

**Zestaw aktywności do wykorzystania przez rodziców
i nauczycieli podczas pracy zdalnej**

Opracowała: mgr Małgorzata Krause-Toppa

Spis treści

Wprowadzenie

Zabawy w formie opowieści ruchowej	4
Spacer po parku	
Miś w lesie	
Wielka wyprawa Tygryśka	
Zestaw zabaw i ćwiczeń gimnastycznych z wykorzystaniem metody R. Labana	6
Zabawy i ćwiczenia gimnastyczne z wykorzystaniem kolorowej bibuły.....	6
Marsz zgodnie z muzyką	
Powitajmy się – zabawa rozwijająca orientację w schemacie własnego ciała	
Gdzie ma oko, gdzie mam nos	
Tańczące bibułki	
Figury, figurki	
Jak najwyżej	
Sprytnie palce	
Jak w lustrze	
Cień	
Wichura	
Zabawy z wykorzystaniem kolorowych chust	8
Dzień dobry	
Idziemy na spacer – zabawa orientacyjno - porządkowa	
Wiej wietrzyku	
Jak motyle	
Kształtowanie świadomości własnego ciała	8
Gąsienica	
Poruszam się jak kot, słoń, wróbel	
Kwiat	
Wycucie ciężaru i czasu	8
Piłka	
Film	
Wycucie przestrzeni	9
Pułapka	
Rysunki	
Zabawy sensoryczne	9
Figury	
Przesyłka pełna niespodzianek	
Poszukiwanie skarbów	
Tajemnicza ścieżka	
Masażyki wdg, M Bogdanowicz	10
Kanapka	
Słoń na wycieczce	
Bocian i szpak	
Zabawy plastyczne	11
Rok i jego dom	
Moja drabina marzeń	
Kołatka – instrument muzyczny	
Mozaika – ćwiczenia manualne dla dzieci młodszych	
Zabawy badawcze	12
Kolorowe farby	
Czarowanie z kostkami lodu- badanie właściwości różnych substancji	
Eksperyment z wodą	

Ruszający się cień	
Zabawy ruchowe ogólnorozwojowe	13
Dosięgnij chmurkę – ćwiczenia rozciągające mięśnie rąk i nóg	
Siadanie i szybkie wstawanie	
Jazda na rowerze	
Chrabąszcze	
Spacer wśród obłoków – doskonalenie umiejętności skakania	
Taniec chmurka – ćwiczenia wzmacniające mięśnie nóg	
Zapylamy kwiaty	
Zabawy matematyczne	14
Słysz, liczę	
Najdłuższy, najkrótszy – rozwijanie umiejętności mierzenia	
Jak daleko	
Orzechy do koszyka – doskonalenie umiejętności dodawania	
Ukryte listy	
Barwy jesieni	
Zabawy wzbogacające zasób słownictwa oraz stymulujące umiejętności językowe	16
Rymowanki	
Wyszukiwanie przeciwieństw	
Płynie okręt po morzu – dzieci starsze	
Sylabowe domino	
Rozróżnianie głosek w wyrazie	
Zagadki słuchowe	

Literatura

Wprowadzenie

Nauczanie zdalne nowym wyzwaniem współczesnej edukacji.

Nauczanie i uczenie się z wykorzystaniem nowoczesnych technologii telekomunikacyjnych i informatycznych stanowi już stałą składową rzeczywistości kształcenia na świecie. Nauczanie przez Internet będące jedną z form edukacji na odległość przełamuje od pewnego czasu stereotypy dotyczące tzw. procesu przekazywania wiedzy.

Nowy trend edukacyjny nie jest wyłącznie wynikiem rozwoju technik informatycznych, które mają uatrakcyjnić współczesną edukację. Jest on odpowiedzią na zapotrzebowania społeczeństwa podyktowane koniecznością izolacji do jakiej zmusiła nas pandemia koronawirusa.

Przede wszystkim nie może być traktowany jako chwilowy styl nauczania, ale uświadamia nam że mamy do czynienia z dość szerokim występowaniem innowacji w sektorze edukacji z nowymi wyzwaniami nie tylko dla nauczycieli ale przede wszystkim dla rodziców i ich dzieci.

Edukacja zdalna w przedszkolu nie powinna ograniczać się do zaleceń i zadań do realizacji przez dziecko. Należy pamiętać, że podstawową formą aktywności dzieci w wieku przedszkolnym jest zabawa. Przedstawiony poniżej wachlarz aktywności ma na celu uatrakcyjnić samodzielną działalność poznawczą dziecka poprzez działania relaksacyjne, zabawowe czy muzykoterapię.

Zabawy w formie opowieści ruchowej.

Twórcą tej metody jest szwedzki pedagog Józef Gotfryd Thulin. Wpadł on na pomysł wykorzystania bajek, legend i innych opowieści jako tła do rozwijania działalności ruchowej dzieci, które ruchem odtwarzały sytuacje i zdarzenia występujące w fabule. W czasie opowiadania przez osobę dorosłą dziecko koncentruje uwagę, myśli, czuje, przeżywa i wypowiada to ruchem na swój własny sposób.

Spacer po parku.

Idziemy do parku na spacer – *dziecko spaceruje po sali*

W parku rosną różne drzewa; wysokie – *staje na palcach, ręce wyciągnięte w górę*

niskie – *przechodzi do przysiadu*

W nocy padał deszcz, na alejkach pełno kałuż – *dziecko przeskakuje z nogi na nogę.*

Na drzewach widać świeże wiosenne liście którymi lekko porusza ciepły wietrzyk – *dziecko kołysze rękami w dowolnych kierunkach.*

Parę dni temu burza powaliła olbrzymie drzewo – *dziecko przechodzi do leżenia na plecach.*

Gałęzie zajęły całą alejkę – *dziecko rozkłada ręce na boki, nad głowę, wzdłuż tułowia.*

Teraz znowu grzeje wiosenne słońce. Dzieci cieszą się i wesoło podskakują – *dziecko wykonuje przeskoki z nogi na nogę.*

Śpiesznie ruszyły przez las by zdążyć do domu przez kolejną wiosenną ulewą – *dziecko maszeruje za osobą prowadzącą.*

Miś w lesie.

Pewnego dnia miś Trufelek wybrał się na spacer do lasu – dziecko idzie w określonym wcześniej kierunku podnosząc ciężar ciała z nogi na nogę.

Powtarza: Idzie miś, idzie miś, miś jest bardzo głodny dziś – równocześnie tupie zgodnie z rytmem wypowiedzianego tekstu.

Oj, zjadło by się coś dobrego, mru, mru – dziecko zatrzymuje się i rozgląda w różne strony. Następnie robi daszek nad oczami spoglądając w górę.

Tam jest gniazdo pszczół, czuję zapach słodziutkiego miodu – dziecko gładzi brzuszek. Muszę koniecznie wdrapać się na drzewo – dziecko przechodzi do przysiadu, naśladuje powolne wspinanie się na drzewo. Przechodzi do pozycji stojącej, unosi się na palcach.

Wtem pojawiły się pszczoły. Bzzz..., bzzz... – dziecko naśladuje brzęczenie pszczół. Nagle jedna z nich użądliła misia w nos. Miś pac, spadł na ziemię – dziecko przewraca się na podłogę.

Miś próbuje jeszcze raz. Zabawę powtarzamy dwa, trzy razy.

Bęc, bęc, bęc, spada miś, nie zje miś miodku dziś – dziecko przechodzi do pozycji siedzącej, klaszcze zgodnie z rytmem wypowiedzianego tekstu.

Miś poturlał się między krzaki – dziecko turla się po podłodze w dowolnym kierunku.

Bardzo się zmęczył i zasnął – dziecko leży na wznak przez kilka sekund.

Śniło mu się, że w łapkach ma duży słoik pachnącego, świeżego miodu - Dziecko siada w siadzie skrzyżnym, wciąga nosem powietrze, następnie wypuszcza je ustami.

Chyba się zdrzemnąłem – dziecko przeciąga się i siada wyciągając nogi do przodu. Unosi ręce w górę przenosi je na boki. Przechodzi do stania wykonuje skręty tułowia raz w lewą, raz w prawą stronę.

O.. widzę wejście do nory. Tutaj mieszka lis lepiej go odwiedzę dziś – dziecko idzie na czworakach wyznaczonym kierunku, siada w siadzie skrzyżnym.

Wielka wyprawa Tygryska.

Tygrys wygrzewał się na słońcu i bardzo się nudził. Choć było gorąco, miał dość tej bezczynności, gdyż zawsze szukał okazji, by pobrykać. Położył się na plecach

i przeciągnął się – dziecko w leżeniu tyłem na przemian wyciąga ramiona i nogi.

Pomyślał sobie „A gdybym tak wyruszył w świat? Tak to dobra myśl”. Następnie stanął na czterech łapkach i zaczął je unosić po kolei – w klęku podpartym dziecko kolejno unosi prawą nogę, lewą nogę, prawą rękę, lewą rękę.

Pobiegł na polanę, by tam pobaraszkować: Przetaczał się po trawie - dziecko w leżeniu z ramionami wyprostowanymi za głową i toczy się w różne strony.

Wierzgał nogami jak dziki koń – w przysiadzie podpartym dziecko wyrzuca nogi w tył i w górę.

Brykał jeszcze na wiele tylko jemu znanych sposobów – dziecko wykonuje swobodne, radosne ruchy,

a potem pognął do lasu – dziecko biega na czworakach.

Po drodze musiał przeskoczyć wiele wywróconych drzew – *dziecko wykonuje skoki z rozbiegu.*

Gdy dotarł na miejsce, wspinał się na wysokie drzewo, aby zobaczyć jak wygląda dziś rzeka – *dziecko wykonuje ruchy naśladujące wspinanie się na drzewo.*

Rzeka płynęła w pobliżu, a ponieważ tego dnia było bardzo gorąco, chciał jak najprędzej się wykąpać – *dziecko biegnie na czworakach.*

Po drodze usłyszał hałas. Ponieważ nie wiedział, co on oznacza, chciał jak najciszej podkraść się do krzaków rosnących nad brzegiem rzeki – *dziecko próbuje pęlsać po podłodze, skrada się.*

Wyglądając zza nich, zobaczył płynący statek, a nie chcąc być dostrzeżonym przez ludzi, odczekał aż zniknie on za zakrętem. Wskoczył do wody, by schłodzić swe rozgrzane ciało – *dziecko naśladuje pływanie.*

Po wyjściu z wody pomyślał, że czas na popołudniową drzemkę. Znalazł zacienione miejsce i tam się ułożył – *dziecko uклада się wygodnie na podłodze.*

Zanim zasnął pomyślał „Ależ wielki jest ten świat, bardzo się zmęczyłem na tej wyprawie”. I natychmiast zasnął – *dziecko wzdycha, leży na plecach, relaksuje się.*

Zestaw zabaw i ćwiczeń gimnastycznych z wykorzystaniem metody R. Labana.

Twórcą metody gimnastyki twórczej, zwanej również **metodą** improwizacji ruchowej czy nowoczesnym tańcem wychowawczym był **Rudolf Laban**. Powstała ona w opozycji i w akcji protestu wobec ruchu odwzorowywanego, wykonywanego na komendę i polegała na ruchu podejmowanym zgodnie z własną inwencją, fantazją i doświadczeniami. Wykonywanie ćwiczeń, przez dziecko jest niepowtarzalne, charakterystyczne tylko dla niego, ćwiczy tak jak chce stojąc, siedząc, klęcząc lub leżąc.

Zestaw zabaw i ćwiczeń gimnastycznych z wykorzystaniem kolorowej bibuły.

Marsz zgodnie z muzyką.

- Dziecko maszeruje w wyznaczonym miejscu najpierw na palcach potem na piętach, dziecko starsze w przysiadzie.
- Dziecko rytmicznie maszeruje przy nagraniu marszowej melodii. Podczas przerwy w grze przykuca i wyskakuje w górę.

Powitajmy się – zabawa rozwijająca orientację w schemacie własnego ciała.

Dziecko otrzymuje pasek kolorowej bibuły. Następnie dotyka bibułą różnych części ciała wymienianych przez prowadzącego. Np. witamy kolana, witamy jedno ucho, drugie ucho, prawy łokieć, itp.

Gdzie mam oko, gdzie mam nos?

Dziecko porusza się do rytmu wyklaskiwanego przez prowadzącego. Na ciszę zatrzymuje się, prowadzący wywołuje część ciała, którą także pokazuje na sobie. Dla zmylenia może wskazywać błędnie. Dziecko słucha uważnie, wskazuje na sobie właściwą część ciała.

Tańczące bibułki.

Przy nagraniu dowolnej muzyki dziecko swobodnie tańczy i porusza paskami bibułki trzymanymi najpierw w prawej, a potem w lewej ręce. Podczas przerwy w grze przykuca, układa na podłodze z bibułki dowolne kształty.

Figury, figurki.

Dziecko układa na podłodze figury geometryczne z bibuły wymieniane przez prowadzącego skacze dookoła nich obunóż, w jedną i w drugą stronę.

Jak najwyżej.

Dziecko wyrzuca bibułkę do góry, obserwuje jej opadanie i łapie ją tuż nad podłogą.

Sprytne palce.

Dziecko chwytając palcami stopy bibułkę leżącą na podłodze i podaje ją do własnych rąk.

Jak w lustrze.

Dziecko staje przodem przed drugą osobą naśladuje ruchy partnera jak w lustrze.

Cień.

Dziecko stoi w parze z rodzicem/ nauczycielem/ rodzeństwem. Rodzic lub dziecko jest cieniem drugiej osoby. Idą jak człowiek i jego cień.

Wichura.

Dziecko dmucha na paski bibuły z większym i z mniejszym natężeniem.

Zabawy z wykorzystaniem kolorowych chust.

Dzień dobry.

Dziecko maszeruje w wyznaczonym miejscu w rytm muzyki machając chustką nad głową. Na przerwę w muzyce kłania się w wymyślony przez siebie sposób – wg własnej inwencji wita maskotkę, sąsiada, mamę itp.

„Idziemy na spacer”- zabawa orientacyjno-porządkowa.

Dziecko biega, skacze, tańczy bawiąc się chustką w rytm muzyki. Na przerwę w muzyce, przykrywa się chustką tak, aby jak najmniej było je widać – chowamy się przed deszczem. Zabawę można powtórzyć kilkakrotnie.

Wiej wietrzyku.

Dziecko w siadzie podpartym próbuje chwycić palcami stopy chustkę i machać nią w prawą i lewą stronę oraz w górę i w dół, następnie zmienia stopę.

Jak motyle.

Dziecko swobodnie porusza się w rytm muzyki, płynnie falując chustką, naśladując fruujące motyle. Na przerwę w muzyce, rozkłada chustkę na podłodze i siada na niej delikatnie, jak motyl na kwiatku.

Kształtowanie świadomości własnego ciała.

Gąsienica.

Dziecko leży przodem pokazuje jak porusza się gąsienica, wąż...

Poruszam się jak słoń, wróbel, kot...

Dziecko naśladuje ruchem sposób poruszania się wymienianych zwierząt.

Kwiat.

Dziecko pokazuje jak rośnie kwiat, gdy świeci słońce i jak się zamyka gdy słońce zachodzi.

Wycucie ciężaru i czasu.

Piłka.

Dziecko podskakuje jak ciężka, duża piłka, następnie lekka mała piłeczka.

Film.

Dziecko naśladuje ruchem ludzi w filmie, który jest przyspieszony, a następnie jak w filmie zwolnionym

Wyczucie przestrzeni.

Pułapka.

Dziecko wyobraża sobie, że jego buty przykleiły się do podłogi, naśladuje ruchem sposób poruszania się żeby je odkleić.

Rysunki.

Przy dowolnej muzyce dziecko rysuje w powietrzu dowolne figury, następnie porusza się wg narysowanego przez siebie projektu tworząc odbicie tej figury na podłodze.

Zabawy sensoryczne

Figury.

Pomoce:

Kilka tac lub płaskich papierowych talerzyków z podwyższonym brzegiem napełnionych; piaskiem, kaszą, kaszką, mąką itp., plansza z figurami geometrycznymi.

Przebieg zabawy:

Dziecko siedzi przy stole przed nim stoją tacki wypełnione różnymi materiałami sypkimi, prowadzący wypowiada nazwę figury geometrycznej. Dziecko wskazuje na planszy figurę następnie odwzorowuje jej kształt w dowolnie wybranej przez siebie tacce.

Przesyłka pełna niespodzianek.

Pomoce:

Kartonowe pudełko - z jednego boku wycięte dwa otwory do włożenia rąk, kilka małych przedmiotów w worku, skrzynce/ mogą być o różnej strukturze - gładka, chropowata, pluszowa itp.

Przebieg zabawy:

Prowadzący kładzie worek z tajemniczą przesyłką przed kartonowym pudełkiem. Dziecko siada przed pudełkiem, wkłada dłonie w otwory. Eksplorując dotykiem zawartość worka, wybiera jeden przedmiot. Opisuje jego kształt, powierzchnie, nazywa przedmiot.

Poszukiwanie skarbów

Pomoce:

Pojemnik wypełniony ryżem, piaskiem lub kisielcem.

Przebieg zabawy:

Prowadzący ukrywa w pojemniku małe przedmioty, tak aby były niewidoczne. Zadaniem dziecka jest poszukiwanie skarbów. W kolejnym etapie możemy zakryć oczy dziecka i zachęcać go do zgadywania dotykowego.

Tajemnicza ścieżka

Pomoce:

Miękkie poduszki, grube ręczniki, ostre wycieraczki lub ściereczki itp.

Przebieg zabawy:

Prowadzący układa ścieżkę wijącą się po domu. Zadaniem dziecka będzie przechodzenie boso po ułożonej ścieżce. Po pewnym czasie zakrywamy dziecku oczy i zmieniamy jeden element ścieżki. Jego zadaniem będzie odkrycie w którym miejscu nastąpiła zmiana.

Masażyki wg. M. Bogdanowicz

Masażyk to najstarsza i najdoskonalsza forma stymulacji dotykowej dziecka. Przy nadwrażliwości dotykowej stosujemy silniejsze i bardziej zdecydowane uciski, ponieważ będą łatwiejsze do zaakceptowania i dostarczą uczucia odprężenia.

Kanapka.

Najpierw chleb pokroję – uderzamy lekko brzegami dłoni po plecach dziecka,

Potem posmaruję – głaszczemy całą powierzchnią dłoni plecy

Na to ser położę – przykładamy wiele razy i na krótko dłonie do pleców,

Pomidora dołożę – rysujemy małe kółka na plecach

I posolę i popieprzę – dotykamy delikatnie plecy, przebierając palcami,

Żeby wszystko było lepsze – masujemy

Już nie powiem ani słowa, bo kanapka jest gotowa.

Słoń na wycieczce.

Szedł sobie słoń na wycieczkę – wyczuciem naciskamy plecy dziecka wewnętrzną stroną dłoni

z tyłu na plecach miał teczkę – rysujemy palcem prostokąt

nos długi – trąbę słoniową – rysujemy trąbę

i kiwał na boki głową – ujmujemy ciało dziecka i lekko kołyszymy na boki

Wolno szedł słonik, szurając nogami jak wielkie kloce – *naciskamy plecy dziecka wewnętrzną stroną dłoni*

Tak o ciężale jak... słonie – *naciskając dłońmi na przemian, wolno przesuwamy je wzdłuż kręgosłupa do góry*
szedł sobie wolniutko po drodze.

Bocian i szpak.

A to było tak: bociana drapał szpak – *lekką drapiemy dziecko po jednej łopacie, a potem była zmiana i szpak drapał bociana* – *mocniej drapiemy dziecko po drugiej łopacie*
Co wynika z tej zmiany? Kto był bardziej drapany? – prowadzący prosi aby dziecko pokazało tę stronę po której silniej odczuwało drapanie.

Zabawy plastyczne.

Rok i jego dom

Pomoce:

Duży arkusz brystolu, kartonowe paski tworzące ramy okienne, 4 kartki bloku rysunkowego, farby, kredki, klej, kolorowy papier

Wykonanie:

Z dużego arkusza brystolu wycinamy kształt domu o spadzistym dachu, dzielimy dom na cztery części używając kartonowych pasków. Na kartkach bloku rysunkowego malujemy pory roku. Następnie obrazki przyklejamy w czterech częściach domu.

Moja drabina marzeń – rozwijanie twórczości i pobudzanie wyobraźni.

Pomoce:

Paski białego papieru – dwa długie i kilka krótkich (paski powinny być na tyle szerokie, aby dziecko mogło rysować na nich kredkami), klej, kredki, kolorowe skrawki papieru itp.

Wykonanie:

Długie paski układamy pionowo, a krótkie poziomo przyklejając je tworząc szczebelki drabiny. Następnie dziecko ozdabia drabinę, odzwierciedlając swoje największe marzenia.

Kołatka – instrument muzyczny

Pomoce:

Kawałek sztywnego kartonu ok. 5cm/30 cm, nożyczki, metalowe nakrętki, pisaki, papier kolorowy, klej magic, lub klej na gorąco.

Wykonanie:

Wycinamy kawałek kartonu w kształcie prostokąta, składamy na pół i zaokrąglamy końcówki. Ozdabiamy karton wykorzystując kolorowy papier i pisaki. Zakreśki przyklejamy obok zaokrąglonych końcówek.

Mozaika – ćwiczenia manualne dla dzieci młodszych.

Pomoce:

Paski papieru o różnych kolorach i różnej szerokości, nożyczki

Wykonanie:

Prowadzący tnie papier kolorowy na trójkąty. Dziecko z trójkątów układa dowolną kompozycję, fantastyczną postać, budowlę itp. Następnie segreguje trójkąty według wielkości, kolorów.

Zabawy badawcze

Kolorowe farby.

Pomoce:

Gładka bibuła w różnych kolorach, słoiczki wypełnione do połowy wodą, patyczek do wyjmowania bibuły.

Przebieg zabawy:

Dziecko drze bibułę na małe paski, wkładając do słoików – w jednym słoiku może znajdować się tylko jeden kolor. Następnie obserwuje uwalnianie się barwnika. Jeśli roztwór jest zbyt mało nasycony kolorem dokładamy bibuły. Roztwór można wykorzystać do pracy plastycznej z wykorzystaniem rurek do napojów. Dziecko robi jeden lub kilka kleksów o wybranym kolorze na kartce papieru i rozdmuchuje je przez słomkę w wyniku czego powstanie obrazek.

Czarowanie z kostkami lodu – badanie właściwości różnych substancji.

Dziecko siedzi przy stole na którym znajdują się trzy płaskie naczynia.

W jednym jest warstwa oleju, w drugim – trochę mleka, a w trzecim trochę wody. Prowadzący ma przygotowane kostki lodu z wody zabarwionej bibułą. Dziecko umieszcza kostki lodu w naczyniach i obserwuje co będzie się działo. Wspólnie wyciągamy wnioski.

Eksperyment z wodą.

Dziecko siedzi przy stoliku, przed nim ustawiony kubek do połowy wypełniony ciepłą wodą (temperatura wody dostosowana aby dziecko mogło sprawdzić palcem czy jest ciepła) co się stanie gdy do kubeczka wrzucone zostaną kostki lodu – dziecko wyciąga wnioski. Dziecko wrzuca kostki lodu i obserwuje ich zachowanie. Kostki najpierw pływają, potem rozpuszczają

się w ciepłej wodzie, ochładzając ją - dziecko ponownie może sprawdzić palcem temperaturę wody.

Ruszający się cień.

Pomoce:

Klocek lub dowolna kostka np. kostka Rubika, latarka

Wykonanie:

Prowadzący ustawia na stole kostkę, prosi dziecko by obserwowało co będzie się działo z cieniem przedmiotu, a następnie za pomocą latarki, słońca przedmiot z różnych stron podświetla. Dziecko samodzielnie wyciąga wnioski. Dorosły podsumowuje wypowiedzi; położenie cienia zależy od położenia źródła światła. Dawniej ten fakt ludzie wykorzystywali w zegarach słonecznych, gdzie położenie cienia zmieniało się wraz z porą dnia.

Zabawy ruchowe ogólnorozwojowe.

Dosięgnij chmurkę – ćwiczenia rozciągające mięśnie rąk i nóg.

Prowadzący wraz z dzieckiem porusza się w rytm utworu w wersji instrumentalnej. Na przerwę w muzyce zatrzymują się i stają na palcach z wyciągniętymi do góry rękoma chcąc dosięgnąć chmur.

Siadanie i szybkie wstawanie.

Dziecko chodzi, biega lub podskakuje zależnie od akompaniamentu poruszając się po całej sali. Na przerwę w muzyce siada na podłodze w siadzie skrzyżnym. Gdy muzyka znów zaczyna grać dziecko szybko wstaje i porusza się w ten sam sposób po sali.

Jazda na rowerze.

Dziecko leży na plecach. Wyciągnięte ręce układa na podłodze wzdłuż ciała (dłonie płasko na podłodze) W rytmie muzyki granej w szybkim tempie dziecko wykonuje nogami ruchy takie jak przy jeździe na rowerze. Tempo muzyki można zmieniać w trakcie wykonywania ćwiczeń.

Chrabąszcze.

Dziecko w rytm muzyki biega po sali – są to chrabąszcze latające po lesie. Gdy muzyka przestaje grać chrabąszcze wywracają się na plecy i przebierają łapkami i nogami w powietrzu.

Spacer wśród obłoków – doskonalenie umiejętności skakania.

Prowadzący rozkłada na podłodze sylwety chmur. Chmury wycięte z papieru; białego, szarego, błękitnego (dowolna ilość). Układa chmury tak, aby tworzyły ścieżkę po której dziecko z prowadzącym przejdzie według określonego klucza np. przez chmury białe skaczemy na jednej nodze, po chmurach szarych skaczemy obunóż, chmury błękitne przeskakujemy z nogi na nogę.

Taniec chmurek – ćwiczenia wzmacniające mięśni nóg.

Dziecko otrzymuje sylwetę chmury, tańczy z nią w rytm dowolnego utworu instrumentalnego. Na przerwę w muzyce prowadzący klaszcze w dłonie, lub uderza w dowolny przedmiot. Dziecko uważnie słucha i wykonuje tyle przysiadów z chmurką ile usłyszy uderzeń.

Zapylamy kwiaty – ćwiczenia stóp.

Pomoce:

Chusteczki higieniczne, woreczki gimnastyczne, obręcz – może być koło oznaczone taśmą malarską na podłodze.

Wykonanie:

Dziecko siedzi na podłodze bez butów przed nim leży chusteczka higieniczna, woreczek gimnastyczny obok obręcz - na hasło „pszczoły zapylają kwiaty” dziecko próbuje przenieść chusteczkę higieniczną, woreczek chwytając palcami stopy i wkłada do obręczy. Czynność powtarzamy.

Zabawy matematyczne.

Słyszę, liczę.

Pomoce:

Żetony, klocki, nakrętki, kasztany – dowolne liczmany

Wykonanie:

Prowadzący wypowiada zdanie np. Tata Jurka nosi mundur. Tata Zosi ma wąsy. Tatuś Kuby jest strażakiem. Dziecko przelicza wyrazy w zdaniu, układa liczmany w liczbie im odpowiadającej i na głos przelicza liczmany.

Najdłuższy, najkrótszy – rozwijanie umiejętności mierzenia.

Pomoce:

Kolorowe paski papieru, różnej długości, metrówka.

Wykonanie:

Prowadzący kładzie różnej długości paski papieru na podłodze. Dziecko określa, który pasek jest najdłuższy, który najkrótszy. Wspólnie z prowadzącym dziecko mierzy długość paska; krokami, dłonią, metrówką. Do zabawy można wykorzystać inne przedmioty np. dywan.

Jak daleko?**Pomoce:**

Pomponiki, długi sznurek, taśma malarska, klamerki do ubrań.

Wykonanie:

Dziecko ustawia się w miejscu wyznaczonym taśmą malarską. Rzuca w dal pomponikiem. Samodzielnie oznacza miejsce spadku pomponika. Następnie z pomocą dorosłego mierzy odległość jaką pokonał pomponik stopami. Czynność powtarza a odległość spadku pomponika mierzy sznurkiem. Klamerkami oznaczamy na sznurku start pomponika i miejsce spadku. Czynności powtarzamy i porównujemy odległości oznaczone na sznurku. Odległość możemy zmierzyć krokami.

Orzechy do koszyka – doskonalenie umiejętności dodawania.**Pomoce:**

Dwa dowolnej wielkości pojemniki, orzechy włoskie, orzechy laskowe

Przebieg zabawy:

Prowadzący rozsypuje orzechy na podłodze, przy dowolnej melodii dziecko porusza się między orzechami, omijając je. Na przerwę w muzyce i hasło prowadzącego dziecko zbiera wybrane orzechy np. orzechy włoskie lub leszczyna. Dziecko może przeliczyć zbierane orzechy w zakresie dostępnym sobie. Zabawę można powtórzyć.

Ukryte listy**Pomoce:**

Kilka kopert w różnych kolorach ukrytych pod nieobecność dziecka w różnych miejscach w wybranym pomieszczeniu.

Przebieg zabawy:

Prowadzący kieruje dziecko wskazówkami do jednej z ukrytych kopert używając zwrotów np. idź dwa kroki na przód / w tył , zwrot w prawo/ spójrz w górę, w dół, przed siebie itp. dziecko nazywa kolor koperty którą odszuka.

Barwy jesieni.

Pomoce:

Paski bibuły w kolorach żółtym, czerwonym, brązowym, zielonym, pomarańczowym,

Przebieg zabawy:

Prowadzący zachęca dziecko do wypowiedzi na temat barw jesieni. Następnie wspólnie z dzieckiem układa paski bibuły według wymyślonego przez siebie rytmu np. układamy pasek w jesiennych kolorach żółty , czerwony...Jaki kolor powinien być następny?

Jeśli dziecko opanuje umiejętność dostrzegania powtarzalności prowadzący może wprowadzić trzeci kolor.

Zabawy wzbogacające zasób słownictwa oraz stymulujące umiejętności językowe.

Rymowanki.

- Prowadzący podaje wyraz, dziecko mówi wyraz tworzący rym np.

ryby – grzyby, krzeselko – pudełko, biedronka – stonka

- W zabawie można wykorzystać ilustracje przedmiotów do których dziecko będzie poszukiwało rymy. Prowadzący podaje dziecku ilustracje wypowiadając nazwę przedmiotu znajdującego się na obrazku.
Dziecko dobiera ilustracje z przedstawionymi rymowanymi nazwami przedmiotów.

Wyszukiwanie przeciwieństw.

Prowadzący proponuje dziecku wyszukiwanie przeciwieństw – kontrastów, np. mały – duży, gruby – chudy, dobry – zły, itp. Zabawę można wykonać w odwrotnej formie.

Płynie okręt po morzu - dla dzieci starszych

Prowadzący rozpoczyna zabawę wypowiadając zdanie: Płynie okręt po morzu, wiezie mnóstwo przedmiotów: np. na literę A, zachęca dziecko do wymieniania, ... na literę O...

Sylabowe domino.

Prowadzący wypowiada wyraz dzieląc go na sylaby, zadaniem dziecka jest uważne słuchanie i podanie jaki wyraz powstaje z usłyszanych sylab.

Rozróżnianie głosek w wyrazie.

Prowadzący wypowiada dowolnie wybrane przez siebie wyrazy. Wcześniej umawia się z dzieckiem – klaśnij w ręce jak usłyszysz wyraz, który rozpoczyna się np. na A: stół, krzesło, aparat, kot, awantura, itp.

Zagadki słuchowe.

- Spija nektar z kwiatów, ma czarno-żółty kubraczek. /pszczoła
- W nim mieszka pszczela rodzina. /ul
- Opiekuje się pszczołami. / pszczelarz
- Uwielbia las i kocha zieleń, rogi ma wielkie, tak to / jelen
- Ma długie uszy i wielkie skoki, szare futerko pokrywa mu boki/ zając
- Podobno jest dziki, podobno jest zły, ma bardzo długie i ostre kły/ dzik
- Skacze po drzewach, ma rudy ogonek, zimną ciepłą dziuple wybiera na domek/ wiewiórka
- Kolce ma na głowie i na grzbiecie też, każdy już na pewno wie, co to za zwierz/ jeż
- Miód wyjada pszczołom, zimną w gawrze śpi, wstaje bardzo głodny w pierwsze wiosny dni/ niedźwiedź
- Są w sam raz do zjazdów, a także do biegu. Gdy masz te dwie deski, szusujesz po śniegu/ narty
- Potrzebne są kule - zimne i białe, dolna jest większa niż pozostałe. Za nos weź marchewkę, na czapkę gar lub dzban. Dołóż jeszcze oczka - gotowy już/ bałwan
- Dwie płozy, siedzisko wystarczą by z górki zimową porą mknąć w dół na pazurki/ sanki
- Na łące dzieci je zobaczą. I choć nie mają sprężyn w nogach to wysoko skaczą/ koniki polne
- Są czerwone i latają, na skrzydełkach czarne kropki mają/biedronki
- Zjada dużo liści, zwija się w kokonie. Zmienia się w motyla, nie ma śladu po niej/gąsienica
- Osiem nóżek sprawnych ma, lepką sieć szybciotko tka/ pająk

Literatura:

1. Stanisławska A. K. (2003): Różnice i podobieństwa, zalety i słabości nauczania przez Internet versus nauczanie tradycyjne, [w] Konferencja szkoleniowa „E-learning w szkolnictwie wyższym”. Bydgoszcz
2. Dąbrowska M., Grafczyńska J., Zabawy rytmiczne i umuzykalniające dla dzieci, Warszawa. s. 19, 22
3. Bliżej przedszkola, 2019 luty, nr.1.208,s. 47
5. 4. Bliżej przedszkola, 2019 maj, nr.4.211, s. 59-61,66
6. Bliżej przedszkola, 2020 styczeń, nr. 12.231, s. 66-67, 69-70
7. Bliżej przedszkola, 2020 luty, nr.1.220, s. 42
8. Bliżej przedszkola, 2021 luty, nr.1.232,s. 47,54
9. Bliżej przedszkola, 2020 maj, nr.4.223, s. 42,68
10. Bliżej przedszkola, 2021 maj, nr.4.235, s. 71,76
11. Bliżej przedszkola, 2021 czerwiec, nr.5.236, s. 43,58
12. Bliżej przedszkola, 2021 październik, nr.9.240, s.48, 51,53,60,66
13. Bliżej przedszkola, 2019, nr.9.216, s. 64
14. Bliżej przedszkola, 2020, nr.7-8.226, s. 113
15. Bliżej przedszkola, 2021,nr.7-8.238, s.77,84
16. <http://www.rokwprzedszkolu.pl/index.php?k=k0205&d=zab&pk=zab12&ppk=all>
17. <http://przedszkole22tg.pl/cwiczenia-gimnastyczne-metoda-r-labana/>
18. <https://pedagogika-specjalna.edu.pl/warsztat-pracy/metody-pracy/zajecia-ruchowe-metoda-labana/>
19. <https://przedszkole14.lomza.pl/zajecia-dodatkowe/zajecia-terapeutyczne/cwiczenia-rewalidacyjne-5/>
20. <http://poradniakrzeszowice.szkolnastrona.pl/art,36,domowe-zabawy-sensoryczne-czesc-i-uklad-dotykowy>
21. <https://www.mdkgal.edu.pl/2020/05/zabawy-relaksacyjne-czyli-dzieciece-masazysci/>
22. <https://niebieskiepudelko.pl/rozwijanie-jezyka-dziecka-w-zabawach/>