

Klasa I/II/III AU  
Realizacja zajęć od 4 do 8 maja 2020 r.

Drodzy Uczniowie i Rodzice,  
w tym tygodniu przewodnim tematem będzie

## **DBAM O ZDROWIE - HIGIENA NA CO DZIEŃ**

Umieszczone w tym pliku propozycje ćwiczeń do nauki i terapii w domu dotyczą wielu zajęć edukacyjnych: funkcjonowanie osobiste i społeczne, zajęcia rozwijające komunikowanie się, zajęcia rozwijające kreatywność, zajęcia rewalidacyjne, zajęcia z logopedą, zajęcia z psychologiem i religia.

Proszę dobierać i wykonywać ćwiczenia na miarę możliwości Waszych dzieci.

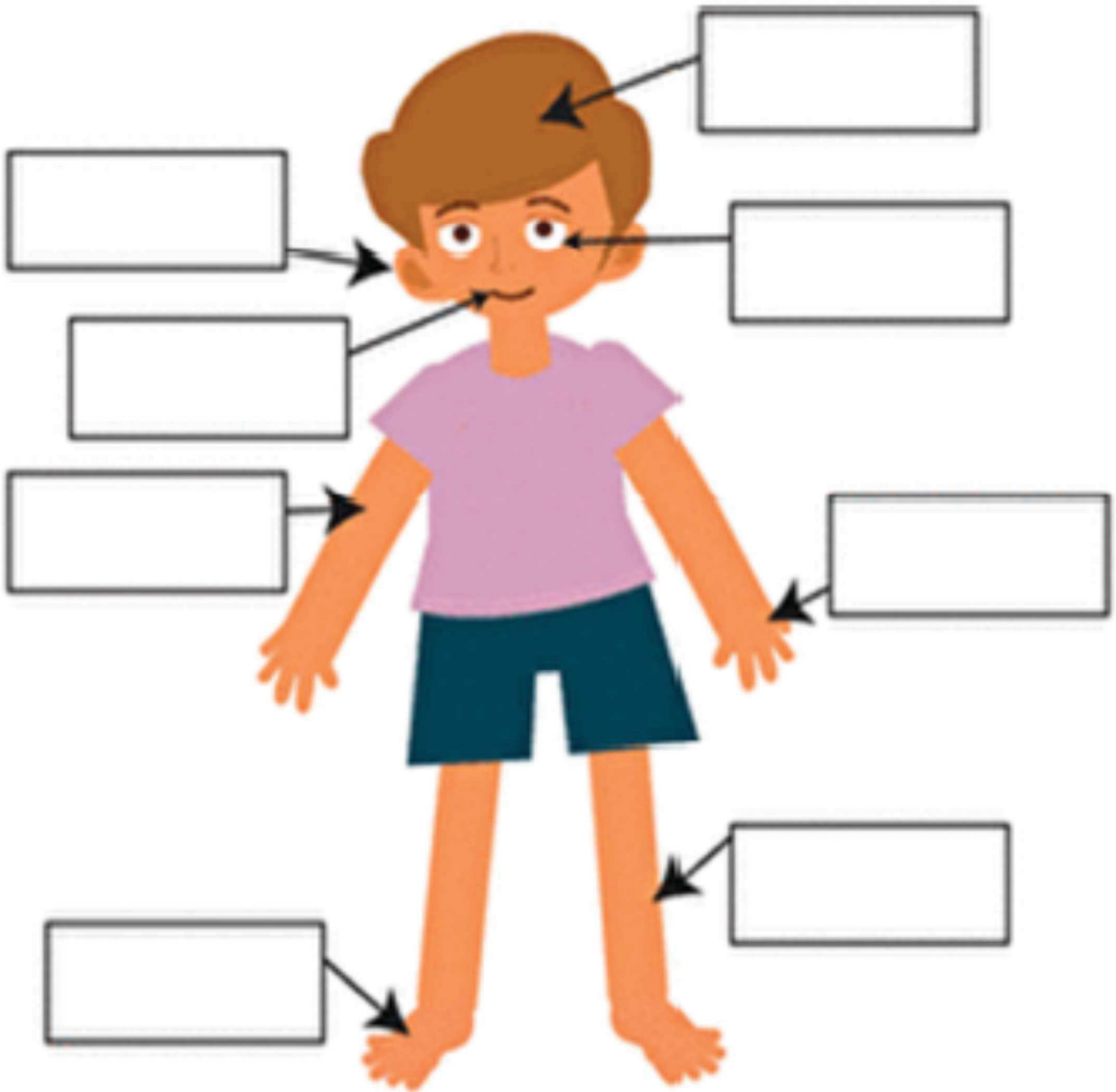
Pamiętajcie, że wykonane prace przysyłać jako zdjęcie lub skan na maila [sp1soswpt@gmail.com](mailto:sp1soswpt@gmail.com) oraz proszę zbierać je do teczki, a po powrocie do szkoły przynieść do klasy.

Propozycje ćwiczeń opracowały panie E. Krawczyk, M. Niźnikowska, M.Chmielewska, D.Litych-Herudzińska, Sylwia Ćwiklińska, Katarzyna Kudrycka i J.Żabicka

Propozycje ćwiczeń nauczycieli - specjalistów zamieszczone są na stronie Ośrodka w oddzielnych zakładkach.

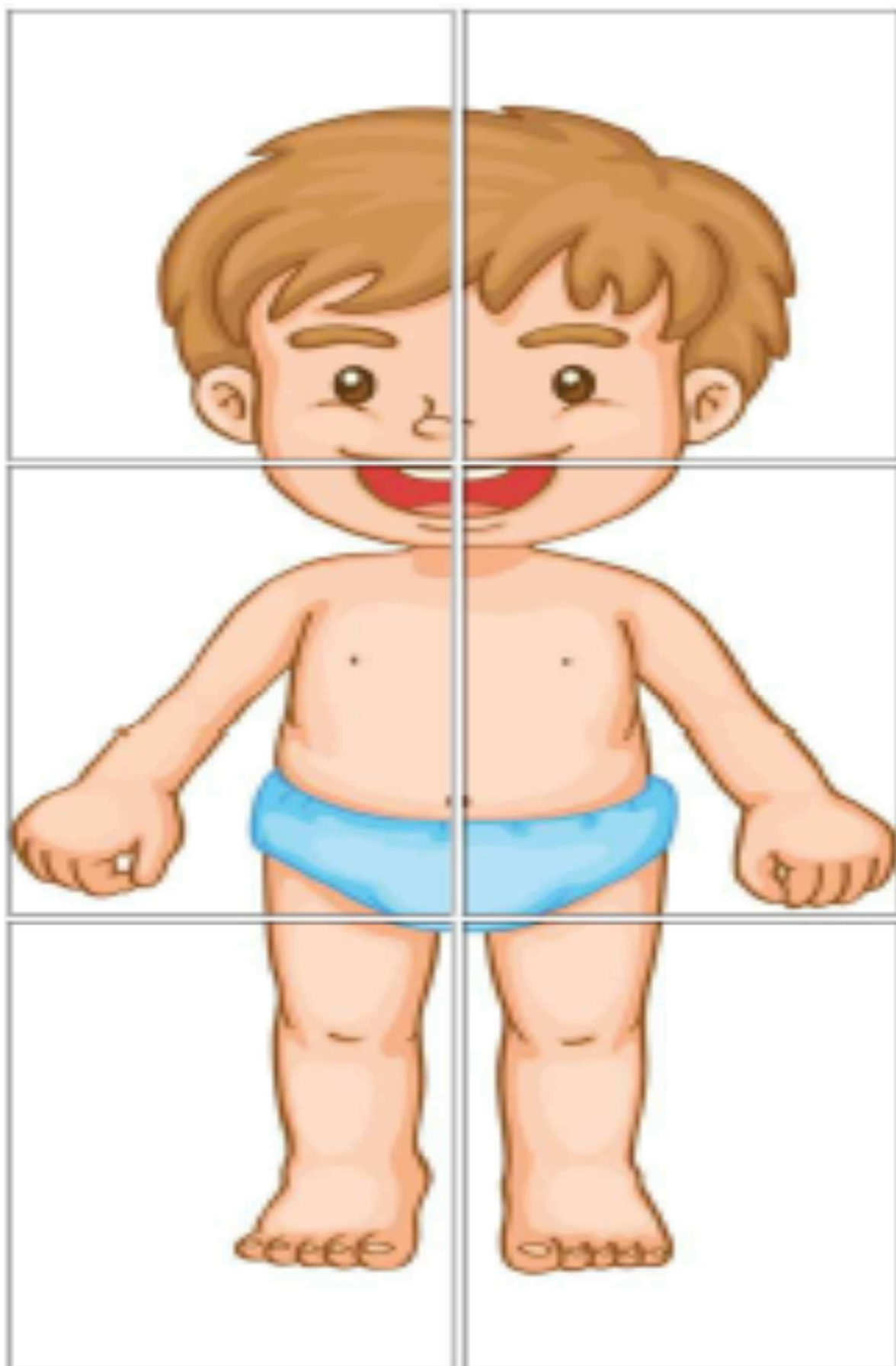
## Części ciała

Pokaż na sobie części ciała prezentowane na obrazku. Poproś mamę lub tatę, aby nazwali części ciała oraz wycięli etykiety z nazwami, a Ty dopasuj w odpowiednie miejsce.

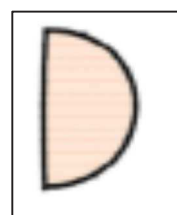
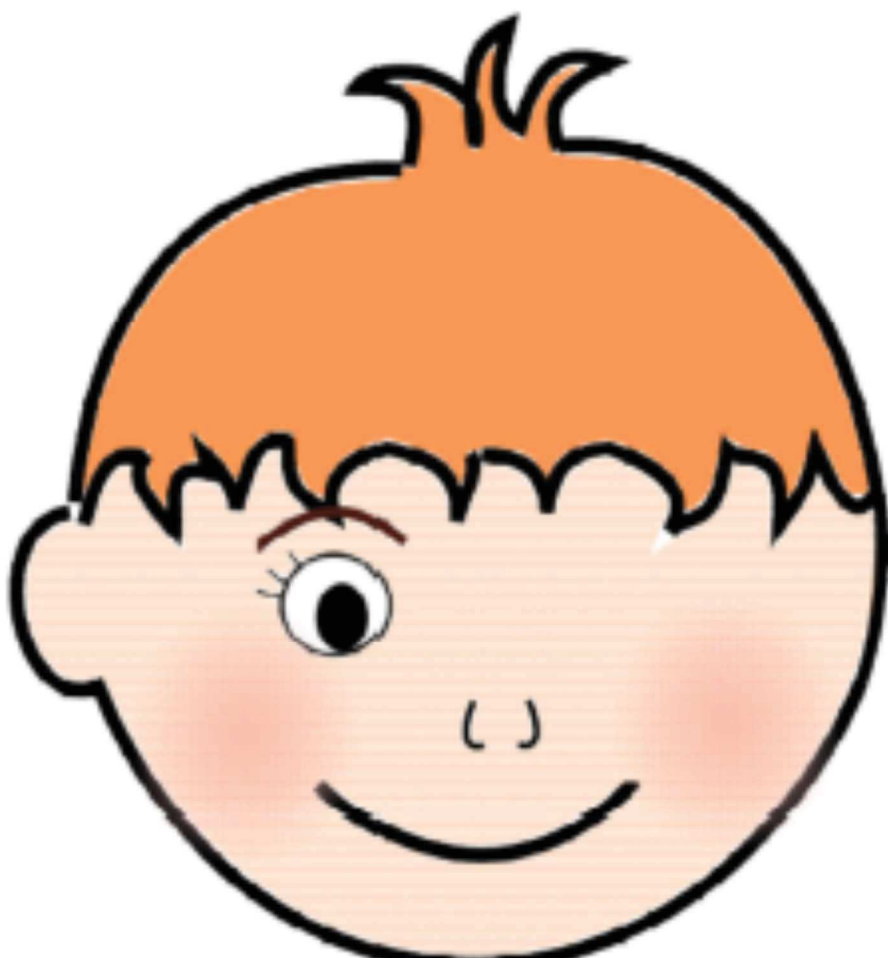
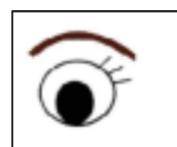
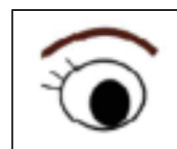


<b>GŁOWA</b>	<b>UCHO</b>	<b>OKO</b>	<b>USTA</b>
<b>REKA</b>	<b>DŁOŃ</b>	<b>NOGA</b>	<b>STOPA</b>

Obejrzyj obrazek. Wskaż głowę, oko, ucho, nos, rękę, nogę. Poproś mamę lub tatę, aby rozcięli obrazek, a Ty ułóż go z powrotem w całość.



Popatrz na obrazki. Czego brakuje? Wytnij elementy twarzy i wklej w odpowiednie miejsce.

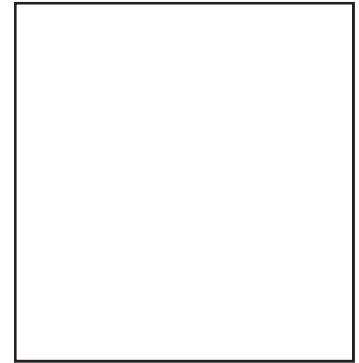


# Przybory toaletowe do higieny osobistej

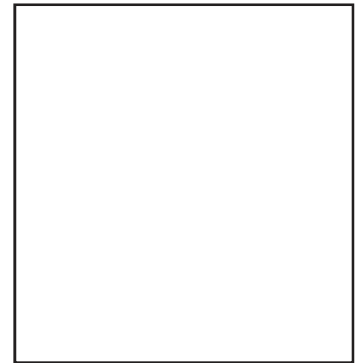
Obejrzyj obrazki. Co widzisz na obrazkach? Poproś mamę, aby pokazała te przybory. Przypomnij sobie do czego je używasz? Pokaż na sobie w jaki sposób je używasz. Wytnij symbole i etykiety i dopasuj do przyborów toaletowych.



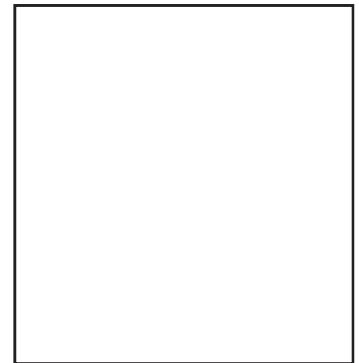
MYDŁO



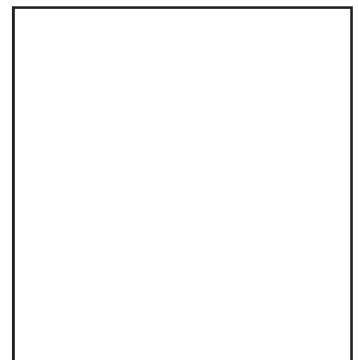
RĘCZNIK



SZCZOTKA  
DO ZĘBÓW

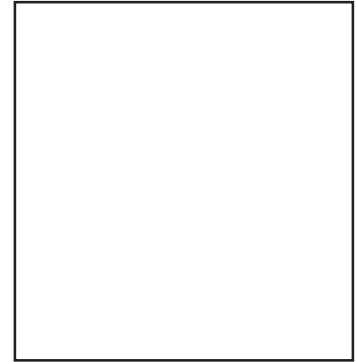


PASTA  
DO ZĘBÓW

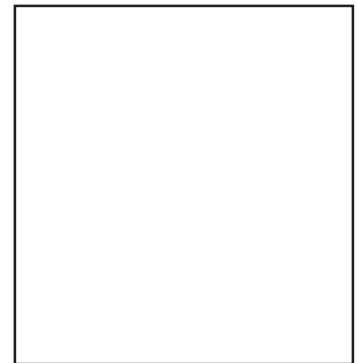




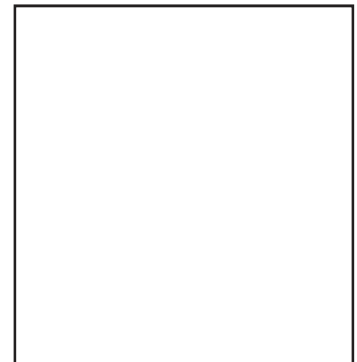
GRZEBIEŃ



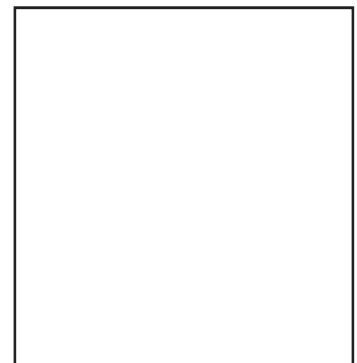
GĄBKA



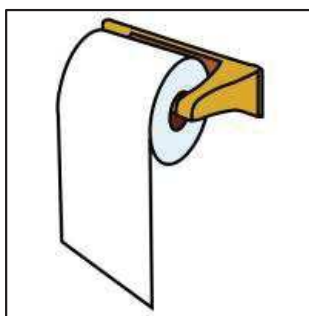
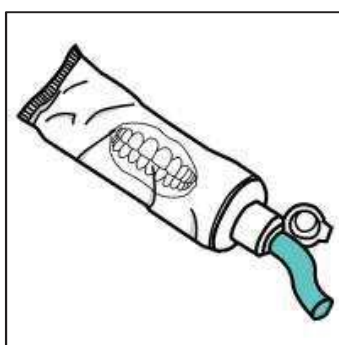
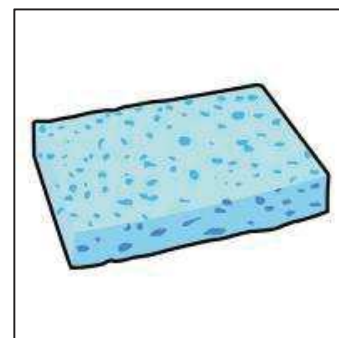
SZAMPON



PAPIER  
TOALETOWY



Przybory toaletowe i etykiety wyrazowe do wycięcia:



RĘCZNIK

MYDŁO

PAPIER  
TOALETOWY

GRZEBIEŃ

PASTA  
DO ZĘBÓW

SZAMPON

GĄBKA

SZCZOTKA  
DO ZĘBÓW

Poproś mamę lub tatę, aby przeczytali zdania, a Ty wybierz odpowiedni symbol

i zaznacz go



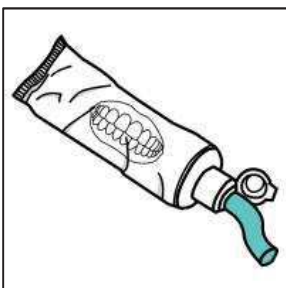
RĘCE MYJĘ



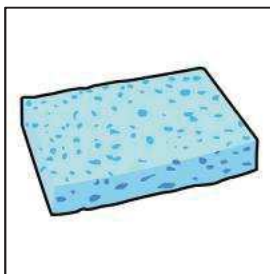
ZĘBY MYJĘ



WŁOSY MYJĘ



MOKRE RĘCE  
WYCIERAM

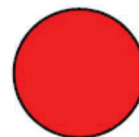




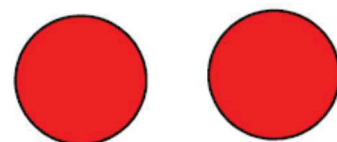
**Przypomnij sobie liczenie na palcach:**



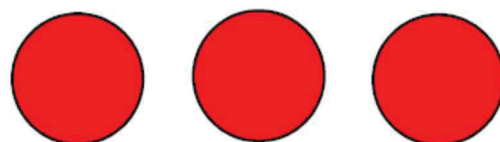
JEDEN



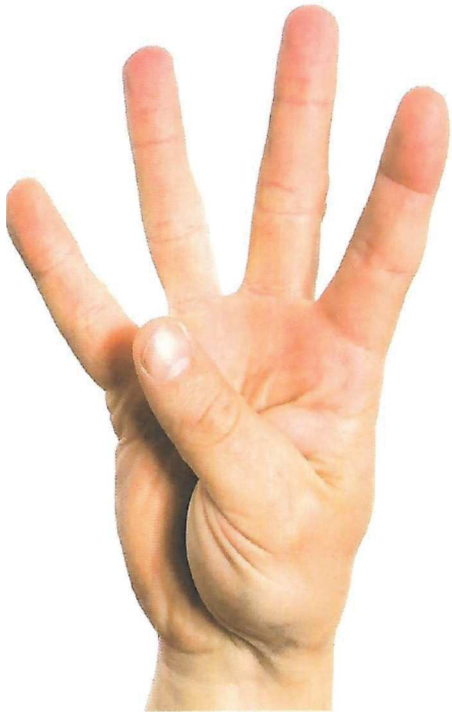
DWA



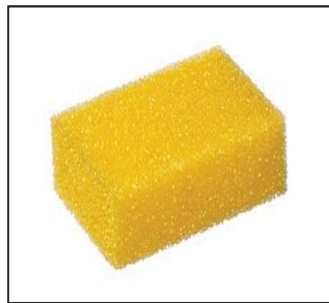
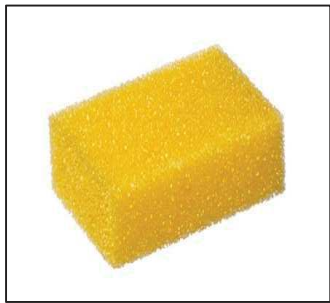
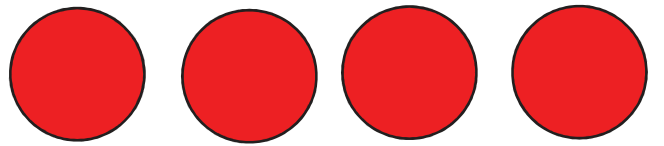
TRZY



Teraz pokażę 4 :



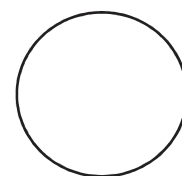
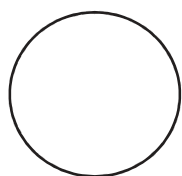
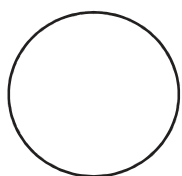
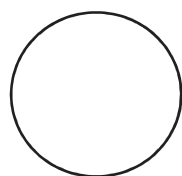
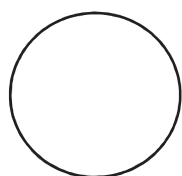
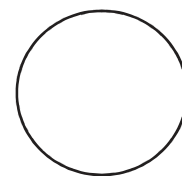
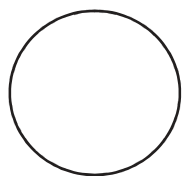
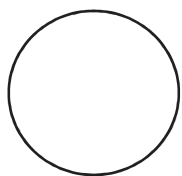
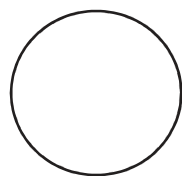
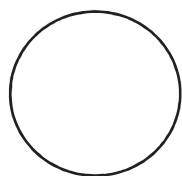
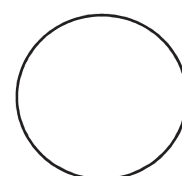
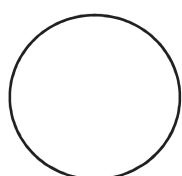
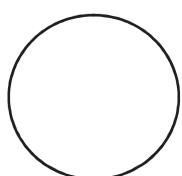
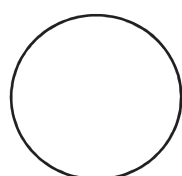
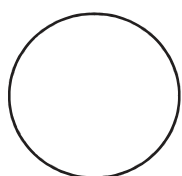
CZTERY



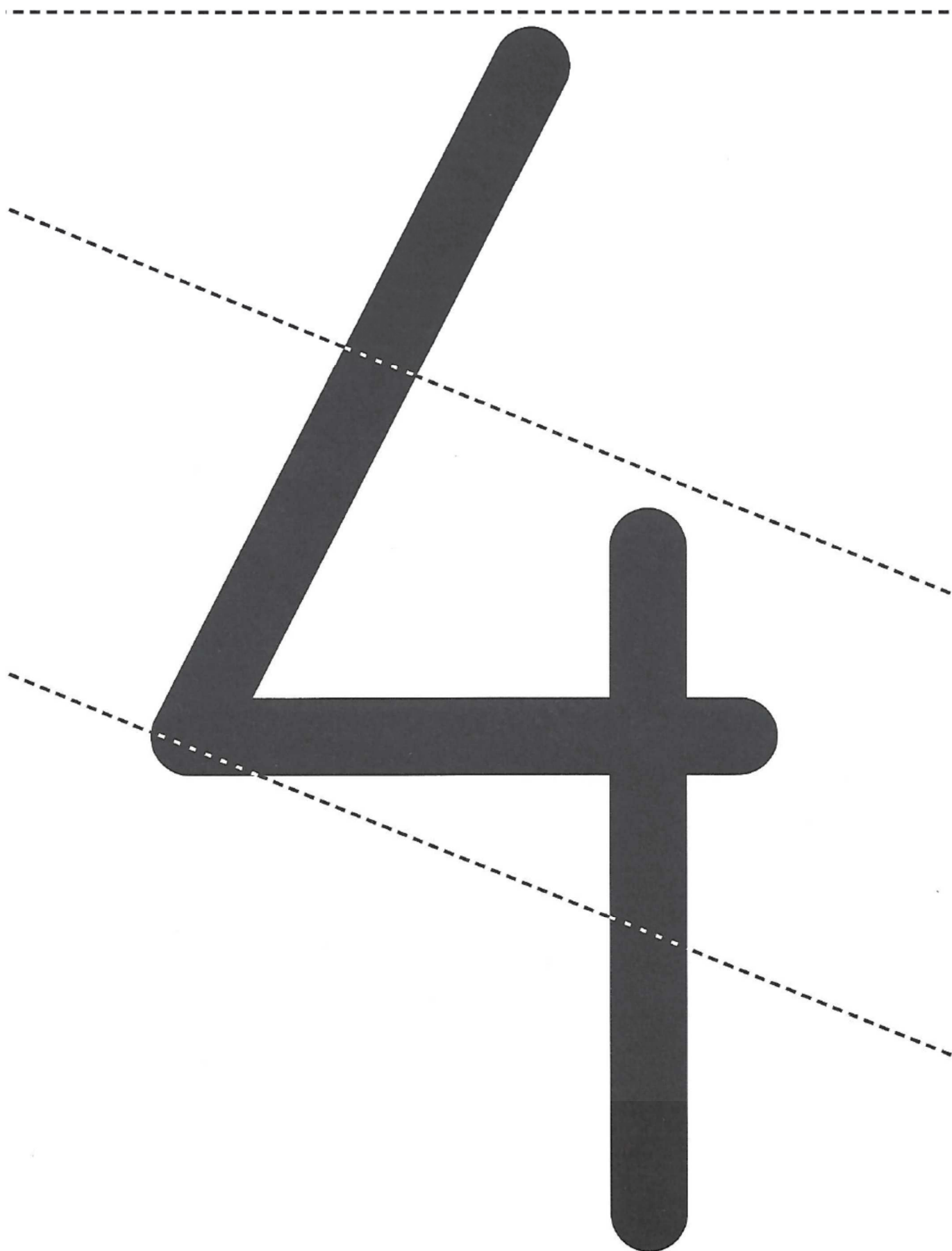
4



Pokoloruj tyle kótek ile jest przyborów toaletowych:



Poproś mamę lub tatę, aby rozcięli kartę po liniach i złoż z powrotem cyfrę 4 oraz wyklej ją plasteliną lub kawałkami kolorowego papieru np. bibułą:



# Kroki prawidłowego mycia rąk

Zapamiętaj kolejność czynności związanych z myciem rąk i za każdym razem staraj się z pomocą rodziców dokładnie myć ręce.

## Jak skutecznie myć ręce?



**1** Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



**2** Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



**3** Spleć palce i namydl je.



**4** Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



**5** Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiem dłoni i na przemian.



**6** Namydl obydwa nadgarstki.



**7** Splucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



**Całkowity czas:  
30 sekund**

**Nie zapomnij umyć tych obszarów:**





## **Kiedy myć ręce?**

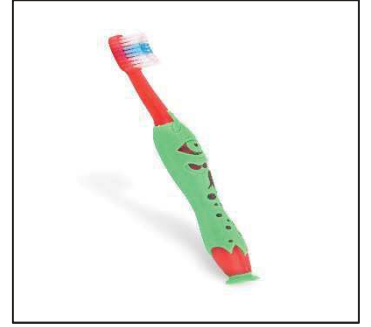
- **przed każdym posiłkiem**
- **po skorzystaniu z toalety,**
  - **po zabawie,**
- **po powrocie ze spaceru, podwórka,**
  - **po kontakcie ze zwierzętami,**
  - **po kichaniu i kaszlu,**
- **oraz za każdym razem, kiedy są brudne**

# Zagadki

Posłuchaj zagadek.

Wybierz obrazek, który jest rozwiązaniem zagadki i zaznacz go  kółkiem:

Długa i wąska  
z krótkimi włoskami.  
Wesoło płąsa  
pomiędzy zębami.



Przyjemnie pachnie,  
ładnie się pieni,  
a brudne ręce  
w czyste zamieni.



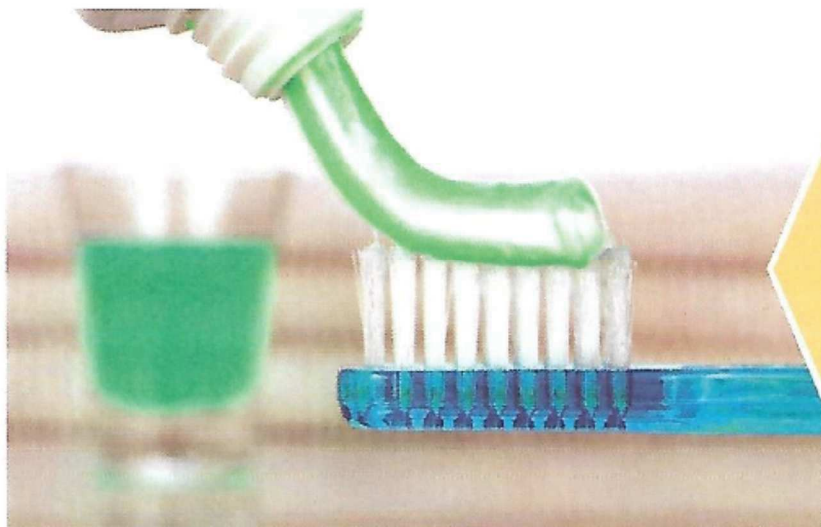
Ma dużo zębów  
choć nic nie jada.  
Trzymany w ręku,  
włosy nam układa.





## Etapy mycia zębów

Zapamiętaj kolejność czynności związanych z myciem zębów i za każdym razem staraj się z pomocą rodziców dokładnie myć zęby



1. Nakładamy pastę na szczoteczkę.

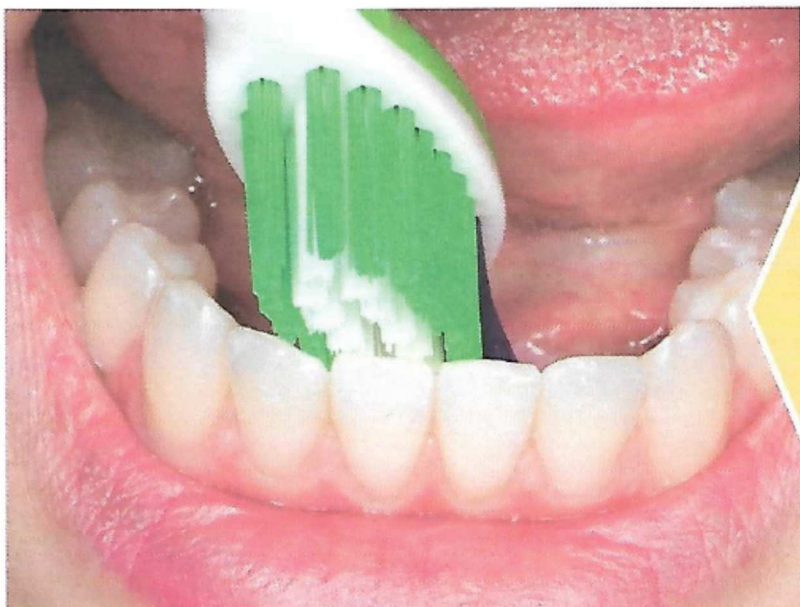


2. Szczotkujemy zęby.



3. Czyścimy zęby górne.





4. Czyścimy zęby dolne.



5. Myjemy szczoteczkę.



6. Odkładamy przybory do mycia zębów na miejsce.

Obejrzyj obrazki. Co na nich widzisz? Gdzie jest chłopiec? Co robi?  
Poproś mamę lub tatę, aby duży obrazek rozcięli po liniach, a następnie wspólnie ułóżcie historyjkę według kolejności zdarzeń.



## KLASA I – II – III AU

Temat: Dbamy o higienę osobistą.

W tym tygodniu będziemy przypominać sobie podstawowe zasady higieny osobistej, jak dbać o własne ciało, abyśmy byli zdrowi.

W ramach zajęć twórczych:

1. Ręcznik – ozdabiamy według własnego pomysłu (technika dowolna np. włóczka, bibuła, papier kolorowy, naklejane gotowe elementy z ozdobnych dziurkaczy). Można na ręczniku narysować paski i każdy pasek wykonać inną techniką ;
2. Kubek, pasta, szczoteczka – wyklejanka z plasteliny, (włosie szczoteczki można wykleić włóczką lub wykonać z papieru pociętego na końcówkach) ;
3. Kolorowanka – Dbam o higienę – praca -pastele/kredka ołówkowa/farba plakatowa.
4. Praca „Myjemy ręce”: kartkę A4 malujemy farbami (możemy wykorzystać kawałek gąbki jako stempelek; maczamy w farbie różnych kolorów; po wyschnięciu obrysowujemy dłonie dziecka czarnym flamastrem; następnie kolorowe, wycięte dłonie przyklejamy na karcie pracy z rysunkiem kranu z wodą.

W ramach zajęć sportowo – ruchowo – tanecznych proponuję zabawy orientacyjno – porządkowe:

### Zabawa 1:

„Rób tak-nie rób tak”

Prowadzący umawia się z uczestnikami, że będą naśladowali każdy jego ruch na słowa- „rób tak”, przy słowach zaś „nie rób tak” ani nie będą go naśladować, ani w ogóle wykonywać żadnych ruchów. Dzieci stają więc swobodnie, w luźnej gromadce, wsłuchując się uważnie w słowa prowadzącego i przyglądając się pilnie towarzyszącym im ruchom. Prowadzący staje np. na jednej nodze wzywając: „rób tak”. Uczestnicy naśladują pokazany ruch.

## Zabawa 2

„Do wody, na brzeg”

Dzieci stoją w rzędzie przodem do prowadzącego zabawę. Na hasło „do wody” dają krok do przodu, na hasło „na brzeg” wracają na swoje miejsca.

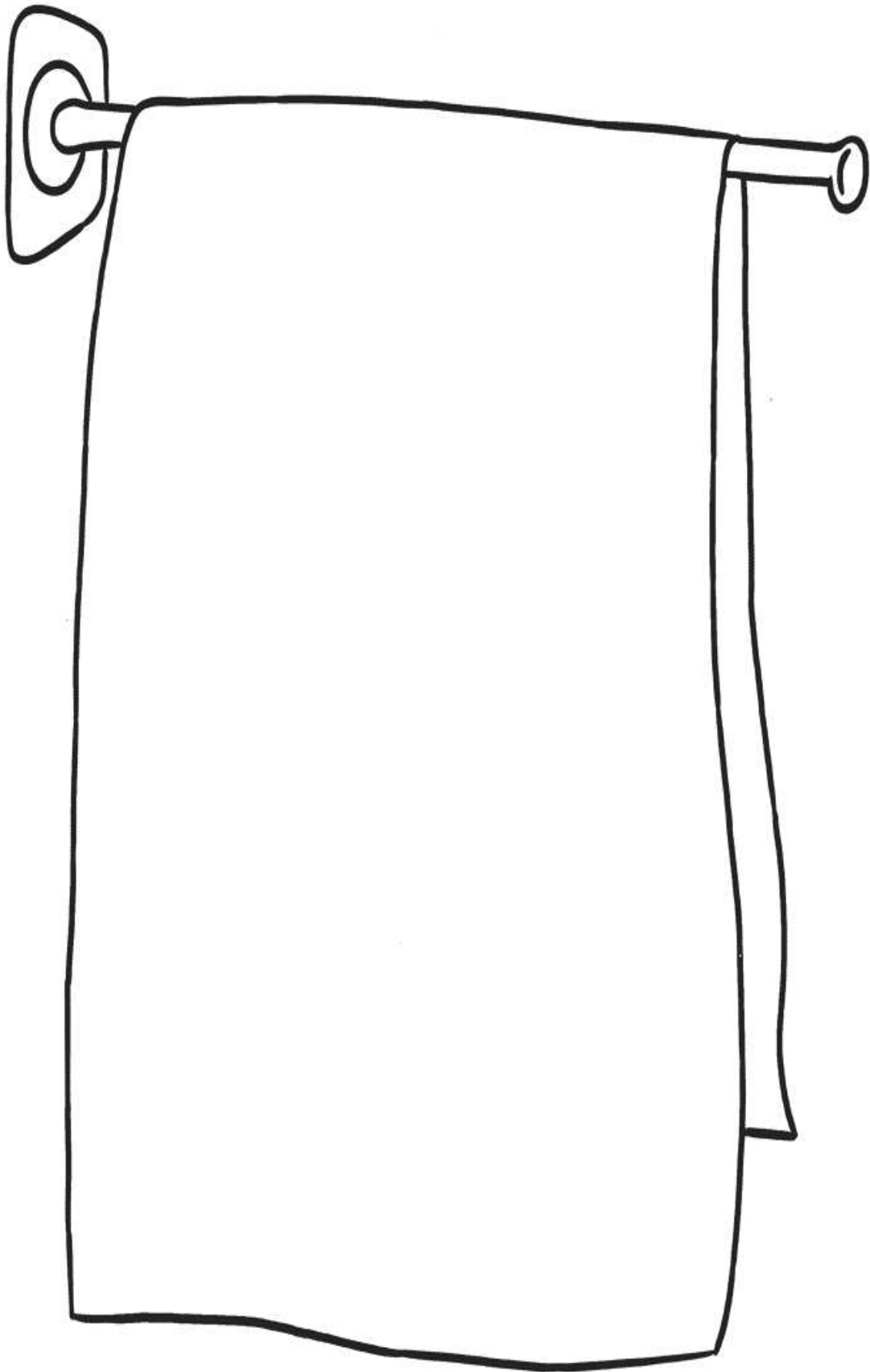
## Zabawa 3

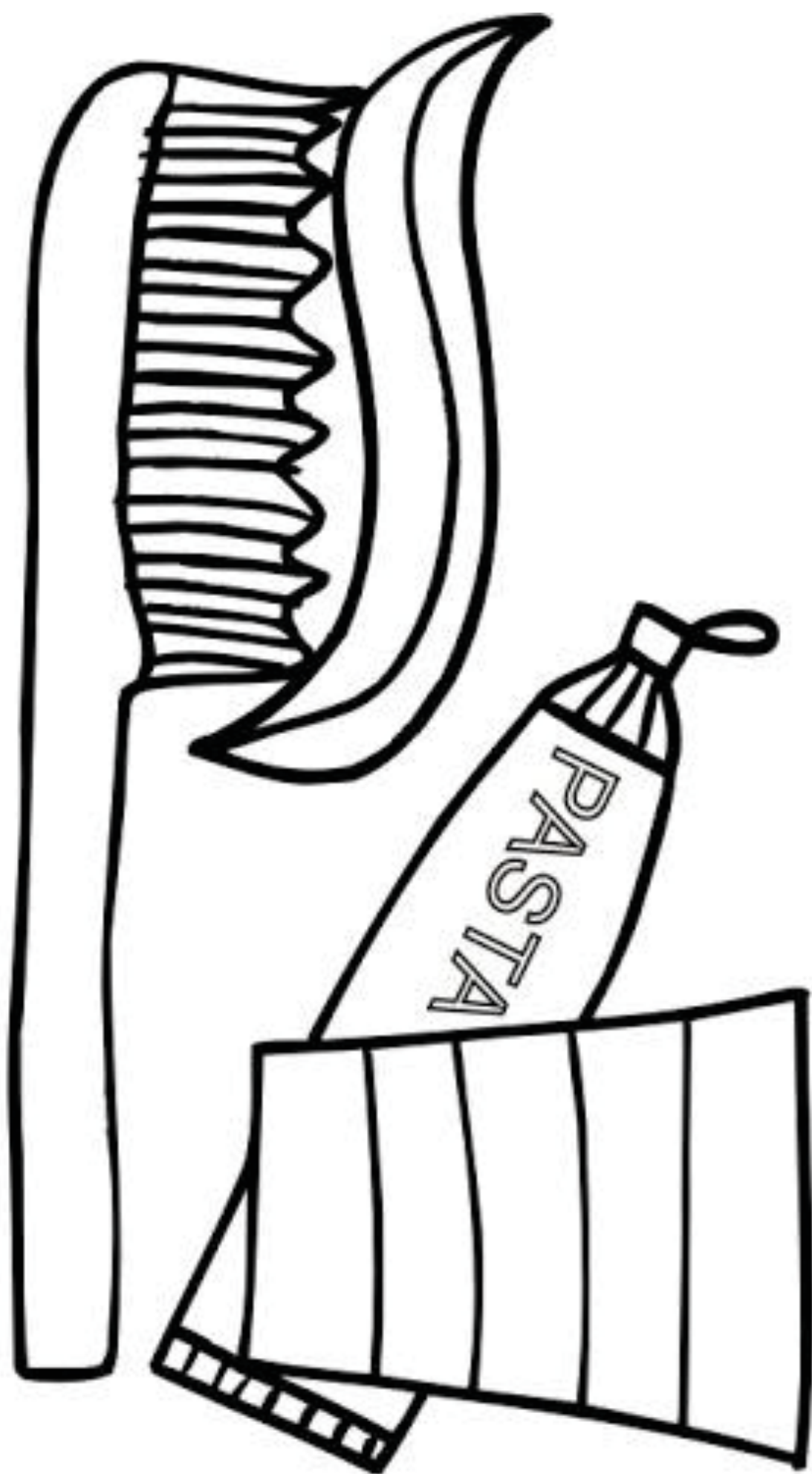
„Słońko świeci – pada deszcz”

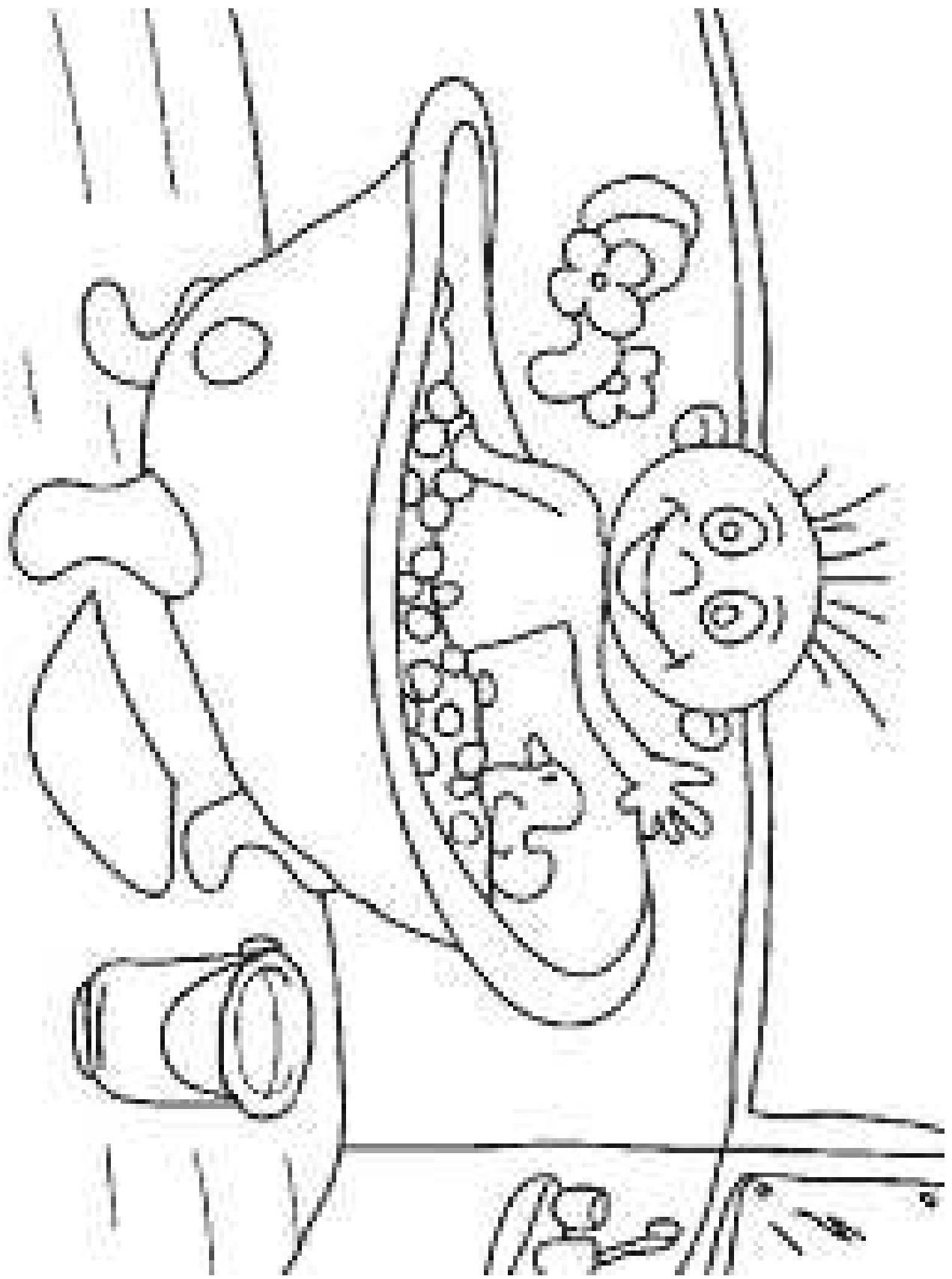
Prowadzący puszcza muzykę oznaczającą ładną pogodę: Słońko świeci! – w czasie której dzieci, chodzą, biegają, podskakują. Na wyciszenie muzyki i zawołanie: „Deszcz pada!” – dzieci biegną na wyznaczone miejsce, które chroni przed zmoknięciem. Dla urozmaicenia zabawy mogą dzieci rytmicznym klaskaniem naśladować spadające krople: kap, kap, kap.

Miłej zabawy 😊

Ozdób wzorkami ręcznik.











Logopedia

Drodzy rodzice,

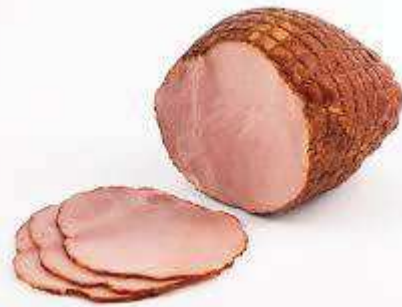
Na ten tydzień przygotowałam ćwiczenia z zakresu kategoryzacji. Polecam <https://centrummetodykrakowskiej.pl/blog/co-to-jest-kategoryzacja-i-jak-ja-cwiczyz/>.

Zachęcam do skorzystania również z ćwiczeń zamieszczonych na stronie ośrodka, zakładka „Logopedia”. Uzupełnieniem proponowanych ćwiczeń mogą być ćwiczenia na samogłoskach (ćwiczenia na stronie ośrodka). Kontakt mailowy: [specjalsoswpt@gmail.com](mailto:specjalsoswpt@gmail.com)

Pozdrawiam Dorota Litych- Herudzińska

<b>ZABAWKI</b>	<b>JEDZENIE</b>

5000000

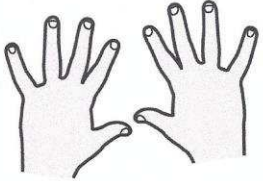

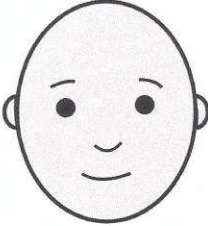


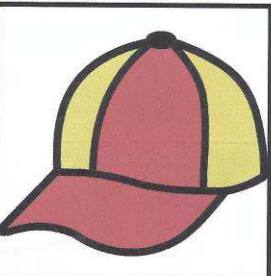
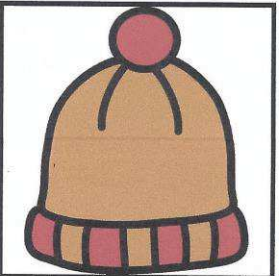
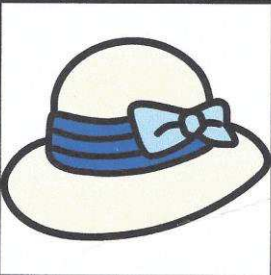
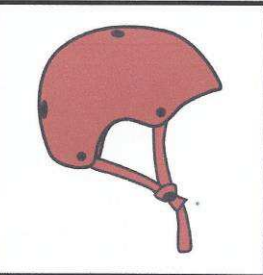
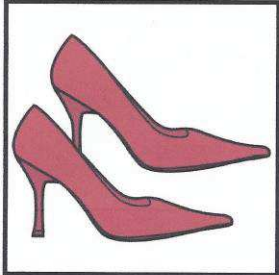
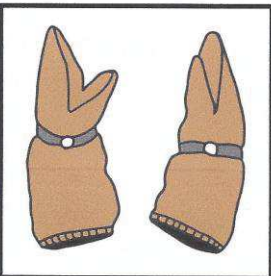
PIŁKA	KLOCKI	MIŚ



FunStock





## Zajęcia rewalidacyjne dla uczniów klasy I – II -III AU

### Zabawa paluszkowa

Rodzic, opiekun siada obok dziecka i wypowiada głośno słowa rymowanki zachęcając dziecko do wykonania kolejnych czynności:

Ręce robią: klap, klap, klap – dziecko samodzielnie bądź z pomocą klaszcze w dłonie

Nogi robią: tup, tup, tup – dziecko tupie nogami o podłogę

Tutaj swoją głowę mam – dziecko pokazuje na swoją głowę

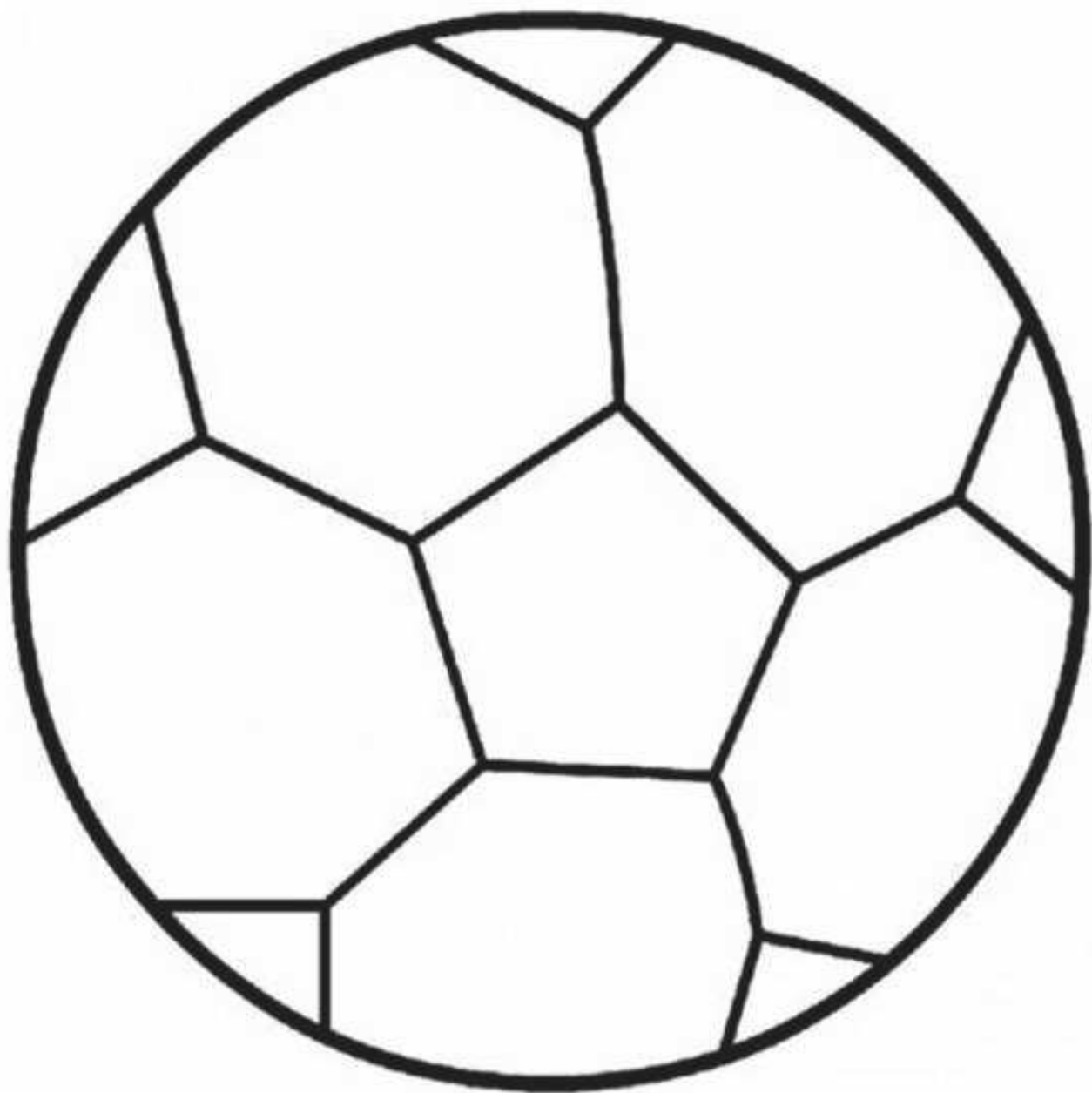
A na brzuchu – bam, bam, bam – dziecko delikatnie uderza się po brzuchu ręką

### Zabawa z piłką

Rodzic, opiekun siada na przeciwko dziecka na podłodze i delikatnie turla piłkę w kierunku dziecka wypowiadając imię dziecka i słowa – łap piłkę! Można stopniować poziom trudności zabawy oddalając się od dziecka i wydłużając drogę turlania się piłki. Można też ustawić małą bramkę – ustawioną z krzeserek – i turlać wspólnie piłkę z dzieckiem w środek bramki.

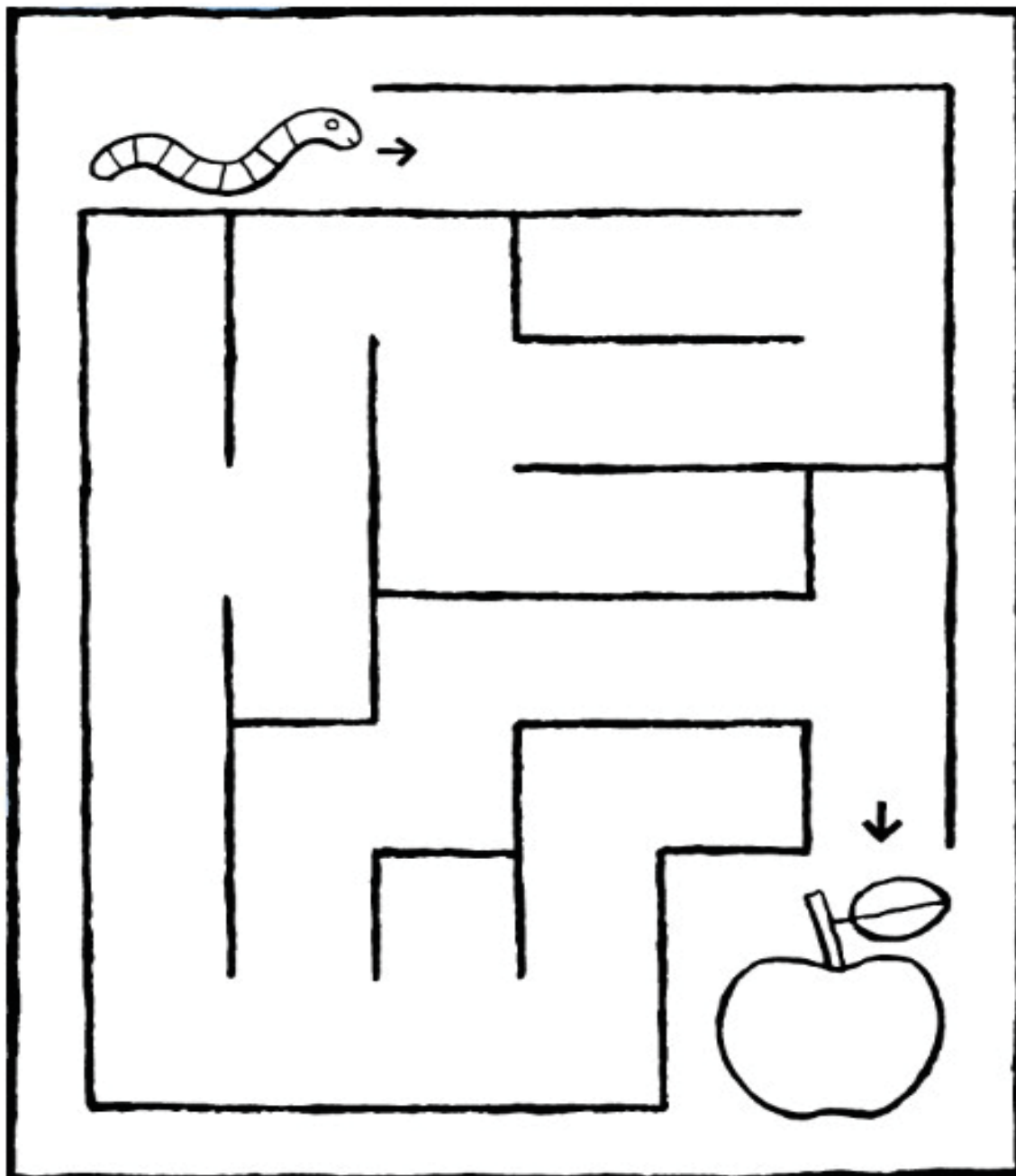
### Zabawa plastyczna

Dziecko zajmując miejsce przy stole lub biurku ma za zadanie wykleić plasteliną rysunek konturowy piłki. Można uformować z plasteliny małe kulki i nimi wyklejać obrazek a można też rozcierać kawałki plasteliny na kartonie. Dołączam rysunek konturowy piłki do wydrukowania:





1. Robak jest głodny. Pomóż mu dotrzeć do jabłka jak najkrótszą drogą.
2. Pokoloruj robaka i jabłko.
3. Wyślij pracę na adres: [sp1soswpt@gmail.com](mailto:sp1soswpt@gmail.com)



# ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

**Drodzy Uczniowie i Rodzice!**

W najbliższym tygodniu podsumowujemy temat: „Trudne emocje – ZŁOŚĆ”

**UWAGA!**

Zachęcam wszystkich do wspólnej zabawy polegającej na stworzeniu własnego  
KODEKSU ZŁOŚCI

Na podstawie zdobytej dotychczas wiedzy spróbujcie stworzyć własny obrazkowy plan radzenia sobie ze złością. Możecie wykorzystać schemat kodeksu złości zamieszczony poniżej lub stworzyć plakat wg własnego uznania. Zapraszam do wspólnej zabawy!

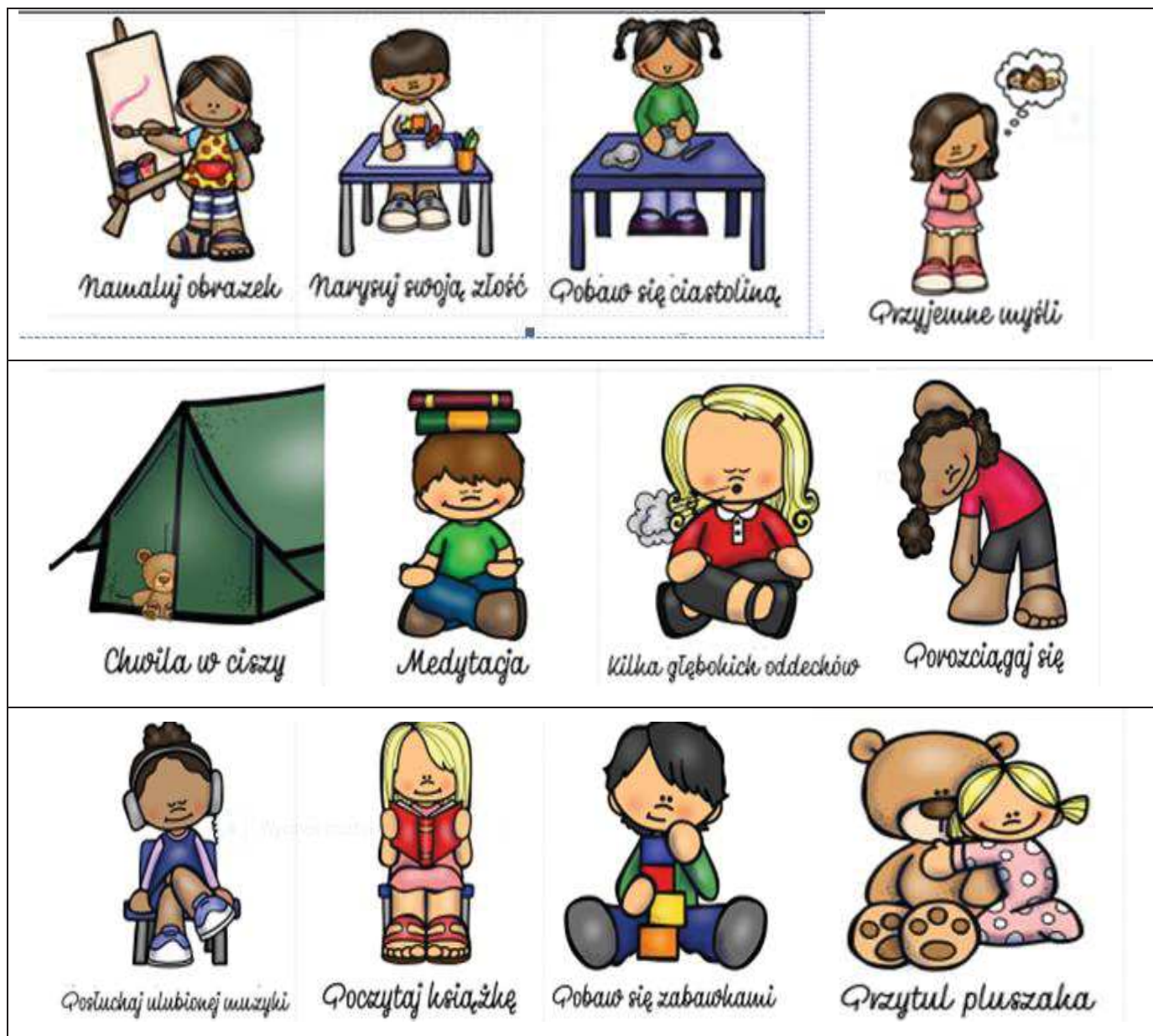
Zdjęcia stworzonych przez Was kodeksów złości można przesyłać na mail [psychologsoswpt@gmail.com](mailto:psychologsoswpt@gmail.com) lub bezpośrednio do wychowawców klas.

Pamiętajcie też o zakładce **Uczę się w domu – Porady psychologa - załączniki SP1** – tam co tydzień czekają na Was nowe materiały do ćwiczeń w domu.

## KODEKS ZŁOŚCI

Zapoznaj się i przećwicz, jak można poradzić sobie ze złością. Wybierz dla siebie trzy obrazki, które pomogą opanować Twoją złość.





Umieszczono za zgodą autora strony <https://warsztatemocjami.pl/>

Teraz stwórz własny **KODEKS ZŁOŚCI**. Możesz wykorzystać schemat umieszczony poniżej.

Jeśli lubisz, w trakcie wykonywania pracy, posłuchaj piosenki, udostępnionej tydzień temu w zakładce porady psychologa:

<https://www.youtube.com/watch?v=G8Gv1sC3d3k>

# Obrazkowy kodeks złości

**Ja**

(Imię dziecka lub zdjęcie dziecka)

## Mam prawo się złościć

(Tu narysuj jak wygląda Twoja złość)

## GDY SIĘ ZŁOSZCZĘ MOGĘ:

(wytnij i przyklej obrazki, które zamieszczone są powyżej)

--	--	--

# Drodzy uczniowie i rodzice!

**Przedstawiam propozycje wspólnych ćwiczeń z dzieckiem w domu:  
( 04.05.20 – 08.05.20 - zajęcia muzyczno – rytmiczne )**

**1. „ Cztery pory roku – Wiosna” Vivaldi -**

**<https://www.youtube.com/watchv=jdLIJHuQeNI&feature=youtu.be>**

Posłuchaj melodii i zachęć dziecko do swobodnej aktywności ruchowej.

**2. Reagowanie na sygnał: „ Ptaki do gniazd”**

Zatrzymaj muzykę i powiedz: „ Ptaki do gniazd” . Spróbuj razem z dzieckiem ukucnąć i przytul je do siebie.

**3. Posłuchaj z dzieckiem wiosennych odgłosów polskich ptaków.  
Podaję link do strony:**

**<https://www.youtube.com/watch?v=XGjq6fY64JU>**

Przy odgłosach dźwięków wysokich podnoście ręce do góry, przy niskich na dół.

**4. Zestaw zabaw ruchowych z wykorzystaniem piłki, woreczka, balonika, czy małej poduszki:**

- swobodne zabawy z piłką: turlanie, podoszenie, podrzucanie, podawanie z ręki do ręki;
- „ lot ptaka” - trzymanie piłki obiema rękoma lub na przemian raz prawą raz lewą ręką i naśladowanie lotu ptaka;
- „ powrót do gniazda” - dziecko podnosi piłkę do góry i powoli wykonuje skłon w przód, następnie siada krzyżując nogi i turla piłkę do rodzica;
- „ bocian - ćwiczenie równowagi, próba stania na jednej nodze;
- „ ptaszki fruują” - swobodny marsz z rozłożonymi w bok rękoma;

**5. Naśladowanie odgłosów ptaków:**

- **Bocian – kle, kle** – obie ręce wyprostowane „ klaszczą” naśladowując klekotanie;
- **Kukułka – ku, ku** – ręce zakrywają i odsłaniają twarz „ ku- ku” , tworząc małe skrzydełka w zagięciu ramion.

## Z Maryją kochamy Pana Jezusa

W miesiącu maju modlimy się słowami Litanii do Matki Bożej i modlimy się na różańcu w intencji ustania epidemii koronawirusa. Zachęcam do zajrzenia do zakładki – Religia na stronie naszego Ośrodka i wysłuchania śpiewanej modlitwy różańcowej.



## Piękna Pani z Fatimy

Matka Boża ukazała się Franciszkowi, Hiacyncie i Łucji i prosiła ich, aby codziennie odmawiali różaniec.

Zachęcam do zajrzenia do zakładki – Religia na stronie naszego i obejrzenia filmu pt. „Dzieci z Fatimy”

