ogród**  
<https://youtu.be/HKbblzMIEo> - (RosNUtki TV)

**Powiedz:**

- Jakie rośliny można znaleźć w ogrodzie?
- Jakie zwierzęta i jakie owady można spotkać w ogrodzie?
- Jaki kwiat nazywany jest królową ogrodu?
- Co, oprócz kwiatów można jeszcze uprawiać w ogrodzie?
- Kto to jest pan ogrodnik? Czym się zajmuje?

**2. „W naszym ogródeczku” - zabawa ruchowo - naśladowcza**

*Spróbujcie ilustrować treść wg poniższych wskazówek.*

*W naszym ogródeczku  
zrobimy porządki*

dz. rysują rękoma koła przed sobą  
dz. „grożą” palcem wskazującym, na zmianę jedną  
i drugą ręką

*Wygrabimy ścieżki  
przekopujemy grządki  
Raz dwa trzy.*

dz. naśladują grabienie  
dz. naśladują kopanie łopata  
dz. klaszczą 3 razy

*Potem w miękką ziemię  
wsiejemy nasionka*

dz. naśladują wrzucanie nasionek do ziemi

*Będą się wygrzewać  
na wiosennym słońcu  
Raz dwa trzy.*

dz. „wkręcają żaróweczki”  
dz. klaszczą 3 razy

*Spadnie ciepły deszczyk  
i wszystko odmieni  
W naszym ogródeczku*

dz. poruszają paluszkami ponad głowami i  
powoli  
opuszczają je wzdłuż całego ciała aż do podłogi.  
dz. rysują rękoma koła przed sobą.

**3. „Narzędzia ogrodnicze”** – oglądanie fotografii przedstawiających narzędzia ogrodnicze; można również wykorzystać autentyczne przedmioty (grabie, konewka, sekator, motyka, łopata, taczki itp.).

- **zabawa słownikowa:** „Jakie prace ogrodowe można wykonać przy pomocy prezentowanych narzędzi?” (kopanie ziemi, grabienie liści/wyrównywanie grządek, podcinanie gałązek).



- **dzieci młodsze:**
  - próba nazwania narzędzi ogrodniczych, podział nazw na sylaby; układanie przed sobą tyle zabawek, ile jest sylab w danym wyrazie,
- **dzieci starsze:**
  - wyodrębnianie głoski w nagłosie (na początku wyrazu) i w wygłosie (dla chętnych),

#### 4. „Muchy i pająk” - zabawa ruchowa dla całej rodziny:

Dzieci biegają swobodnie, naśladując gestami, dźwiękiem muchy. Na zawołanie "pająk!", zastygają w bezruchu. Osoba pełniąca funkcję pająka wychodzi na spacer pomiędzy uczestników zabawy- uważnie obserwując czy ktoś się nie porusza. Ten kto nie wytrzyma w bezruchu, zabierany jest do "sieci" (miejsce z boku pola zabawowego). Gdy pająk na chwilę wraca do sieci, muchy mają możliwość swobodnego fruwania, aż do następnego polowania.

**WTOREK  
21.04**

**„Od cebulki do  
kwiatka”**

**1. Zestaw zabaw ruchowych z elementami metody Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne**

**Zabawy na wycucie brzucha, pleców, pośladków, nóg i rąk.**

- leżenie na plecach – wciskanie się w podłogę
- leżenie na brzuchu – wciskanie się w podłogę

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- siedząc – kręcenie się w kółko na pośladkach</li> <li>- siedząc – przyciąganie kolan, chowanie głowy, rozprostowywanie się do pozycji siedzącej</li> <li>- czołganie się na brzuchu do przodu, z wyciąganiem i zginaniem na przemian rąk</li> <li>- czołganie się na plecach do przodu z wyciąganiem i zginaniem na przemian rąk</li> <li>- podciąganie kolan do siadu skulnego</li> <li>- w siadzie prostym rozcieranie i poklepywanie kolan</li> </ul> <p><b>2. „Bajka o żółtym tulipanie” - dzieci starsze</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FMLwRjaGuWE">https://www.youtube.com/watch?v=FMLwRjaGuWE</a></p> <p><b>3. Zabawa „Cebulka” – dzieci wykonują czynności, o których opowiada rodzic.</b>  Tulipanek mieszkał sobie w swoim domku (<b>w cebulce</b>), głęboko pod ziemią (<b>dzieci leżą na podłodze, zwijając się jak najmocniej</b>). Było tam ciepło, cicho i ciemno (<b>dzieci zamykają oczy i cichutko leżą</b>). Jednak pewnego dnia zrobiło mu się jakoś niewygodnie (<b>dzieci zaczynają się wiercić</b>), nagle cebulka pękła i tulipanek wysunął mały kielek (<b>dziecko wysuwa w górę rękę lub nogę</b>), potem kielek zaczął rosnąć i rosnać (<b>dzieci powoli unoszą się do góry</b>), wypuścił listki i pięknie zakwitł (<b>dzieci unoszą ręce w górę, jakby to były płatki kwiatów</b>). Teraz w ogrodzie kwitnie dużo pięknych tulipanów (<b>dzieci obracają się w jedna i drugą stronę, uśmiechają się</b>).</p> <p><b>4. „Mali ogrodnicy”</b> -zachęcamy do zrobienia „<b>eko-warzywniaka</b>” w mieszkaniu, na balkonie, w ogrodzie. To bardzo proste, a przy tym, wyhodowane samodzielnie przez dzieci warzywa i zioła na pewno będą z chęcią przez nie kosztowane:)  Możecie zasadzić również kwiatki, ozdobić doniczkę i systematycznie podlewać:)</p>
<p><b>ŚRODA</b>  <b>22.04</b></p> <p><b>„Święto Ziemi”</b></p>	<p><b>1. Wiersz „Nasza Ziemia”</b> - zachęcamy do nauki wiersza lub wybranej zwrotki.  Można również pobawić się w „<b>dokończ zdanie</b>” - dziecko próbuje dopowiedzieć ostatni rymujący się wyraz w zdaniu.</p> <p>Wokół słońeczka - pewnie to wiecie,  krąży planeta najmilsza w świecie.  Z daleka patrząc tonie w błękicie,  a jak wiadomo woda to życie.</p> <p>W zieleni lasów, łąk i gaików  Wszelakich stworzeń żyje bez liku:  roje owadów, tęczowe ptaki,  gady i płazy, ryby i ssaki.</p> <p>Dla nich owoce rosną na drzewach,  a w kłosach złote ziarno dojrzeje.  Dla nich nasionko, maleńkie takie,  staje się rzepką albo burakiem.</p>

	<p>Gdy sięgnąć głębiej - ku sercu Ziemi, węgiel, gaz ropę - wszystko znajdziemy ! Pokłady srebra i soli skały, wszystkie potrzebne materiały.</p> <p>Chrońmy bogactwa te nieprzebrane, Szanujmy skarby darmo nam dane, Cało to dobro, które jest dla nas. Niech żyje ZIEMIA - nasza kochana.</p> <p><b>2. Słuchanie piosenki „Ziemia - wyspa zielona” - dzieci młodsze</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-ZQTnkXpcCA">https://www.youtube.com/watch?v=-ZQTnkXpcCA</a></p> <p><b>„DZIEN ZIEMI” - informator dla dzieci starszych</b> <a href="https://drive.google.com/drive/folders/1Tt79iCbVGkYzx587gBA2SNmLMonhyhFf">https://drive.google.com/drive/folders/1Tt79iCbVGkYzx587gBA2SNmLMonhyhFf</a></p> <p><b>3. Praca plastyczna „Szanujmy Ziemię” - wykonanie pracy dowolnie, według pomysłu dzieci:)</b></p> <p><b>4. „Ziemia – powietrze – woda” - zabawa ruchowa, rozwijanie mowy i myślenia.</b> <b>I wersja:</b> Dzieci maszerują w rytm muzyki. Na pauzę , rodzic wymienia nazwy zwierząt. Dzieci pokazują, gdzie żyje dane zwierzę: <u>kucają</u> – jeśli porusza się po ziemi, <u>wspinają się na palce</u> – jeśli potrafi latać, <u>naśladowanie dłonią fali</u> – jeśli żyje w wodzie. <b>II wersja:</b> Rodzic naśladuje czynności (kuca, stoi na palcach, naśladuje ruch fali. Natomiast dziecko podaje nazwę zwierzątka☺)</p>
<p><b>CZWARTEK</b> <b>23.04</b></p> <p><b>„Segregujemy śmieci”</b></p>	<p><b>1. Bajka edukacyjna - „Rady Pana śmietnika”</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=RV5IBJGAYpY">https://www.youtube.com/watch?v=RV5IBJGAYpY</a></p> <p><b>2. „Segregujemy śmieci” - ćwiczenia gimnastyczne</b></p> <p>✓ <b>„Ruchliwy odpadek” - ćwiczenia ramion i pleców.</b> <b>Dziecko otrzymuje gazetę, która zgniata w kulkę i wykonuje:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- krążenie prawą/ lewą ręką</li> <li>- krążenie naprzemienne i jednocześnie obiema rękami</li> <li>- podrzuty i łapanie kulki prawą/lewą ręką</li> <li>- skłony na boki w rozkroku</li> <li>- skłony w przód z dotknięciem kulką podłoża i wyprost z podniesieniem kulki nad głowę</li> <li>- krążenie biodrami w prawo i lewo</li> <li>- skłon w przód i toczenie kulki dookoła stóp raz w prawą raz w lewą stronę</li> </ul> <p>✓ <b>„Karmimy stwora głodomora” - zabawa rzutna</b> Ustawiamy pojemnik / kosz w wyznaczonej odległości i rzucamy gazetą do pojemnika. Na koniec sprawdzamy, przeliczamy ile udało się wrzucić.</p> <p>✓ <b>„Śmieci do pojemników” - zabawa aktywizująca duże grupy mięśniowe i mięśnie stóp.</b> Dziecko chodzi w podporze tyłem z kulką z gazety na brzuchu, tak aby kulka nie spadła. Na dany znak np. „siad” - siada i chwytą kulkę palcami stóp. Powtarzamy</p>

	<p>ćwiczenie parę razy.</p> <p>✓ <b>„Papierki do kosza” - zabawa wzmacnia mięśnie stóp</b> Na dywanie rozsypujemy kawałki gazety. Zadaniem dziecka jest „zmiecenie ich” za pomocą stóp w wyznaczone miejsce .</p> <p>✓ <b>„Podnieść odpadek” - ćwiczenia mięśni grzbietu</b> Dziecko przyjmuje pozycję leżenia przodem. Otrzymuje jeden przedmiot ( rolka po ręczniku toaletowym, kawałek gazety, plastikowa butelka, torba foliowa). Na umówione hasło „odpadek” dziecko chwyta go obiema rękami, unosi i trzyma przez chwilę nad podłożem.</p> <p><b>3. „Jak przetwarza się odpady?” - opowiadka logopedyczna</b></p> <p>Każde dziecko w swoim domu segreguje śmieci. Do innego pojemnika wrzuca plastik i metal ( <b>wypychanie językiem prawego policzka potem lewego</b>), do innego papier ( <b>wypychanie przestrzeni między górną wargą a zębami</b>), a do jeszcze innego szkło ( <b>wypychanie językiem przestrzeni między dolną wargą a zębami</b>). W niektórych miastach bywa tak, że jeden pojemnik w domu przeznacza się na plastik, metal, papier, a drugi na szkło ( <b>powtórzenie wyżej opisanych kolejnych ruchów</b>). Kiedy kosze są pełne, wtedy przyjeżdżają śmieciarze i zabierają posegregowane śmieci ciężarówką do sortowni ( <b>naśladowanie warczenia silnika ciężarówki</b>). Tam śmieci rozkłada się na różne taśmy ( <b>kilkukrotne wystawianie języka i chowanie go do buzi</b>). Śmieci wędrują do maszyny, która je rozdrabnia na małe elementy ( <b>otwieranie i zamykanie buzi wyszczerzonej w uśmiechu</b>). Plastik, metal lub szkło trafiają do wielkich pieców, w których zmienia się je w gorącą masę ( <b>gwizdanie, niczym czajnik z wrzącą wodą lub wypuszczanie powietrza przez dzióbek z warg</b>). Masę przelewa się do foremek, z których powstają nowe słoiki, puszki lub butelki. Papier natomiast miesza się z wodą ( <b>oblizywanie językiem ust</b>), a z powstałej w ten sposób masy wytwarza się papier makulaturowy.</p> <p><b>4. Tworzymy „EKO - ZABAWKĘ”</b> - zachęcamy do użycia: gazety, rolek po papierze, plastikowych butelek, zakrętek itp.</p>
<p><b>PIĄTEK</b> <b>24.04</b></p> <p><b>„Eko - przygoda”</b></p>	<p><b>Drodzy Rodzice, jak wicie nasze przedszkole bierze udział w programie „Mamo, tato wolę wodę”. Zachęcamy do przeprowadzenia wybranej przez Was wspólnie z dziećmi „Eko - przygody”. Propozycje znajdziecie w załączniku nr 1.</b></p> <p>Zachęcamy również do nadesłania zdjęć z przeprowadzonych przygód:)</p>
<p><b>DODATKOWE</b></p>	<p><b>4 latki: „Zabawy z guzikami”</b></p> <p><b>Potrzebne:</b> guziki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Przeliczanie guzików w zakresie dostępnym dziecku;</li> <li>- Układanie: koła, kwadratu z guzików</li> <li>- Klasyfikowanie według określonej cechy np. koloru</li> </ul> <p><b>5,6 latki: „Zabawy z guzikami”</b></p> <p><b>Potrzebne:</b> guziki, kartoniki z cyframi ( ilość dostosowujemy do możliwości dziecka)</p>

- Układanie obrazka, postaci, figury, litery z guzików.
- Segregowanie guzików pod względem kształtu, koloru
- **Czym różnią się guziki?** Segregowanie pod względem wielkości, kształtu
- Segregowanie pod względem ilości dziurek w guziku. Dzieci liczą guziki z określoną liczbą dziurek i układają przy nich kartoniki z odpowiednimi cyframi.

**Zabawę można na dowolny sposób modyfikować :)**

Np. Czarna, bądź biała kartka z bloku – narysuj wzór i poproś dziecko o ułożenie na wzorze guzików, kamyczków, grochu, fasoli itp. Co ćwiczymy? **Koordinacja oko-ręka, a także motorykę małą!**





## PRZYGODA 3

5-6  
LAT



### Energicznie

Jak energia płynie z wody, to nie cierpi świat przyrody.  
Wanda wieńczy huk owacji, gdy pokaże Wam ją w akcji.

#### CELE:

- Budzenie zainteresowania przyrodą
- Rozwijanie motoryki małej oraz dużej

#### PORUSZANE ZAGADNIENIA:

- Odnawialne źródła energii

#### MATERIAŁY:

- Papierowe tódkki
- Miska z wodą



PAPIEROWE  
LÓDKI



MISKA  
Z WODĄ

#### WYKONANIE:

1. Złóż tódkki z papieru i umieść je na powierzchni wody.
2. Z zachowaniem szczególnej ostrożności skieruj na nie strumień powietrza z wentylatora lub suszarki do włosów.
3. Czas na zabawę! Możecie urządzać wyścigi – każdy dmucha na swoją tódkkę tak, aby jak najszybciej dołynęła na drugi brzeg.







# PRZYGODA 5

3-4  
LATA

5-6  
LAT



## Plastikowe obrazki

Zróbcie użytek z przedmiotów, które wyszły już z obrotu!  
Basia zdradzi, jak butelka sprawdza się w roli pędzelka.

### CELE:

- Wdrażanie społecznych zachowań, m.in. szacunku do otoczenia
- Rozwijanie motoryki małej

### PORUSZANE ZAGADNIENIA:

- Upcykling (wtórne wykorzystanie przedmiotów/odpadów)

### MATERIAŁY:

- Plastikowe butelki z nakrętkami
- Plastikowe widelce
- Folia bąbelkowa
- Rolki po ręcznikach papierowych
- Farby
- Kartki



### WYKONANIE:

1. Opowiedz dziecku o wtórnym wykorzystaniu zużytych przedmiotów. Pokaż, jak użyć materiałów, które dajesz mu do dyspozycji.
2. Poproś dziecko, aby odcisnęło na kartkach zamoczone w farbie dno butelki, plastikowy widelec itp.
3. Wspólnie stwórzcie swoje recyklingowe obrazki!





# PRZYGODA 6

3-4  
LATA

5-6  
LAT



## Robimy grzechotki

Kto powiedział, że te rzeczy już nadają się do śmieci?!  
Według Basi krążą plotki, że się robi z nich grzechotki.

### CELE:

- Wdrażanie dobrych społecznych zachowań, m.in. szacunku do otoczenia
- Rozwijanie motoryki małej

### PORUSZANE ZAGADNIENIA:

- Upcykling (wtórne wykorzystanie przedmiotów/odpadów)

### MATERIAŁY:

- Butelki, puszki
- Plastikowe sztucce (tyżki i widelce)
- Plastikowe jajka
- Balony, gumki recepturki
- Taśma klejąca i klej
- Taśma ozdobna i papier kolorowy
- Ryż, groch, fasola
- Inne dostępne materiały



### WYKONANIE:

1. Z różnych dostępnych przedmiotów przygotujcie wspólnie różne instrumenty. Poniżej kilka inspiracji.





# PRZYGODA 5

3-4  
LATA

5-6  
LAT



## Wodna muzyka

Jak chcecie się wyrwać z drzemki, stwórzcie z wody różne dźwięki i zatańczcie z myszką Fiki w rytm powstałej tak muzyki!

### CELE:

- Budzenie zainteresowania zjawiskami przyrodniczymi i chemicznymi
- Rozwijanie motoryki małej

### PORUSZANE ZAGADNIENIA:

- Dźwięki
- Właściwości wody

### MATERIAŁY:

- Metalowe miski (różne wielkości)
- Różne łyżki – metalowe, drewniane, ze sztucznego tworzywa
- Woda



RÓŻNE  
ŁYŻKI



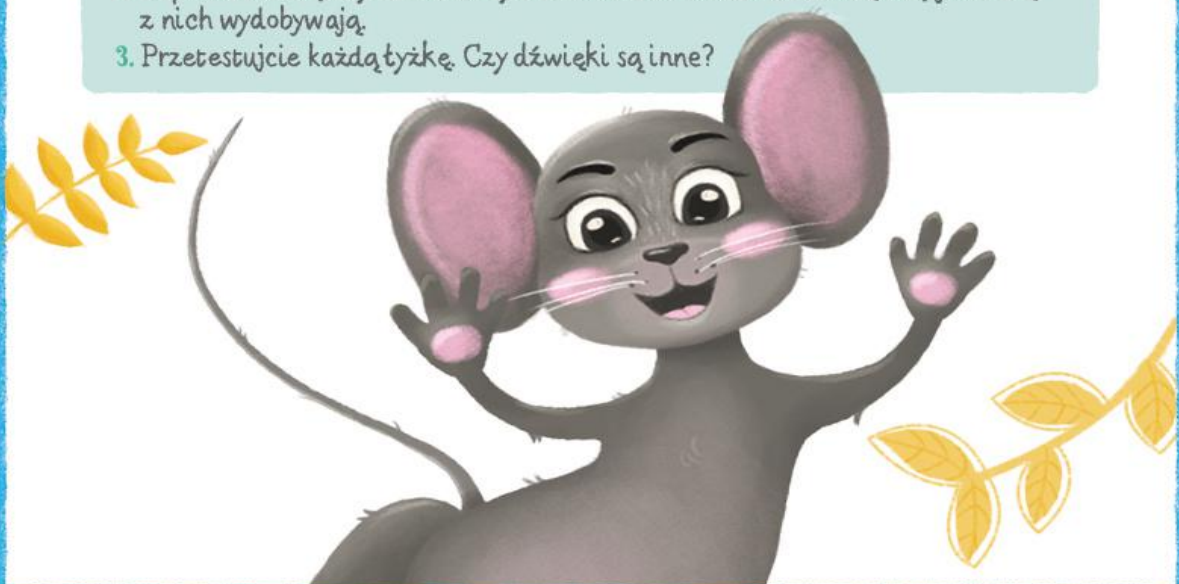
WODA



METALOWE MISKI

### WYKONANIE:

1. Wlej wodę do misek – do każdej inną ilość.
2. Poproś dziecko, aby uderzało łyżkami o miski i słuchało dźwięków, jakie się z nich wydobywają.
3. Przetestujcie każdą łyżkę. Czy dźwięki są inne?



## PROPOZYCJE PRAC :

Potrzebne: gazety, kredki, mazaki:)



Potrzebne: plastikowe butelki, farby, mazaki, kolorowe kartki





**Potrzebne:** nakrętki plastikowe



## Domowy ruchomy piasek

Do zrobienia magicznego piasku użyj:

500g mąki ziemniaczanej

1,5 kg piasku

wody

Po zmieszaniu mąki z piaskiem dodaj wodę i wymieszaj wszystko w misce do uzyskania odpowiedniej konsystencji.

**Teraz czas na zabawę!** Odciskanie śladów dłoni, jeżdżenie samochodzikami po ruchomych piaskach, rysownie znikających literek i szlaczków, ukrywanie szklanych kulek i wiele innych pomysłów, które przyjdą do głowy.



## Masa piaskowa do malowania

Do wykonania rosnącej masy piaskowej potrzebujesz:

wodę, sól, piasek, mąkę

Wszystkie składniki dokładnie wymieszaj za pomocą łyżki.

Teraz można namalować morze, plażę i inne elementy w zależności od dziecięcej fantazji. Po wypieczeniu masa twardnieje, jest szorstka i piaskowa stwarzając piękny efekt 3D.



**ŻYCZYMY UDANEJ ZABAWY**