Propozycje zabaw i ćwiczeń do realizacji w tym tygodniu (27.04.-30.04.2020r.)   
Temat tygodnia: **ZIEMIĘ MAMY TYLKO JEDNĄ! 🌎**

**Jak pomóc naszej planecie?** (pomoce w załącznikach: “Zasady eko-planeta” i “Segregacja odpadów”)   
Rozmowa z dzieckiem na temat tego jak dbać o ziemię oraz opracowanie zasad, których powinno się przestrzegać:

* Dbaj o czystość środowiska. Wyrzucaj śmieci do kosza i segreguj odpady.
* Gaś światło po wyjściu z pomieszczenia.
* Zakręcaj wodę.
* Używaj mniej plastiku, wybieraj papierowe opakowania lub torby wielokrotnego użytku.
* Szanuj drzewa, krzewy, przyrodę.
* Odpoczywając w lesie lub nad wodą zawsze posprzątaj po sobie.

**Wykonanie ćwiczenia** - załącznik “Segregacja odpadów - karta pracy”.

**Ćwiczenie oddechowe z balonem 🎈**   
Dziecko kładzie się na brzuchu na podłodze, a rodzic naprzeciwko niego. Między sobą kładą balon. Ćwiczenie polega na tym aby dmuchać na balon w taki sposób żeby unosił się w powietrzu.

**“Co można robić przy użyciu wody?” 💧 - kalambury**  
Rodzic na zmianę z dzieckiem pokazuje czynności jakie można wykonywać przy użyciu wody, np.:  
- brać kąpiel,   
- myć zęby,   
- myć ręce,  
- pływać,  
- pić wodę,   
- podlewać kwiaty,   
- myć owoce, itd.

**Masażyk relaksacyjny “W naszym ogródeczku”** 🌱  
Rodzic czyta poniższy tekst i wykonuje masażyk, następnie zamiana.

***Cieszą się dorośli i cieszą się dzieci***  /rysujemy na plecach uśmiechy, na górze i na dole/  
***Słonko coraz mocniej świeci***  /rysujemy płaską dłonią koło/   
***Do ogródka dziś pójdziemy***  /idziemy po plecach palcami wskazującymi środkowym/  
***A tam ziemię przekopiemy*** /wykonujmy ruchy jak kopiący piesek obiema rękoma/  
***Potem trochę wypielimy –***  /naśladujemy wyrywanie chwastów i ich wyrzucanie/  
***wszystkie chwasty wyrzucimy***   
***przygładzimy, przyciśniemy,*** /przyciskamy całymi dłońmi plecy i gładzimy je/  
***ciężkim walcem przejedziemy.*** /mocniej przeciskamy plecy otwartą dłonią/  
***Jeszcze trochę pograbimy*** /grabimy plecy tworząc z palców grabki/  
***W ziemi dziurkę wyżłobimy*** /palcem wskazującym wyżłabiamy dziurkę na środku pleców/  
***W dziurce ziarenko umieścimy***  /naśladujemy wkładanie ziarenka/  
***dziurkę piaskiem zasypiemy*** /naśladujemy zasypywanie/   
***Przyciśniemy, przygnieciemy*** /naciskamy na plecy obiema dłońmi/  
***Wodą z konewki podlejemy.*** /uderzając palcami naśladujemy deszczyk/  
***Cieszą się dorośli i cieszą się dzieci*** /rysujemy na plecach uśmiechy, na górze i na dole/  
***Słonko coraz mocniej świeci*** /rysujemy płaską dłonią koło/  
***A roślinki dojrzewają*** /rysujemy krętą linię od dołu plecków aż do szyi/   
***I główki do słoneczka wystawiają***. /głaszczemy po głowie mierzwiąc włosy/   
~Anna Rynkiewicz

**Zabawa WODA – ZIEMIA – POWIETRZE**   
Rodzic wypowiada hasła, a dziecko ma wykonać odpowiednie do nich ruchy:  
WODA - ręce opuszczone w dół;  
ZIEMIA - ręce wyciągnięte do przodu;  
POWIETRZE - ręce uniesione do góry.

**Zabawa PRAWDA czy FAŁSZ?**  
Pomoce: zielona i czerwona kartka/piłka/klocek.   
Rodzic czyta dziecku poniższe zdania, a jego zadaniem jest zdecydować czy zdanie jest prawdziwe (podnosi zieloną kartkę) czy fałszywe (podnosi czerwoną kartkę).

Papierki po cukierkach wrzucamy do kosza. ✅   
Będąc w lesie możemy krzyczeć i łamać gałęzie drzew. ❌  
Ryby lubią pływać w czystej wodzie. ✅  
Wychodząc z łazienki należy sprawdzić czy kran jest dokręcony. ✅  
Ludzie i zwierzęta mogą żyć bez wody. ❌  
Śmieciarka to samochód wyścigowy. ❌  
Drzewa produkują tlen. ✅  
Samochody zanieczyszczają powietrze. ✅  
Zużyte baterie można wyrzucić do śmietnika. ❌

**Dodatkowe ćwiczenia w załącznikach: ”Ziemia - ćw. graficzne" oraz "Ziemia – karty pracy”.**