

Drodzy moi uczniowie. Witam Was i waszych rodziców po krótkiej przerwie. Mam nadzieję ,że odpoczęliście troszeczkę i jesteście gotowi do pracy.

W tym tygodnie zapoznam was z niezbędnymi pracami wiosennymi w ogródku. Przesyłam filmik ,tam krasnal Borówka oprowadzi Was po ogrodzie.

Następnie to już zadania dla was do zrobienia w ciągu tygodnia.

Jest coś do napisania, policzenia i pomalowania. Mam nadzieję że dacie radę.

Czekam na wypełniane karty pracy. Pozdrawiam gorąco wasza wychowawczyni.

Do moich zadań jak zwykle dołączam zadania z rewalidacji, logopedii, od pani psycholog, zajęcia kulinarne, sportowe, muzyczne oraz religię. Miłej pracy.

<https://youtu.be/HKbblzMIIEo>

Zajęcia z WF-Sergiusz K.

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

<https://www.youtube.com/watch?v=0ih61-uU-zk>

<https://www.youtube.com/watch?v=xwg00DYhucw>

<https://www.youtube.com/watch?v=VrHsthPwxA8>











**Wiosenne prace w
ogrodzie**









2. Jakie prace wiosną wykonują w ogrodzie Wiktor i jej rodzice?



3. Pokoloruj te rysunki, które przedstawiają przedmioty potrzebne do pracy w ogrodzie.

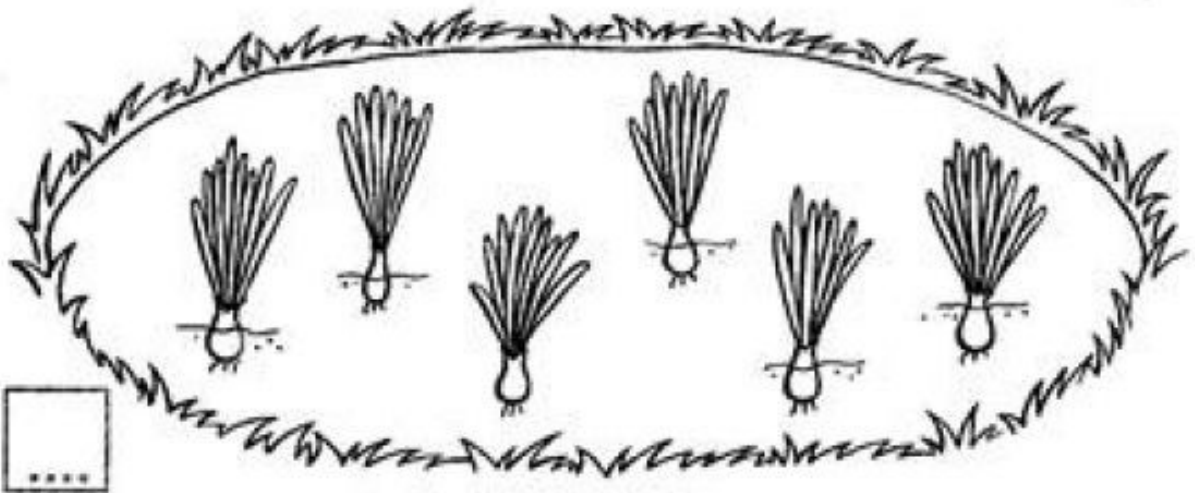
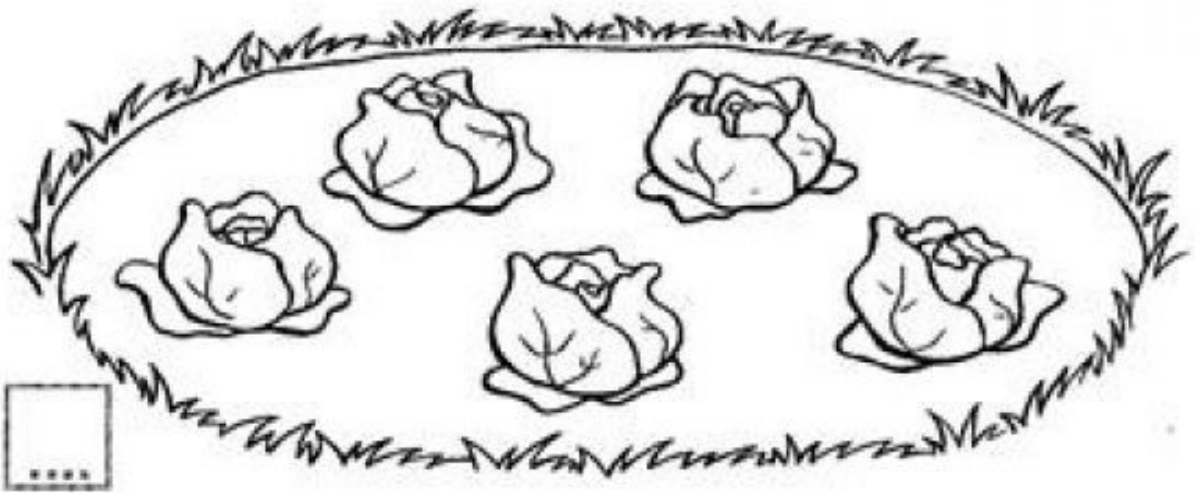
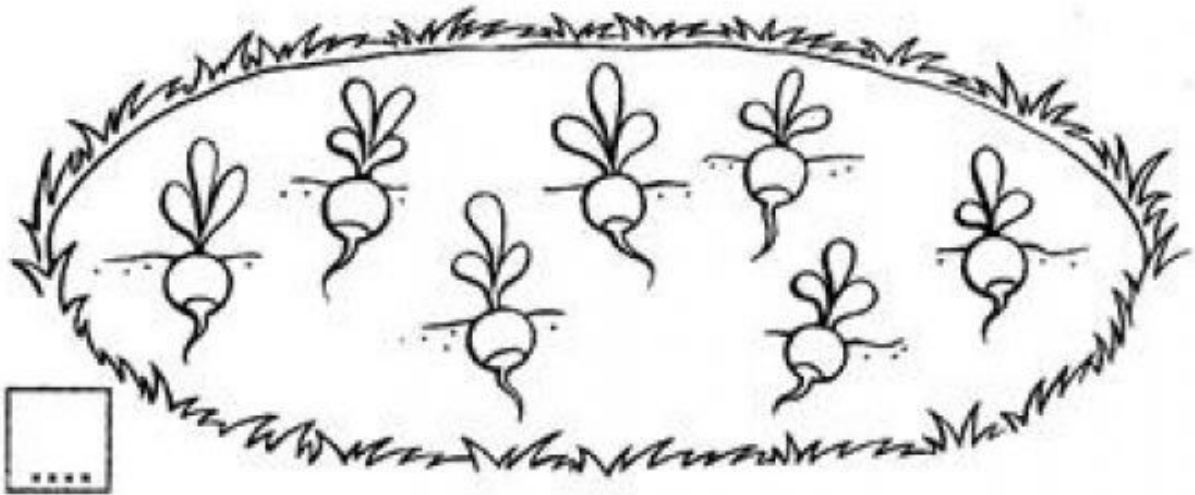





							
	—	└	▭	└	—	○	[



Policz rośliny na grządkach, ich ilość wpisz w kratki. Których warzyw jest najwięcej?



1	2		4	5
6		8	9	
11	12		14	15
16		18		20
				
				
				

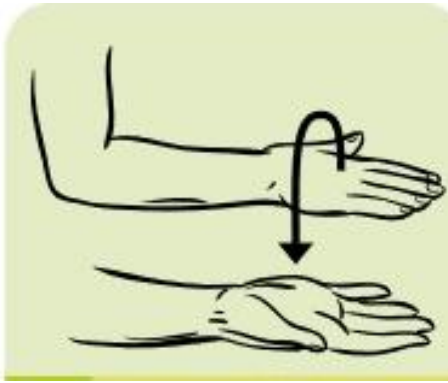
PrzedskolUczek.pl

Terapia ruchem- usprawnianie funkcjonalne ręki

Przedstawione ćwiczenia wspomagają pracę ręki, głównie jakość i wartość chwytu oraz zdolności manipulacyjne. Zachęcam do ćwiczeń szczególnie teraz gdy dużo rysujemy i piszemy . W razie trudności poproście o pomoc rodziców. Oczywiście nie musimy wykonywać wszystkich ćwiczeń mogą być tylko dwa lub trzy wybrane.

ćwiczenie 1.odwracanie i nawracanie przedramienia

1. Połóż przedramię na blacie z dłonią zwróconą ku podłodze.
2. Odwróć dłoń tak by była zwrócona ku górze .
3. Powtórz 20 razy.



ćwiczenie 2 zginanie i prostowanie nadgarstka

1. Połóż przedramię na blacie aby dłoń była poza nim
2. Unosimy i opuszczamy dłoń, dla wzmocnienia ruchu można ścisnąć dłoń w pięść
- 3.Powtarzamy 20 razy



ćwiczenie 3. wyprost nadgarstka i utrzymanie

1. Połóż przedramię na blacie aby dłoń była poza nim

2. Unosimy dłoń i utrzymujemy w tej pozycji 5 s

3. Powtarzamy 20 razy

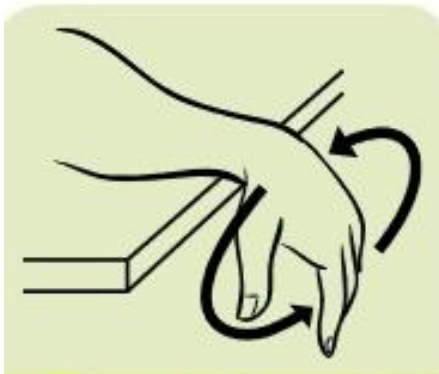


ćwiczenie 4. ruchy okrężne nadgarstka

1. Połóż przedramię na blacie aby dłoń była poza nim

2. Wykonujemy ruchy okrężne nadgarstka w jedną i w drugą stronę

3. Powtarzamy 20 razy

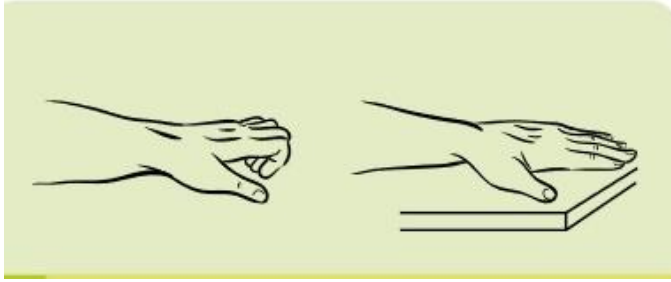


ćwiczenie 5. zginanie palców

1. Połóż przedramię na blacie z dłonią zwróconą ku podłodze.

2. Zegnij palce tak aby paznokcie dotykały blatu .

3. Powtórz 20 razy.



ćwiczenie 6. Rozciąganie i łączenie palców

1. Połóż przedramię na blacie z dłońią zwróconą ku podłodze.
2. Rozszerz palce i złącz .
3. Powtórz 20 razy.



ćwiczenie 7. dociskanie złożonych dłoni

1. Połóż przedramiona na blacie dłońmi do siebie
2. Dociskamy dłonie do siebie 5 s
3. Powtórz 20 razy



ćwiczenie 8 zaciskanie piłki lub zwiniętej skarpetki

1. Utwórz pięść wokół piłki (lub skarpetek) i zaciśnij ją.
2. Przytrzymaj napięcie około 6 sekund po czym rozluźnij na około 10 sekund.
3. Powtórz 8 do 12 razy.
4. Przełóż piłkę (lub skarpetki) do drugiej dłoni i powtórz 8 do 12 raz



ćwiczenie 9 przeciwstawianie kciuka i palców

1. Rozpocznij od położenia przedramienia przed sobą na stole z dłonią odwróconą ku górze.
2. Dotknij swym kciukiem do każdego z palca osobno.
3. Powtórz ten cykl 20 razy.



ćwiczenie 10. Chwyatanie palcami różnych przedmiotów

1. Rozsyp na blacie przedmioty o różnym rozmiarze
2. Chwytaj palcami i przekładaj do pudełka obok
3. Cykl powtarzaj 10 razy



Zachęcam do odwiedzania mojej zakładki terapia ruchem , znajdziecie tam dużo innych propozycji

Anita Durczak

Zajęcia kulinarne

Owoce są pyszne

Dlaczego warto sięgać po owoce?

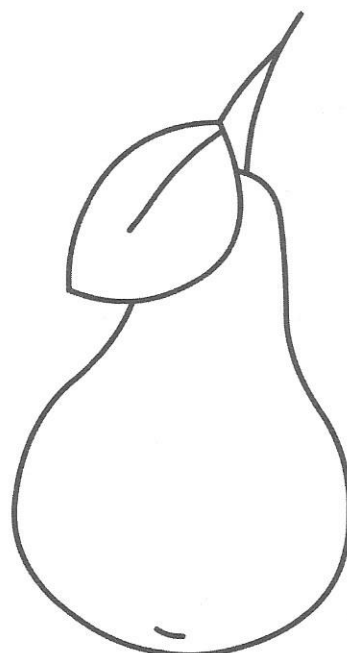
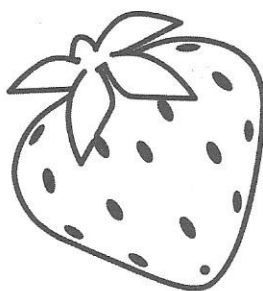
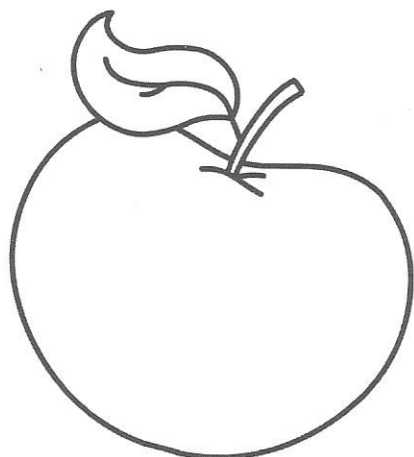
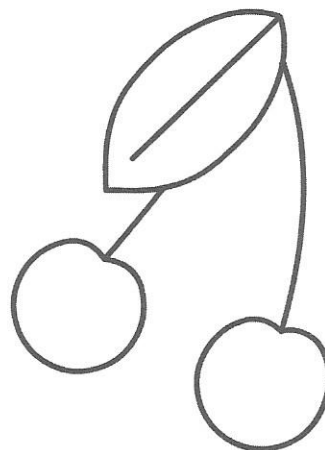
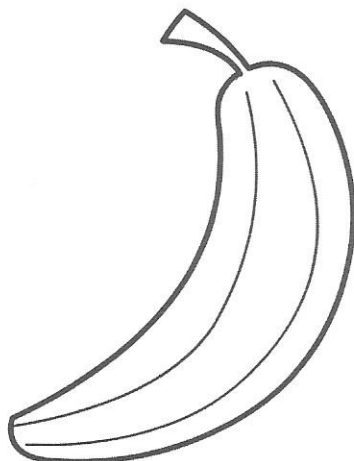
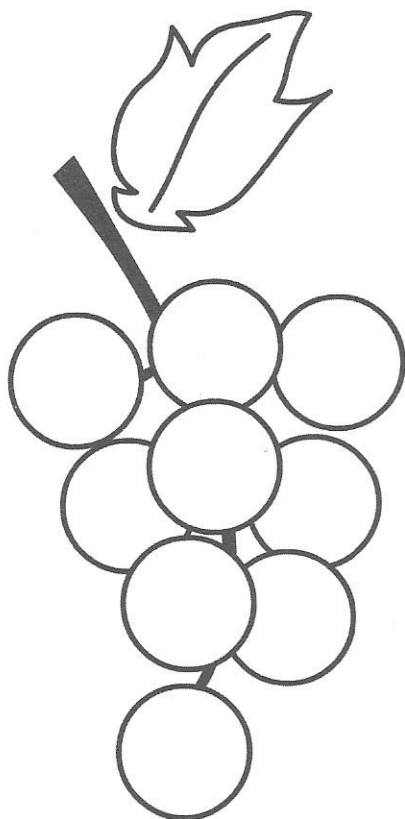
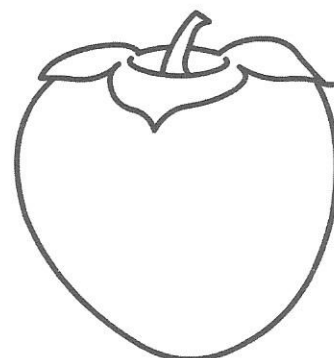
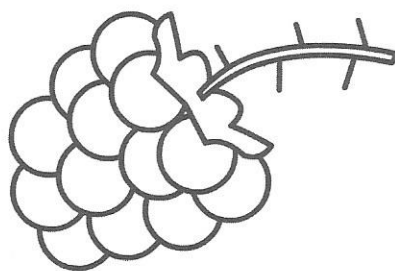
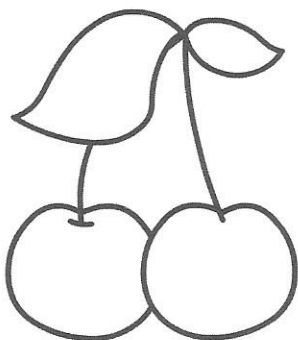
Owoce są nie tylko pyszne, ale też zdrowe, czyli mają korzystny wpływ na nasze organizmy i pomagają nam zachować zdrowie. Są słodkie i doskonale zastępują słodczyce zrobione z dodatkiem szkodliwego cukru. Dzięki nim możemy cieszyć się szczupłą sylwetką, nie rezygnując ze słodkiego smaku!

Owoce to prawdziwa skarbnica witamin, składników mineralnych i błonnika. Najbardziej wartościowe są owoce świeże. Pamiętajcie, że sporo witamin i błonnika kryje się także w skórce, którą wielu z nas usuwa przed zjedzeniem owocu.

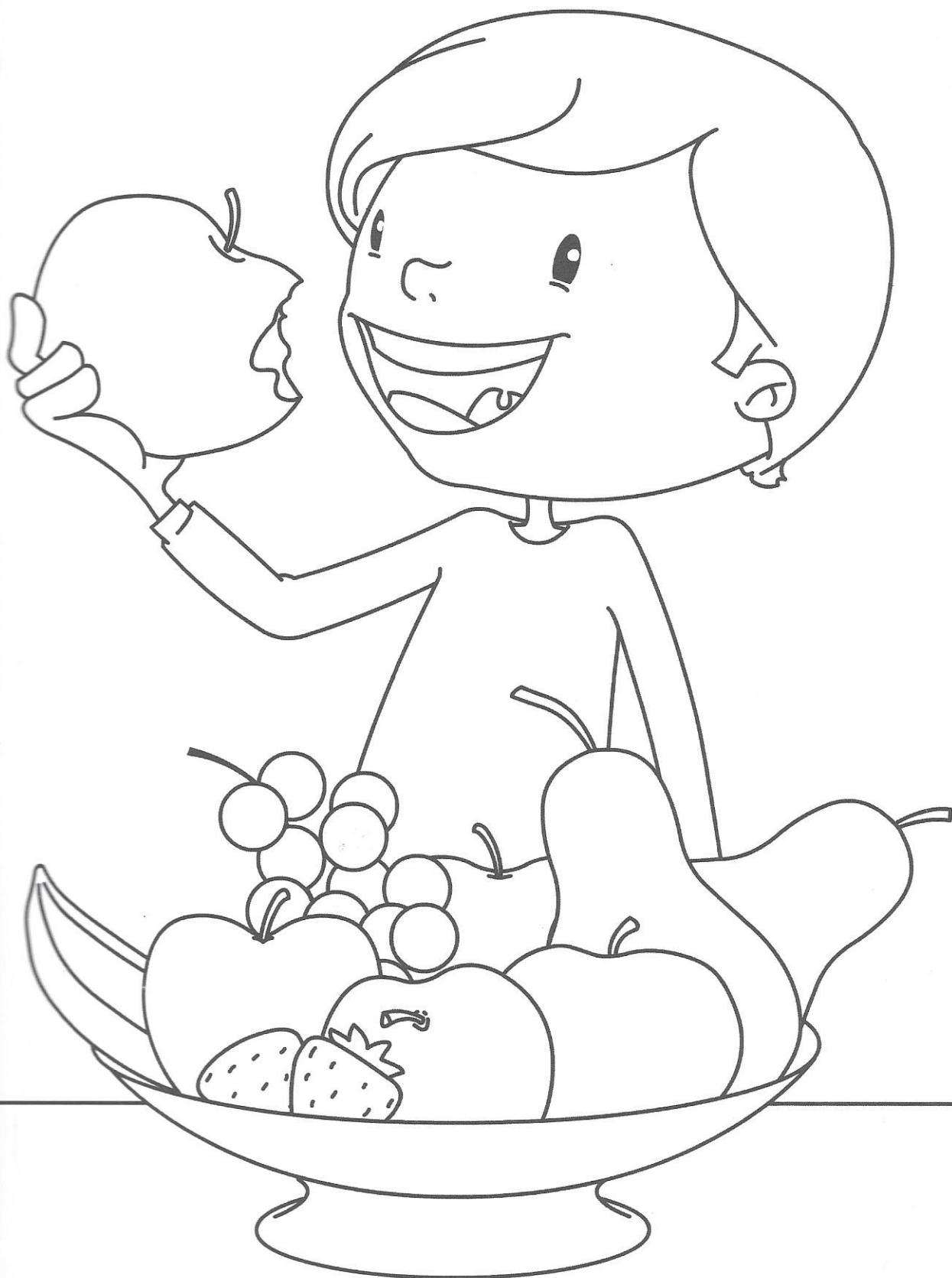
Najwięcej **błonnika** zawierają maliny.



Jakie owoce najbardziej lubisz?
Zaznacz je kółkiem.



Owoce należy jadać codziennie, bo są równie zdrowe jak warzywa. Najlepiej jeść je na surowo, a jabłka i gruszki razem ze skórką, w której najwięcej jest witamin.



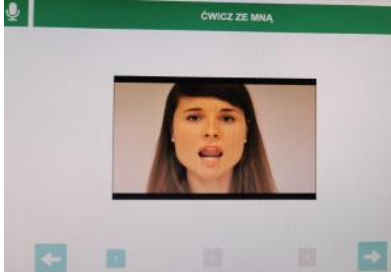
Z owoców można też wyciskać soki i mieszać je w dowolny sposób. Świeżo wyciskane soki są zdrowe i mogą zastąpić dzienną porcję owoców.



Logopedia

Droży rodzice,

Zachęcam do wykorzystania podczas pracy w domu ćwiczeń z programami :
<https://www.afast.pl/Therapy/ChooseAfasiaType>



<https://wordwall.net/community?localeId=1045&query=logopedyczne>.



Są to darmowe aplikacje pomocne podczas terapii mowy.

Kochani rodzice oprócz tego jak co tydzień przygotowaliśmy materiały w formie kart pracy, które są dostępne na stronie ośrodka w zakładce „Logopedia”. W razie jakichkolwiek pytań, czy potrzeby dodatkowych wyjaśnień, prosimy o kontakt, mail kontaktowy: specjalsoswpt@gmail.com.

Pozdrawiamy Dorota Litych-Herudzińska

Różnicowanie głosek dentalizowanych.



Czy rozpoznajecie te instrumenty?

Bębenek



Bębenek to instrument perkusyjny z grupy membranofonów.

Przedskolankowo.pl

Gitara



Gitarę zaliczamy do instrumentów strunowych szarpanych.

Przedskolankowo.pl

Skrzypce



Skrzypce zaliczamy do instrumentów strunowych smyczkowych.

Przedskolankowo.pl

Akordeon



Akordeon prosty to instrument dęty klawiszowy.

Przedskolankowo.pl

Marakasy



Marakasy to instrumenty perkusyjne o niekredonej wysokości dźwięku.

przedzobolanki.pl

Tamburyn



Tamburyn to instrument perkusyjny z grupy membranofonów o niekredonej wysokości dźwięku.

Przedzobolanki.pl

Trójkąt



Trójkąt to instrument perkusyjny o niekredonej wysokości dźwięku.

przedzobolanki.pl

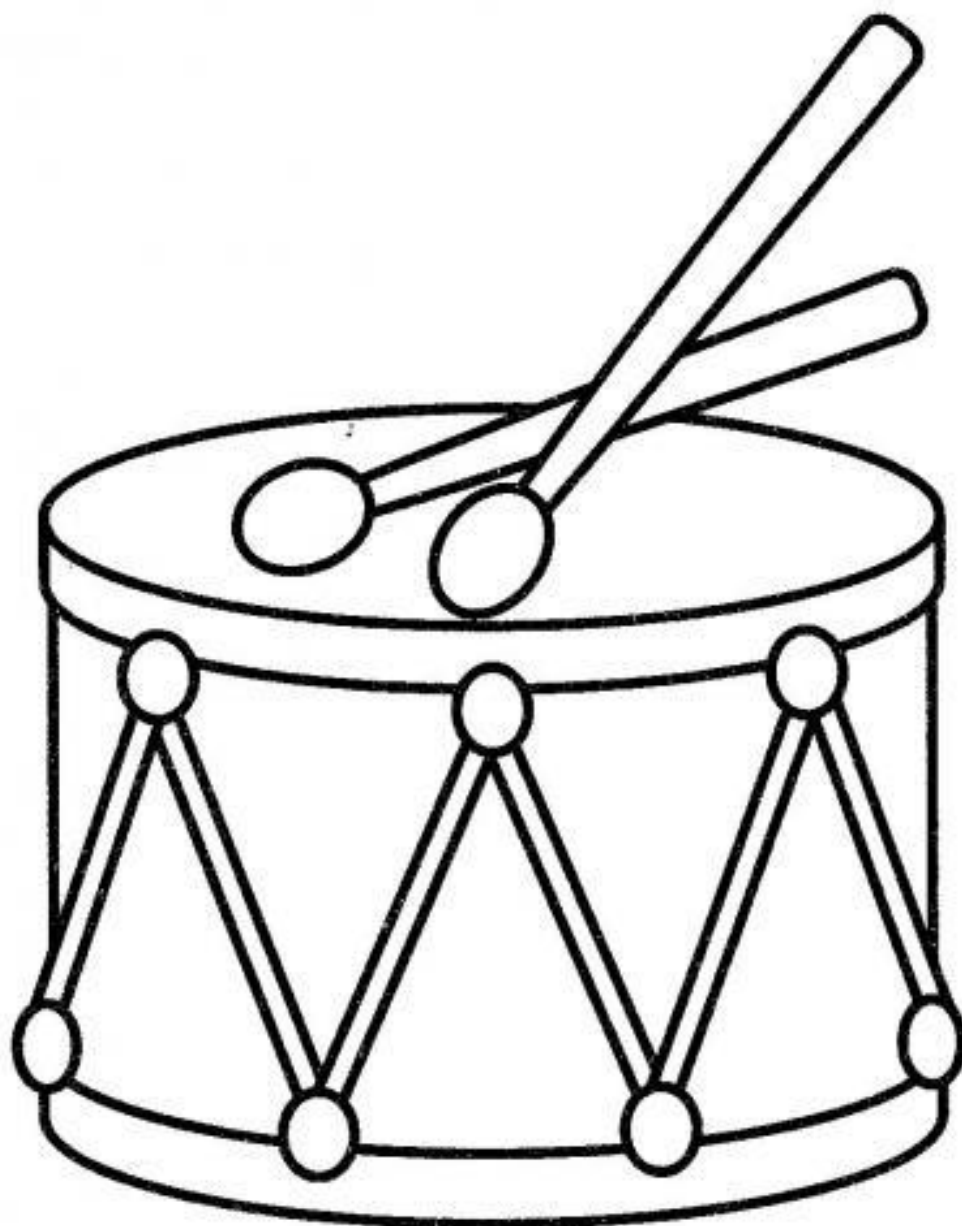
Flet prosty



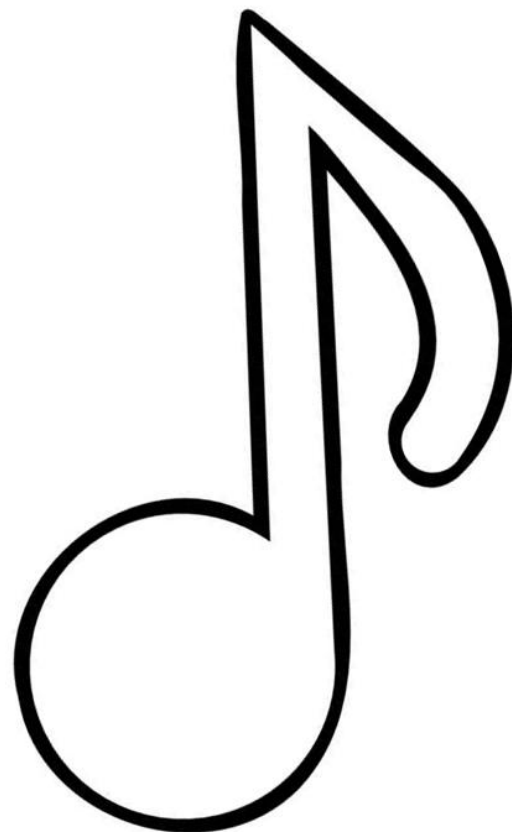
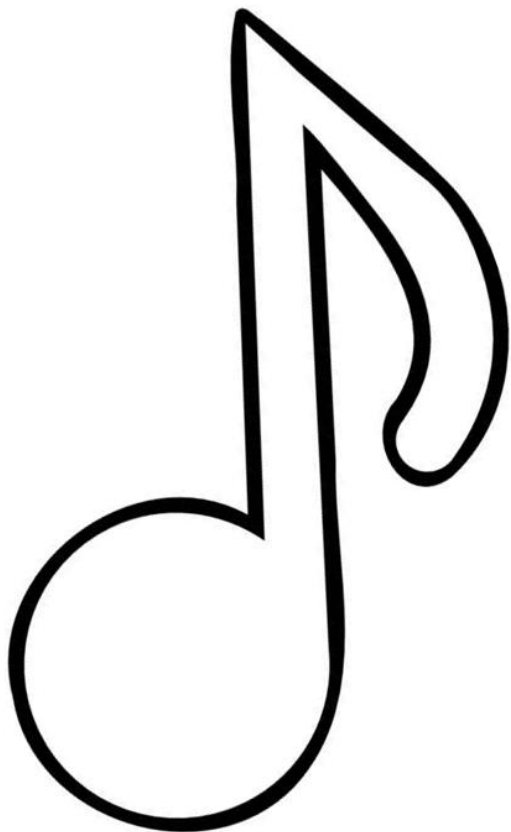
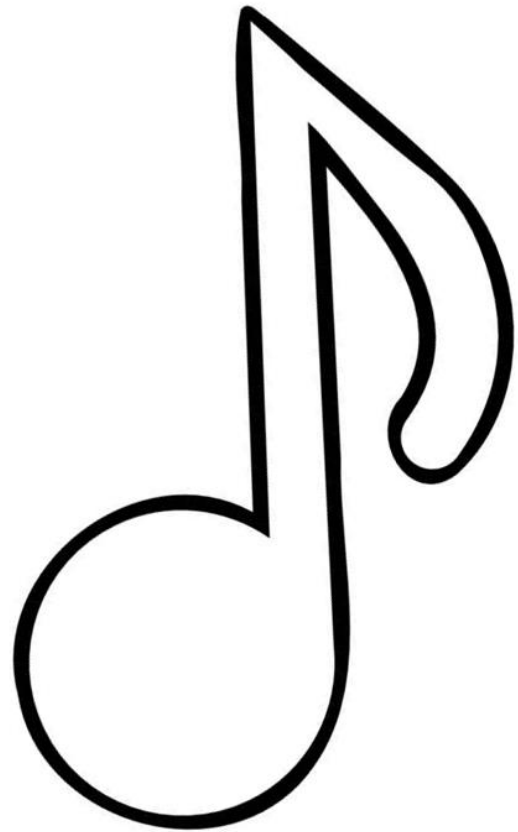
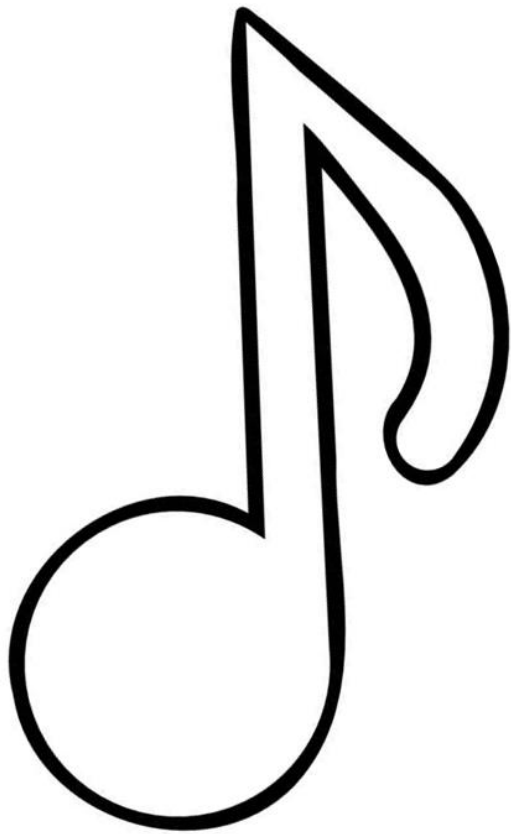
Flet prosty to instrument dęty drewniany.

przedzobolanki.pl

Pokoloruj obrazek

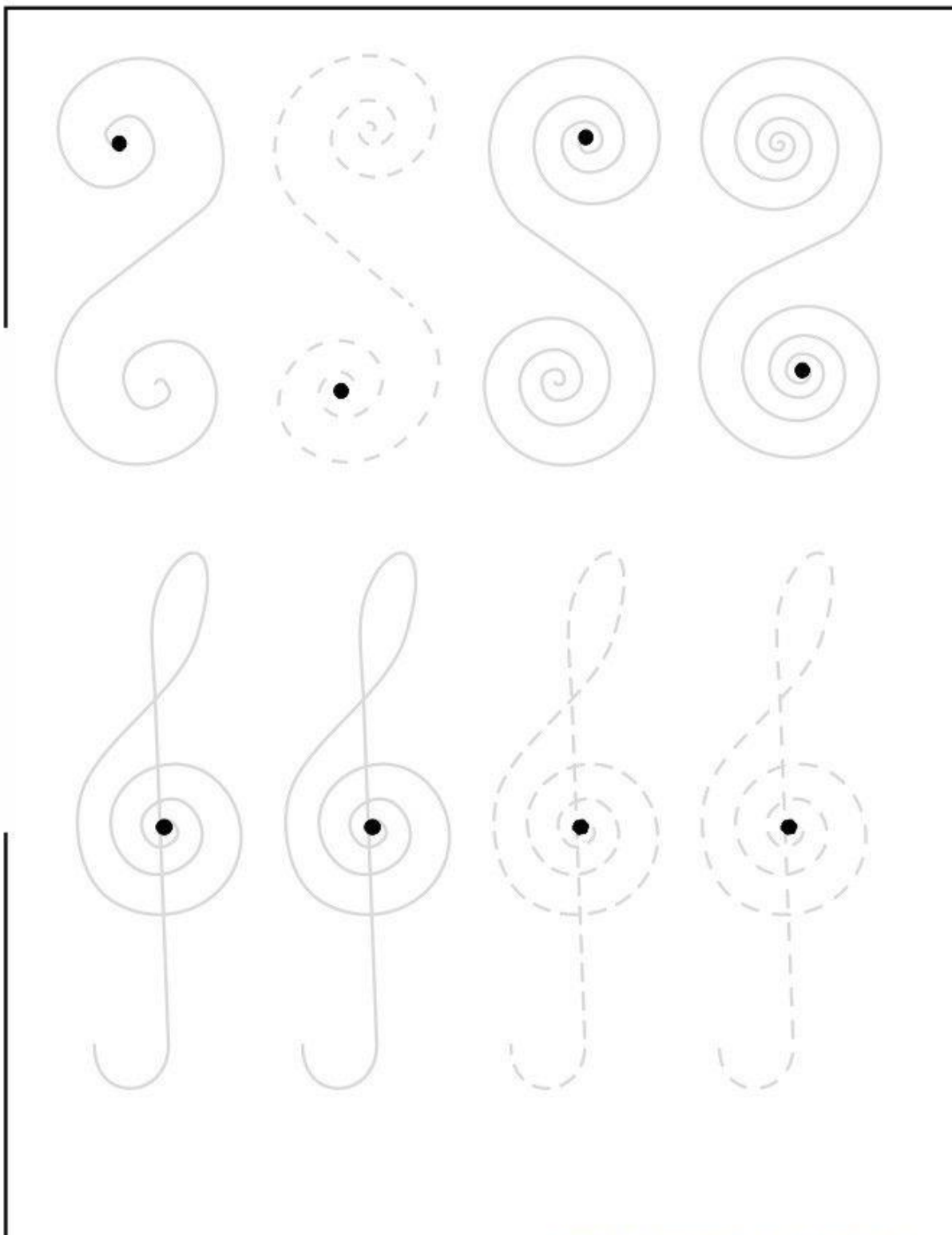


BĘBENEK



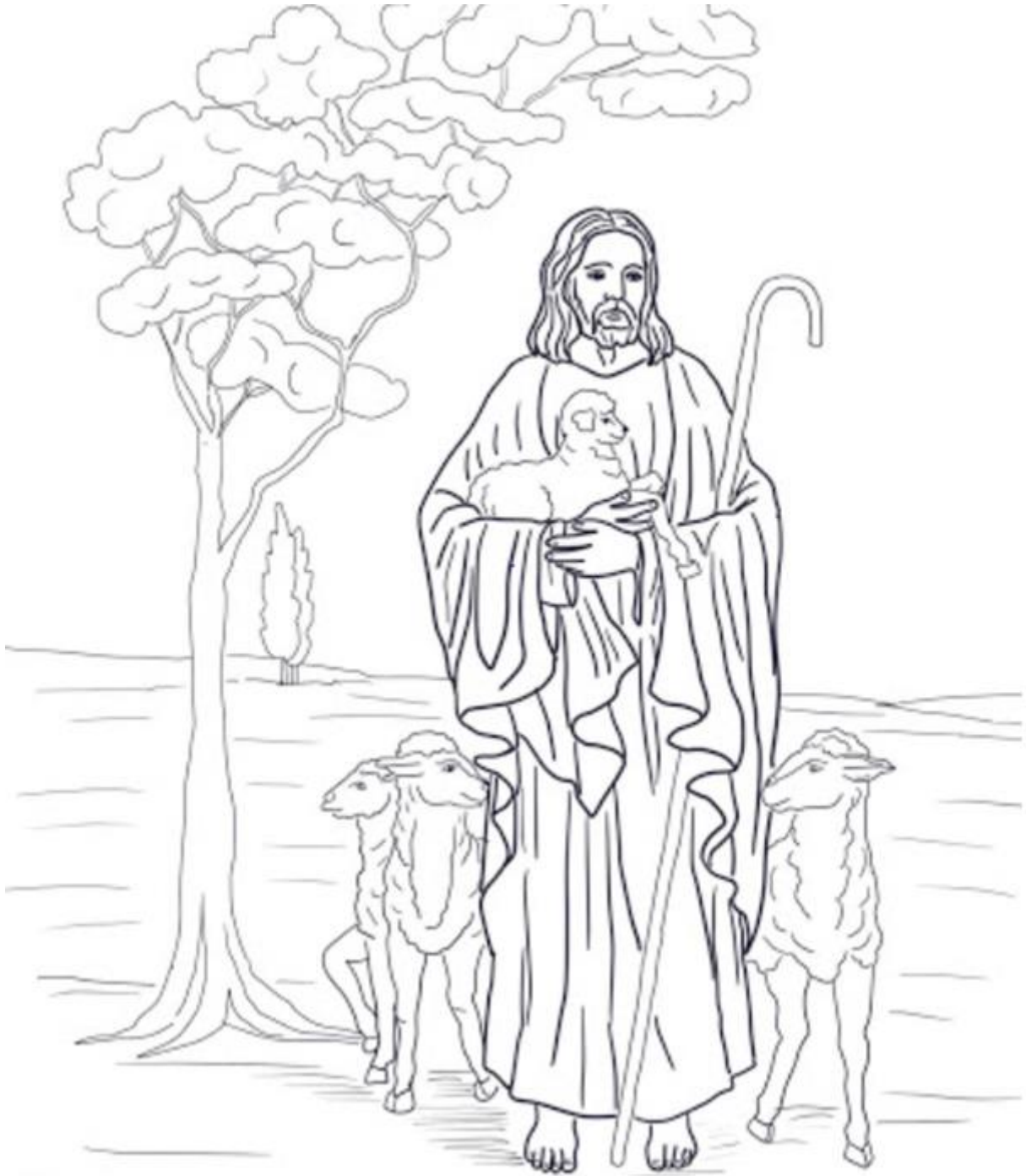
Klucz wiolinowy

Jak narysować klucz wiolinowy? Zaczynij od zakręconych wzorów. Prowadź kredkę, zaczynając od czarnej kropki. Następnie poćwicz rysowanie kluczy.



Pan Jezus jest dobrym Pasterzem

Słowa z Pisma Świętego – Pan Jezus powiedział: „ Moje owce słuchają mego głosu i ja je znam, a one idą za mną.”



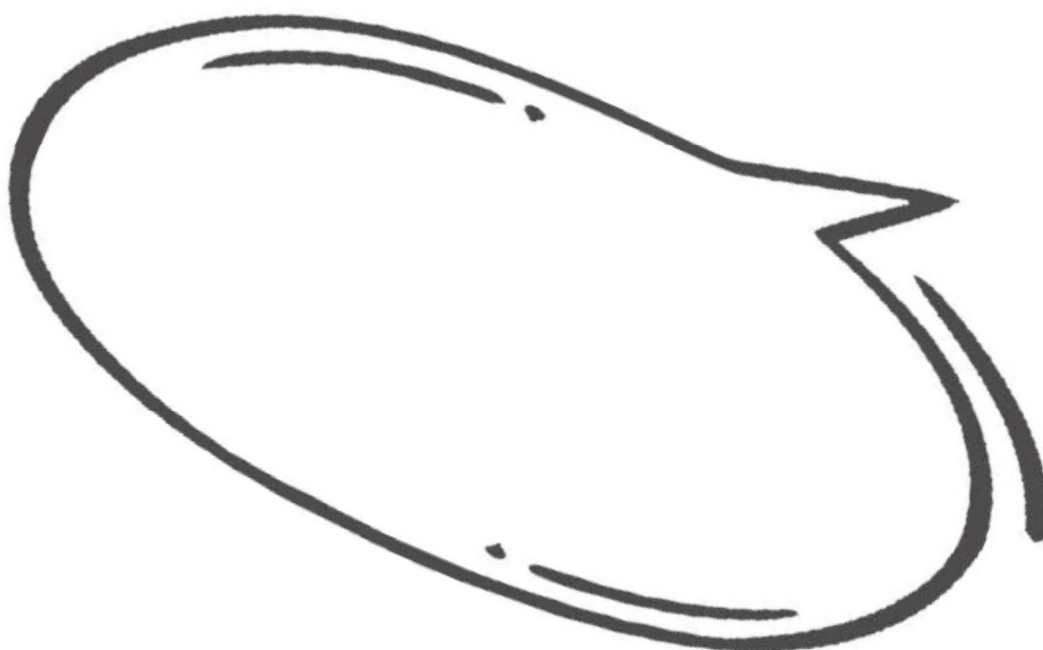
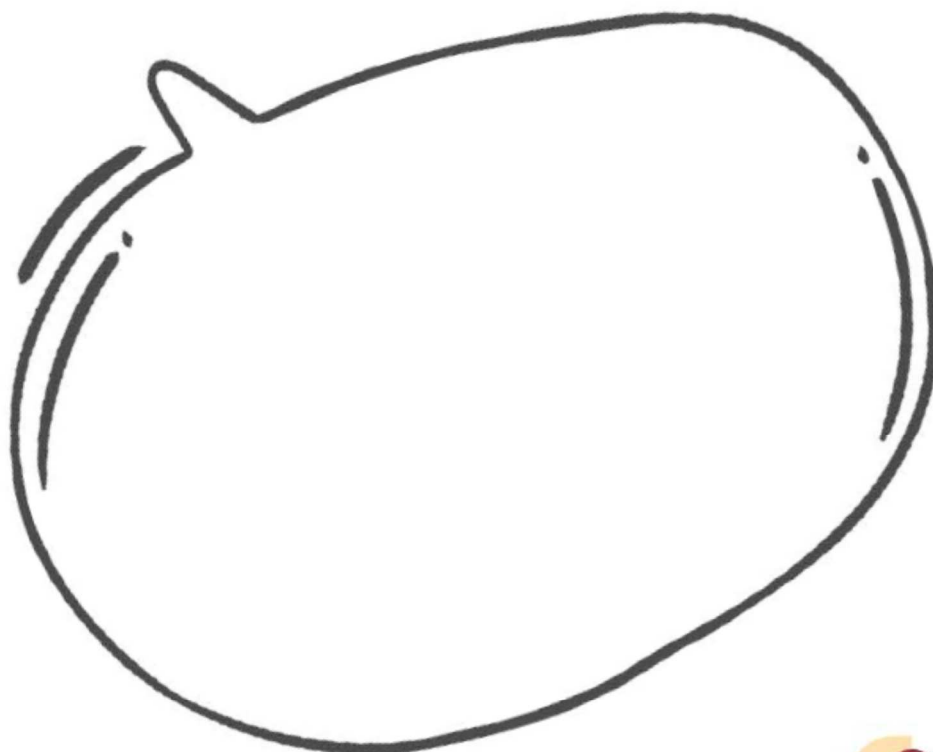
Maryja zaprasza do modlitwy różańcowej.

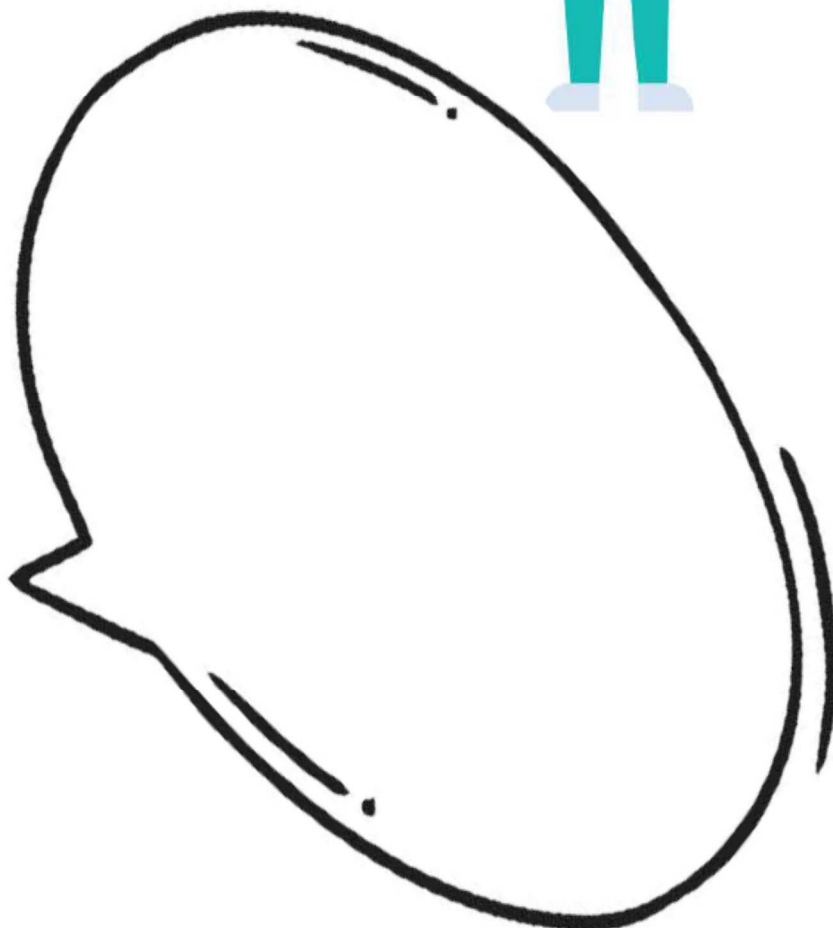
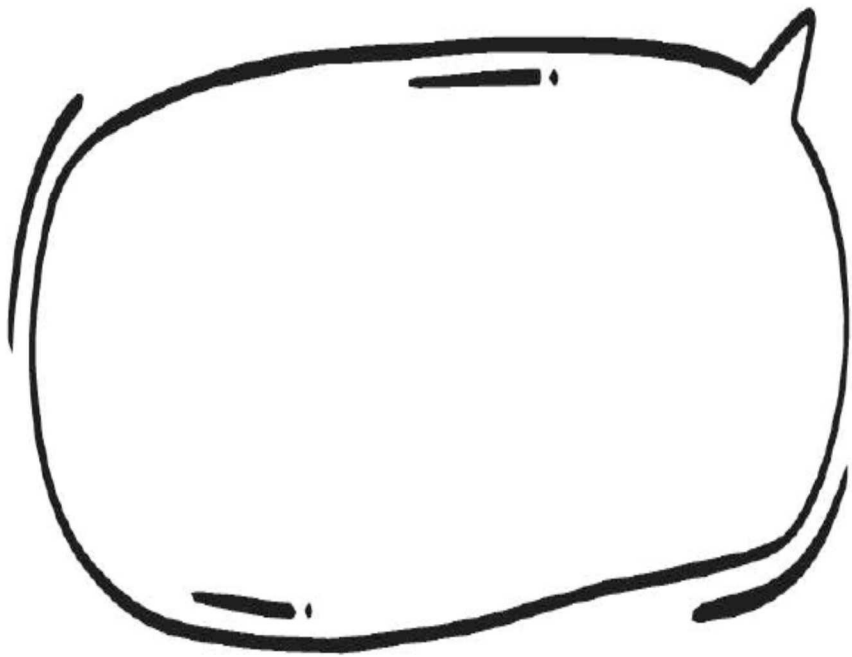
W miesiącu maju modlimy się słowami Litanii do Matki Bożej i modlimy się na różańcu w intencji ustania epidemii koronawirusa. Zachęcam do zajrzenia do zakładki – Religia na stronie naszego Ośrodka i wysłuchania śpiewanej modlitwy różańcowej.



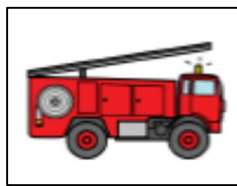
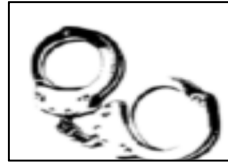
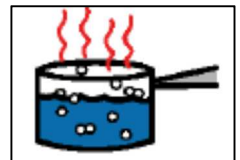
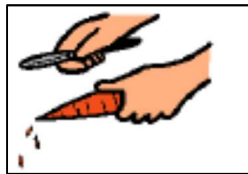
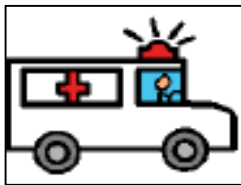
ZAWODY W MOIM OTOCZENIU

Przyjrzyj się osobom na obrazkach. Jak myślisz, jakie zawody wykonują?. Wytnij obrazki z ostatniej strony i wklej w odpowiednie chmurki oraz przyklej etykietę z zawodem.





Symbole do wycięcia i wklejenia przy odpowiedniej osobie:



Etykiety do wycięcia i wklejenia przy odpowiedniej osobie:



POLICJANT

STRAŻAK

LEKARZ

KUCHARZ

Zajęcia sportowe

Zabawy ze sznurkiem

Potrzebny będzie sznurek długości minimum 1,5 m. Możecie sobie wyobrazić, że jest to most, wąż lub cyrkowa lina. Sznurek leży na podłodze, stworzycie z niego dowolny kształt. Zadań może być wiele:

- spacer po sznurku uważając by z niego nie "spaść"
- przeskakiwanie przez sznurek raz na jedną, raz na drugą stronę
- przejście po sznurku "stópkami", tyłem, bokiem

Zabawy z piłką

Piłka jest świetnym materiałem do zabawy, gdyż można ją wykorzystywać na różne sposoby, w zależności od wieku dziecka. Dla najmłodszych przedszkolaków wyzwaniem jest zwykle rzucanie do siebie piłki, starsze dzieci potrzebują już modyfikacji, np.

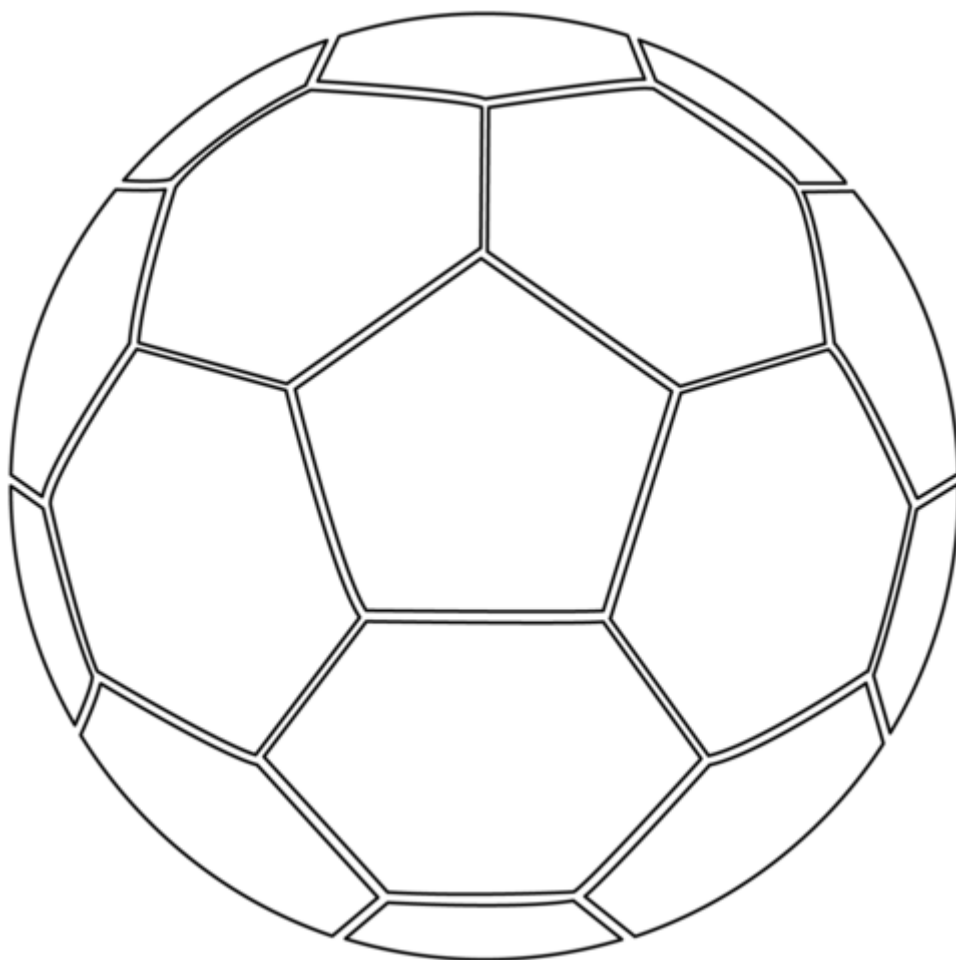
- Rzucanie piłki do celu. Wykorzystujemy wszystko to, co jest dostępne w domu: skrzynia, pudło, kosz na śmieci. Im starsze i zręczniejsze dziecko, tym dalej ustawiamy cel rzutu
- Piłka i kolory. Rzucamy do siebie piłkę wymieniając różne kolory. Na hasło "czarny" piłeczki nie wolno złapać. Jeśli jednak uczestnik chwyci piłkę, przegrywa lub wykonuje zadanie np. dziesięć podskoków.

Pająk i muchy

Dzieci biegające swobodnie, naśladując gestami dźwiękiem muchy. Na zawołanie "pająk!", zastygają w bezruchu. Osoba pełniąca funkcję pająka wychodzi na spacer pomiędzy uczestnikami, uważnie obserwując czy ktoś się nie porusza. Ten kto nie wytrzyma w bezruchu, zabierany jest do "sieci" (miejsce z boku pola zabawowego). Gdy pająk na chwilę wraca do sieci, muchy mają możliwość swobodnego fruwania, aż do następnego polowania.



miasto
DZIECI.pl



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!

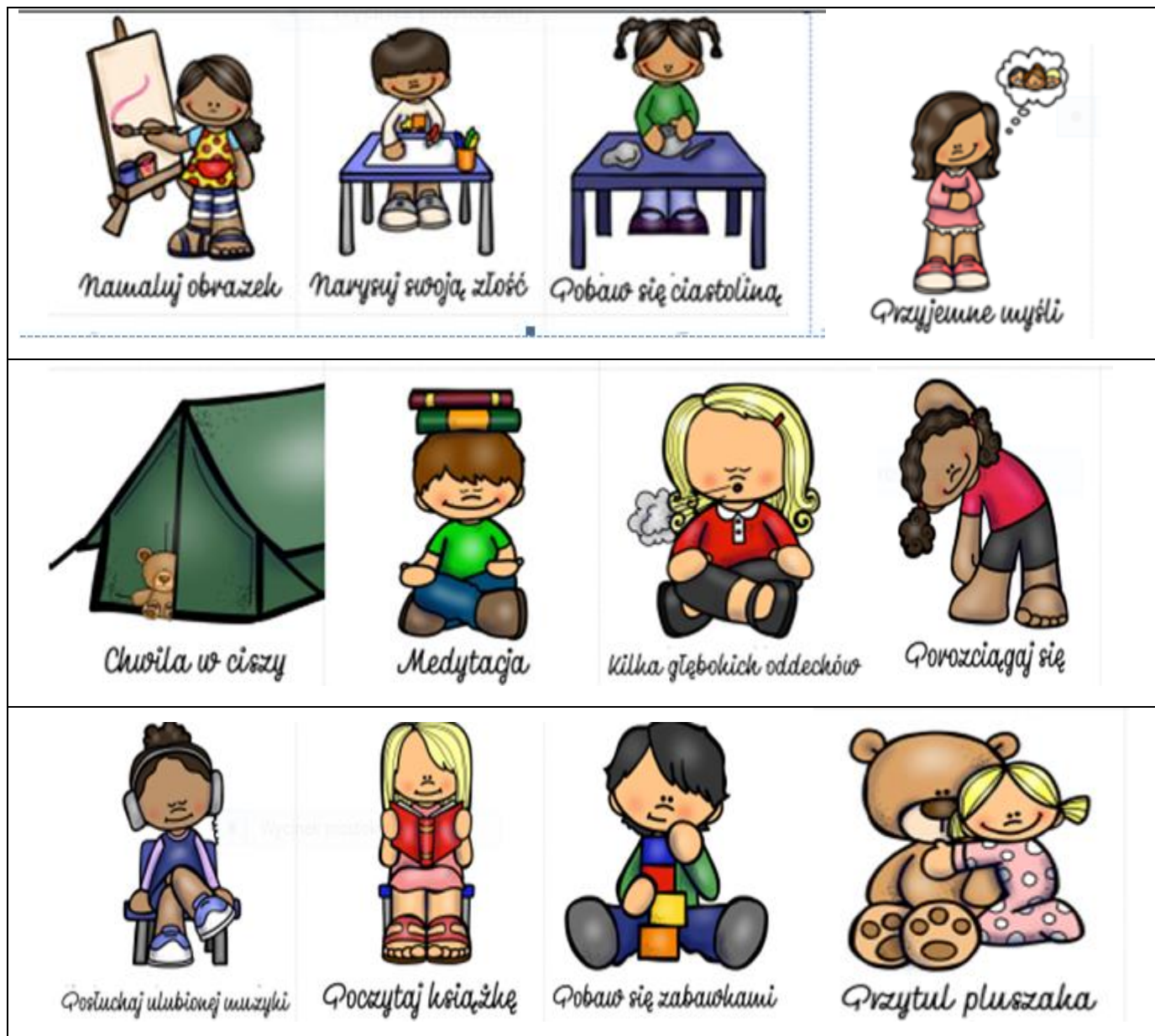
Zdjęcia stworzonych przez Was kodeksów złości można przesyłać na mail psychologsoswpt@gmail.com lub bezpośrednio do wychowawców klas.

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.

 <p>Zrób 20 pajacyków</p>	 <p>Mocowanie ze ścianą</p>	 <p>Rozchodź złość</p>	 <p>Przyjemne miejsce</p>
 <p>Bieg w miejscu</p>	 <p>Ugniataj gniotka</p>	 <p>Przytul zwierzątko</p>	 <p>Policz od 20 do 1</p>



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

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

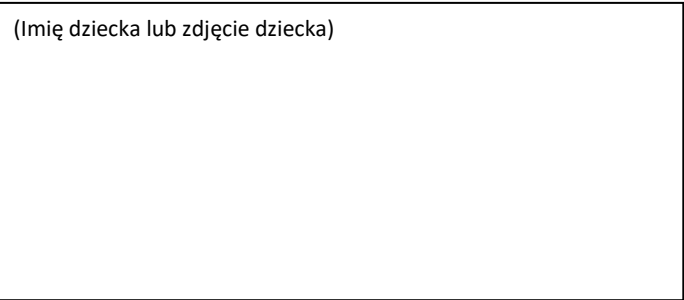
Jeśli lubisz, w trakcie wykonywania pracy, posłuchaj piosenki, udostępnionej tydzień temu w zakładce porady psychologa:

<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)

--	--	--

