

Scenariusz na dzień 08.05.2020r. (piątek) „Dobry sok przez cały rok”

Część I. Zajęcia kulinarne

Temat: Lubimy soki.

Przebieg:

1. Piosenka wprowadzająca „Witaminki”
<https://www.youtube.com/watch?v=nYg5TJhjOEs>
2. Rozmowa na temat konieczności spożywania warzyw i owoców.
3. Przygotowanie produktów do wykonania ulubionego soku.
4. Omówienie zasad zachowania higieny podczas przygotowywania posiłków oraz bezpiecznego korzystania z urządzeń.
5. Wspólna zabawa z Rodzicem „Robimy sok”
6. Wspólna degustacja.

A na kolację super zdrowe kanapki !!! Miłej zabawy i smacznego 😊

https://www.youtube.com/watch?v=AaO-q_atoHY

Część II. Zajęcia ruchowe

Zabawy wg Weroniki Sherborne z mamą i tatą.

Ćwiczenia kształcące świadomość schematu własnego ciała:

1. „Powitaniec” - rodzice i dziecko witają się ze sobą różnymi częściami ciała np. głowami, łokciami
2. „Lustro” - dziecko siedzi naprzeciwko rodzica. Na przemian robią do siebie różne miny i naśladują się nawzajem.
3. „Masażyk” dziecko leży na brzuchu, rodzic klęczy koło niego. Dorosły wystukuje na plecach dziecka słowa rymowanki. Najpierw lekko uderzając opuszkami palców, potem pięściami i całymi dłońmi. Po tym następuje zmiana ról. Rodzic wykonuje masaż zgodnie ze słowami wiersza:

Tak piszemy list do Cioci: A...B...C...kropka A...B...C...przecinek (lekkie uderzenie opuszkami palców)

Tutaj płynie rzeczka (całą dłonią wzdłuż kręgosłupa)

Tu przeszła pani w szpileczkach (palce wskazujące uciskają sztywno)

Potem przeszło stado słońi (ugniatanie dłońmi ułożonymi w łódeczkę)

A za nimi stado koni (stukanie pięściami)

Potem przeszła szczypaweczka (lekkie szczypanie po bokach kręgosłupa)

Zaświeciły dwa słoneczka (okrężny masaż łopatek)

Spadł drobniutki deszczyk (lekkie uderzenie palcami)

Czy poczułeś dreszczyk? (dotykanie szyi)

Ćwiczenia kształtujące świadomość przestrzeni:

1. „Wagoniki” rodzic siedzi w rozkroku, obejmując rękoma siedzące przed nim dziecko.

Poruszają się po pokoju w różnych kierunkach.

2. „Kłody pod nogami” - rodzice siedzą jeden obok drugiego, a dziecko przechodzi między nimi, robiąc „ósemki”.

Ćwiczenia rozwijające relacje „przeciwno”:

1. „Odklejaniec” - dziecko leży na plecach „przykleja „ się do podłoża całym ciałem, dorosły klęczy obok niego i próbuje odkleić poszczególne części ciała dziecka.

2. „Paczka” - rodzic siedzi skulony na podłodze, mocno ściska nogi i ręce. Dziecko próbuje „rozpakować paczkę odciągając ręce i nogi mamy lub taty. Zasada raz „podklejona” ręka lub noga nie może wrócić na swoje miejsce.

Zakończenie:

1. „Fotelik” - dziecko siedzi w foteliku ułożonym z ramion rodzica i delikatnie się kołyszą w rytm muzyki