Scenariusz zajec na dzień 15.06

„Witamy wakacje – wybieramy się nad morze „

Witam kochani, dzisiaj nietypowo zajęcia zaczynamy od przywitanki rymowanki bez śpiewania możecie próbować podzielić ja na sylaby albo zrobić sobie koncert

Piękna pogoda na zewnątrz więc warto ten czas wykorzystać na długi spacer i zabawy w ogrodzie

1. Rymowanka
   Mało, nas mało nas
   Chodźcie do nas wszyscy wraz
   Krok do przodu i krok w tył
   Żeby dzień wesoły był.

W dobrych nastrojach zaczynamy więc trochę się poruszamy

a. „ raz słońce a raz deszcz”- będziemy ćwiczyć nasze kręgosłupy do zabawy zaproś rodzeństwo albo mamę i tatę. Na hasło słoneczko - wyciągamy ciało w każdym kierunku mocna prostujemy ręce aby każdy nasz mięsień popracował , na hasło deszcz kulimy się do siadu podpartego i delikatnie stukamy palcami o podłogę w czasie przerw możecie poruszać się do muzyki poważnej lub relaksacyjnej .
b. Zabawa „ fala morza” - zabawa z niskimi i wysokimi dźwiękami .Możesz wykorzystać do tego szklanki z wodą i drewniana pałeczkę. Przy wysokich dźwiękach rośniesz do góry przy niskich powoli schodzisz w dół .
c. Zabawa wzmacniająca mięsnie grzbietu „wciąganie żagla” – możesz użyć do tego sznurka lub skakanki . i na zmianę wciągacie sznurek przez krzesło lub na odległość trzech kroków i z przysiadu do wyprostu
d. „ liczymy muszelki” - Do tej zabawy możesz użyć kapselków plastikowych po butelkach – na czas w okresie jednej minuty . po odliczeniu czasu przelicz ile muszelek udało ci się zebrać – możesz zrobić zawody
e. https://youtu.be/YMkM5-RWYaU -

A teraz zabawy dla was na długi czas zaczynamy , zrobimy piasek kinetyczny

Poproś rodzica aby przygotował składniki i obejrzał wspólnie filmik instruktażowy:

https://youtu.be/G4S2gv8f2S8 - a teraz chwile odpoczynku połóż się na plecach z rękami na brzuchu i wsłuchaj się w szum morza

jeżeli masz wszystko co potrzeba to do dzieła

Zabawa sensoryczna- dotykanie dłońmi i stopami suchego piasku
- jeżeli masz ochotę podziel się z nami zdjęciem z wykonanym piaskiem

Zajęcia 2

dzisiaj działamy praktyczne więc w drugiej części zajęć proponuję Ci zrobić kanapki na drugie śniadanie

przygotuj sobie swoje ulubione produkty ser biały, wędlinę, ser żółty i koniecznie ulubione warzywa