Plastyka Grzegorz Baran
„ PISANKA Z RĘCZNIKA KUCHENNEGO”

Co potrzebujesz:

- ręcznik kuchenny;
- nożyczki;
- klej;
- jajka.

Otwórz poniższy link i postępuj według wskazówek:

https://www.youtube.com/watch?v=NhqdtoEBWFU&list=PLU8mC_IfRa0Bc72epDby2pFHR6A2hRZys

Plastyka Grzegorz Baran
„Pisanki zdobione makaronem”

Sposobów na zdobienie pisanek jest tyle, ile ich wpadnie nam do głowy ? Dziś podrzucam pomysł na pisanki zdobione drobniutkim makaronem w kształcie gwiazdek. Po wyschnięciu kleju, pisanki zostały pomalowane farbami. To prosty i piękny pomysł na wielkanocne jajeczka!

Materiały i przybory:

- wydmuszki jajek
- makaron w kształcie gwiazdek np.: makaron
- klej [wikol lub magic]
- patyczki do szaszłyków
- farby, pędzle, podkładka
- plastelina
- zadrukowany papier ksero lub grubsza gazeta
- maszyna do robienia makaronu

Wydmuszkę jajka wkładamy na patyczek do szaszłyka i smarujemy dokładnie klejem. Wygodnie jest użyć pędzelka.

Posmarowaną klejem wydmuszkę obsypujemy dokładnie drobniutkim makaronem.

Wydmuszki pokryte makaronem pozostawiamy na patyczkach i czekamy aż klej wyschnie.

W dalszej kolejności malujemy pisanki farbami. Można jednokolorowo a można również w barwne plamki. W zależności od upodobań i możliwości dzieci.

Pisanki kładziemy na talerzyku. Do ozdoby możemy dodać pocięte paski papieru. Ja do przygotowania drobniutkich paseczków używam maszynki do makaronu:)

Kolorowego tworzenia, kochani!!

W ramach informatyki zapraszam do zrobienia kolorowanki.

Uruchamiamy kolorowankę na komputerze klikając poniższy link:

https://www.kolorowankionline.net/pisanka-i-ptaszek

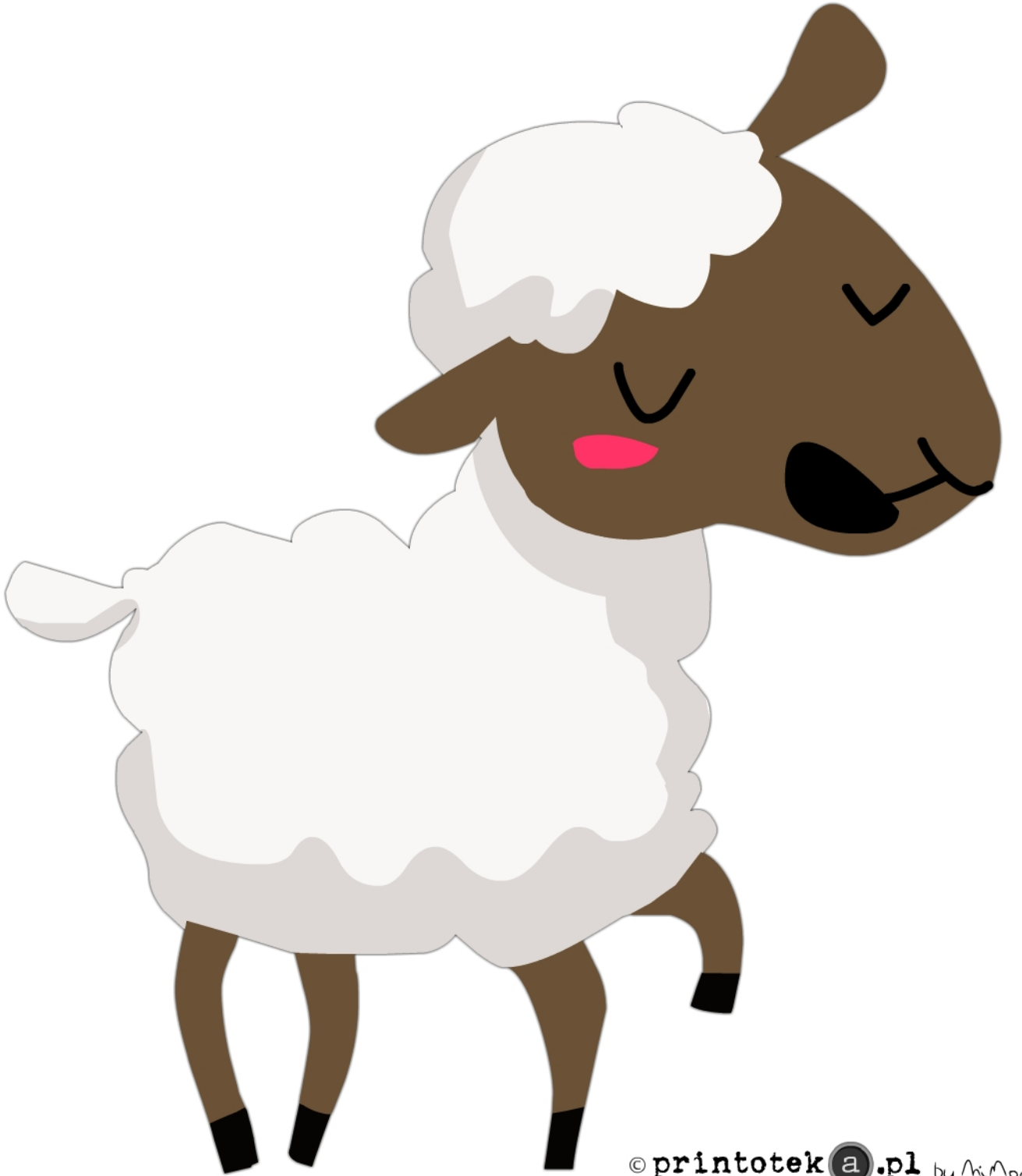
Układanka - Wielkanocny koszyczek

Grzegorz Baran - Funkcjonowanie osobiste i społeczne

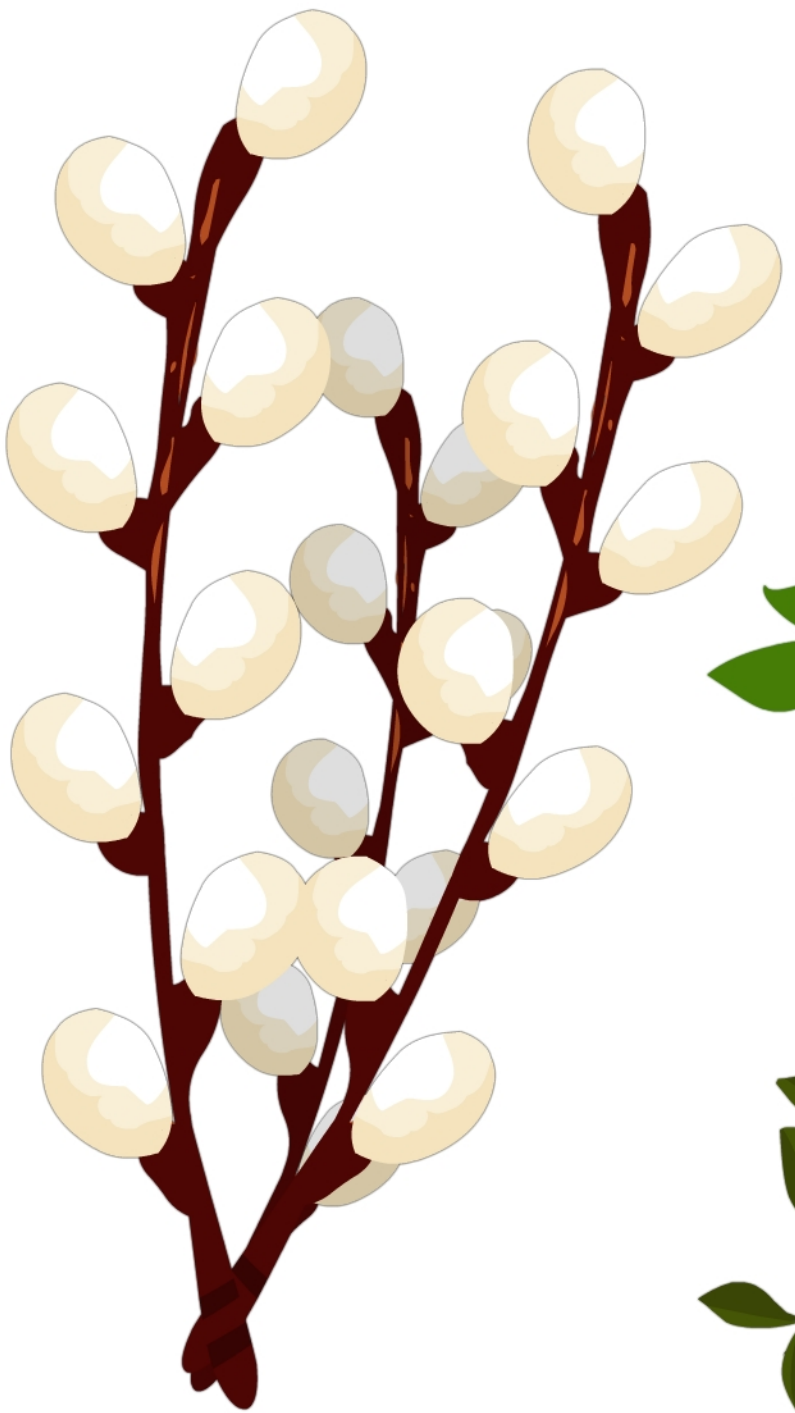
Materiał zawiera 6 kart. Na pierwszej karcie przedstawiono wszystkie elementy zestawu i może być ona kartą, na podstawie której należy ułożyć układankę. Na kolejnych kartach przedstawione są poszczególne elementy, które należy wyciąć.

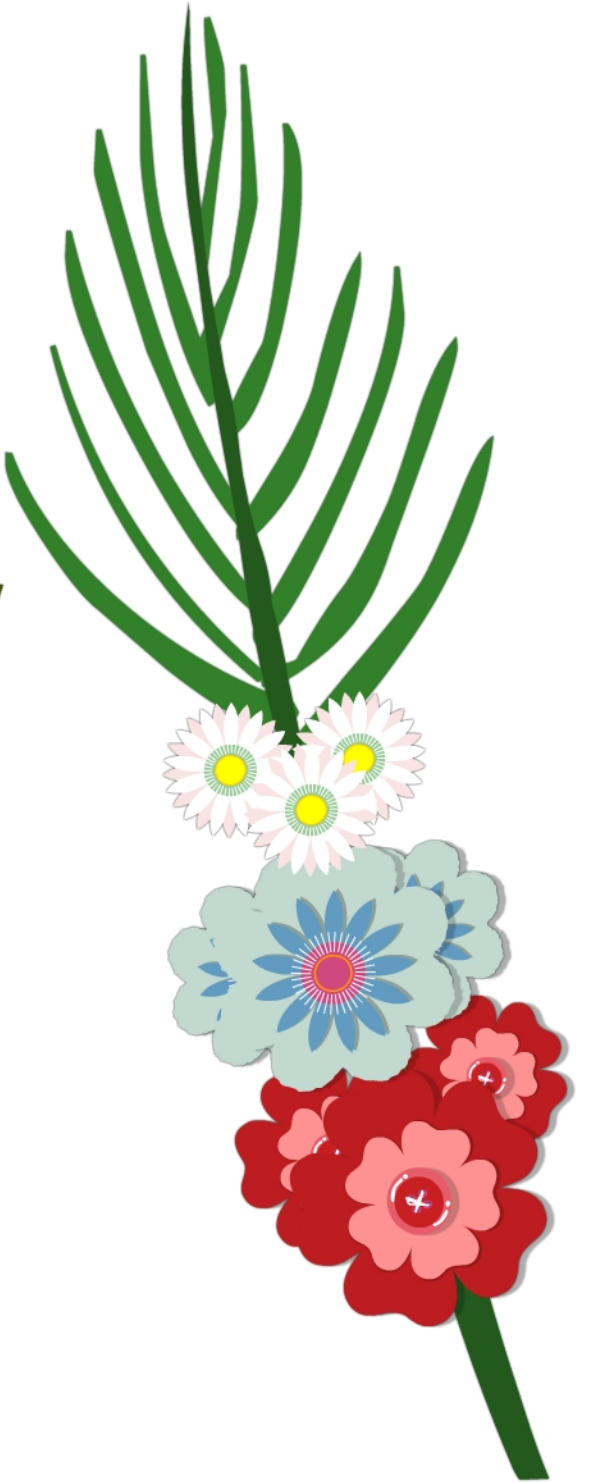
©printotek a.pl by MiMowa

©printotek a.pl by Nikowa

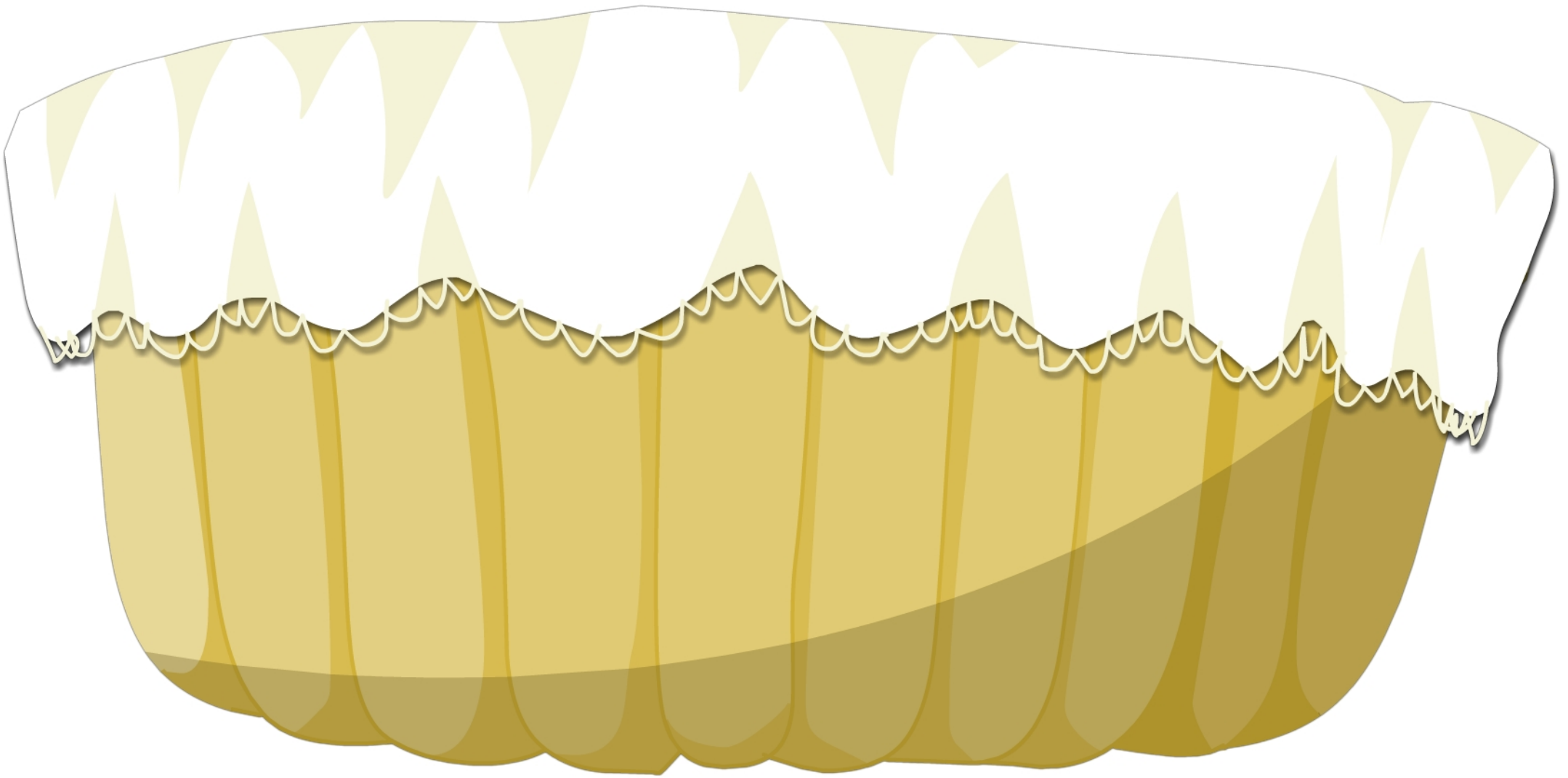


©printotek a.pl by MiMowa

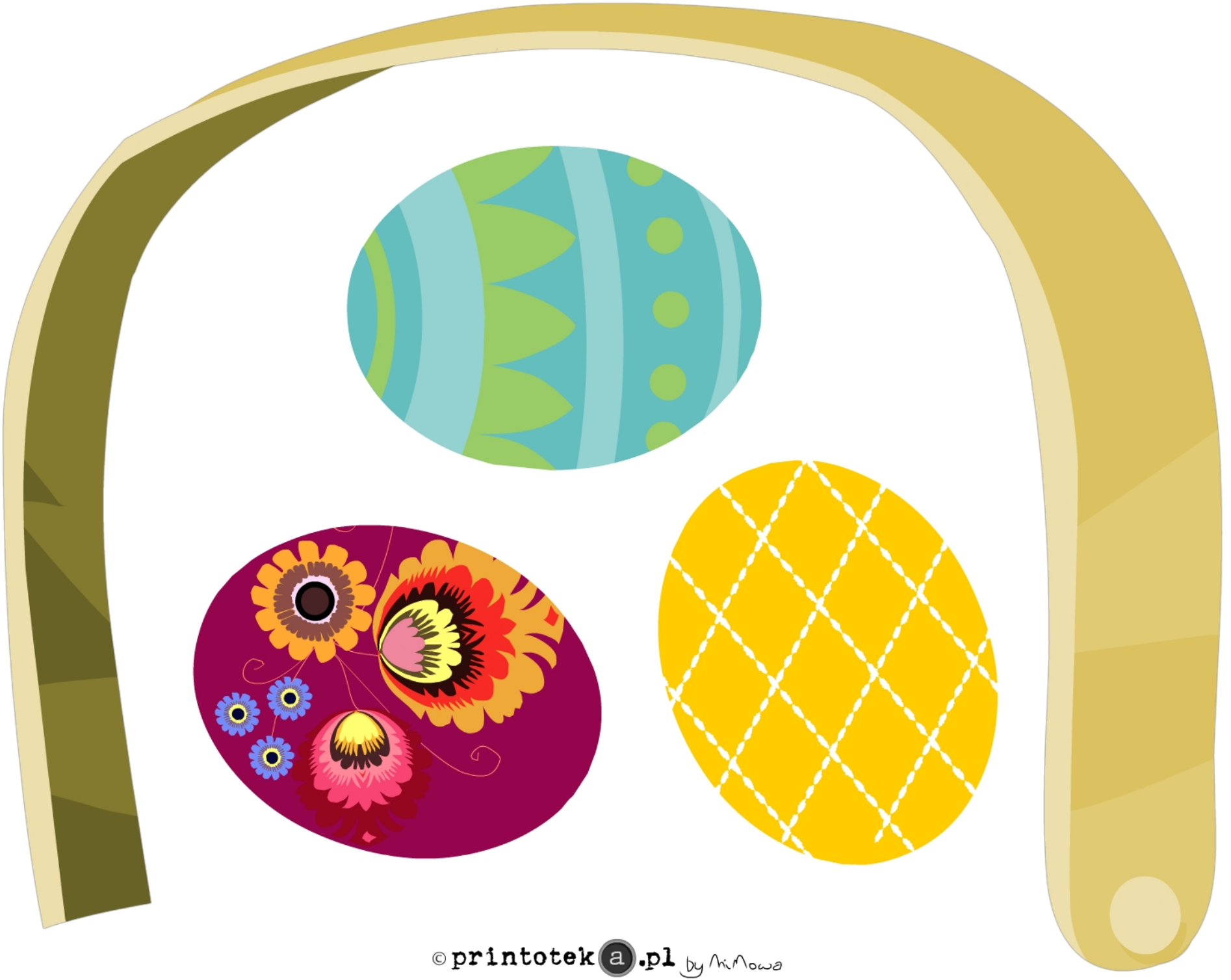




©printotek a .pl by MiMowa



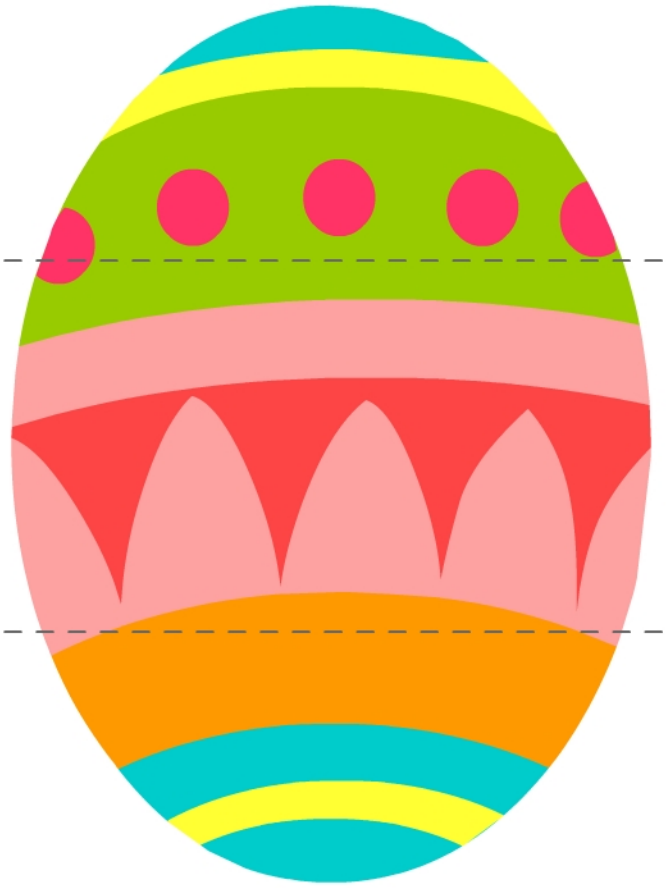
©printotek a.pl by MiMowa


©printotek a .pl by MiMowa

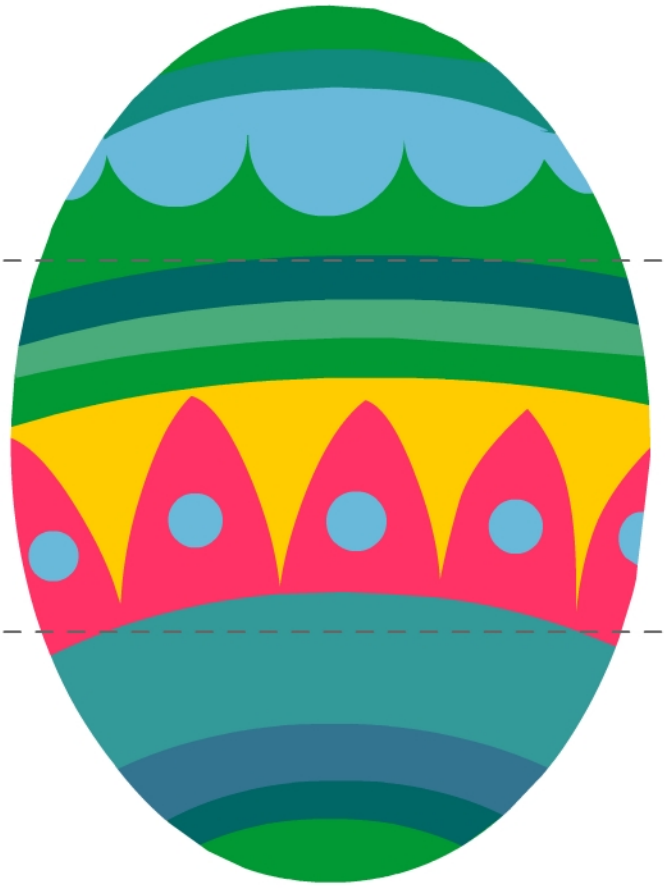
Funkcjonowanie osobiste i społeczne

Grzegorz Baran „Wielkanocne ćwiczenia”

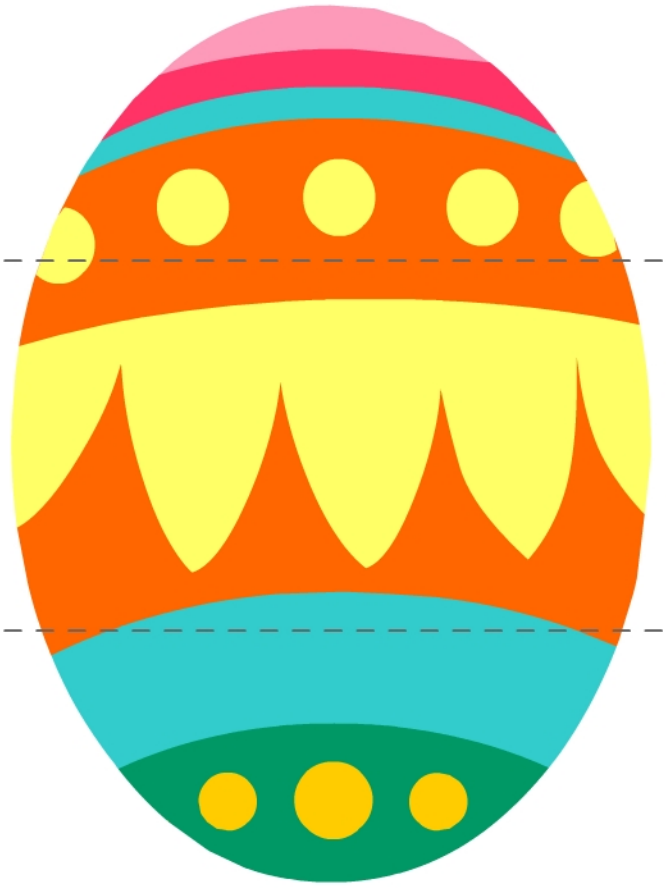
Materiał zawiera 3 karty. Na pierwszej karcie znajdują się 4 ilustracje pisanek, które należy wyciąć wzdłuż przerywanej linii i przeciąć na trzy części każdą. Na kolejnych dwóch kartach znajduje się 18 wzorów gotowych układów, każda z kart należy wyciąć wzdłuż przerywanej linii. Dziecko ma za zadanie z ilustracji pisanek pociętych na części odtworzyć wzór z wybranej karty z gotowym układem.



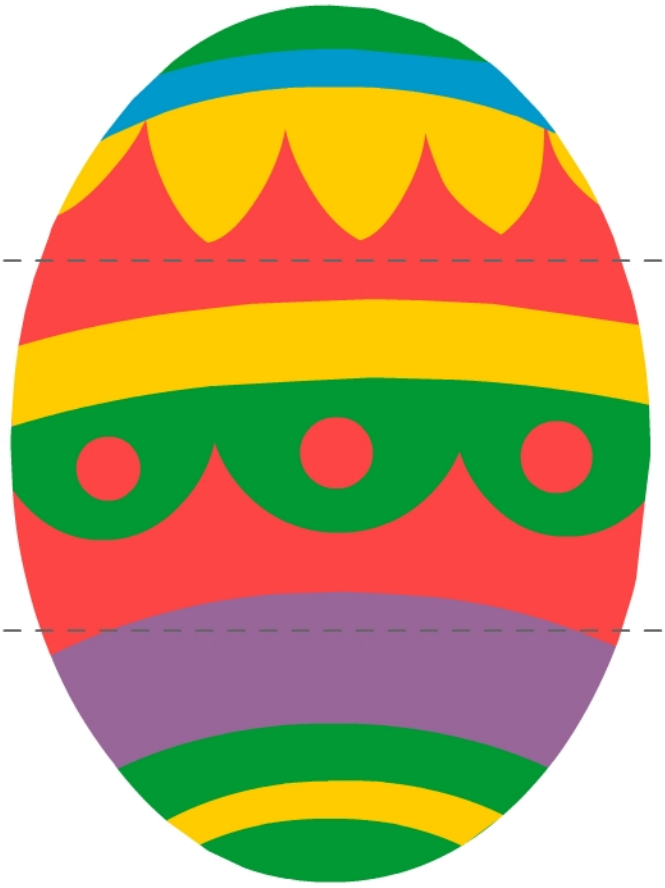
©printotek a.pl



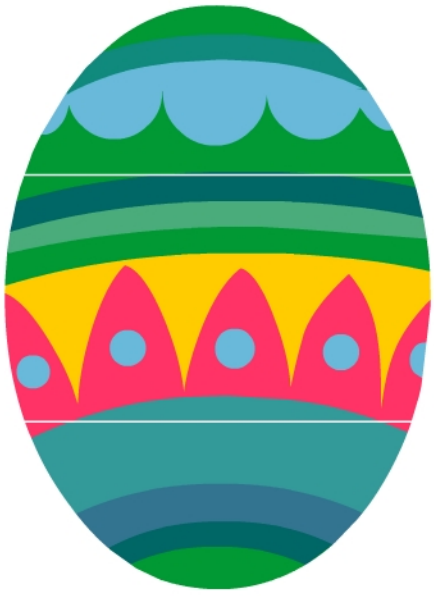
©printotek a.pl



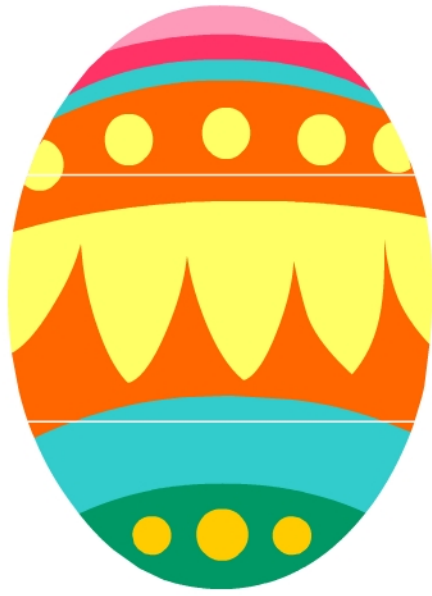
©printotek a.pl



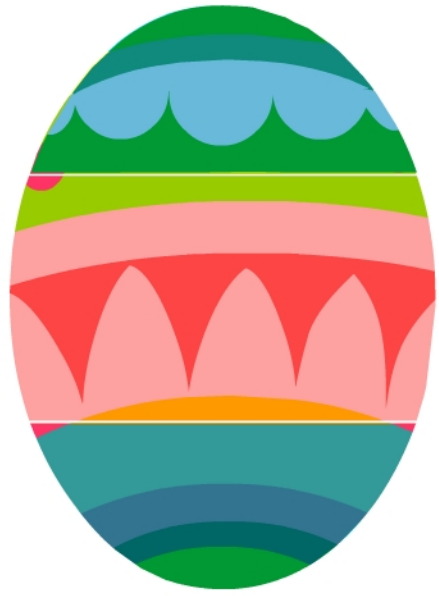
©printotek a.pl



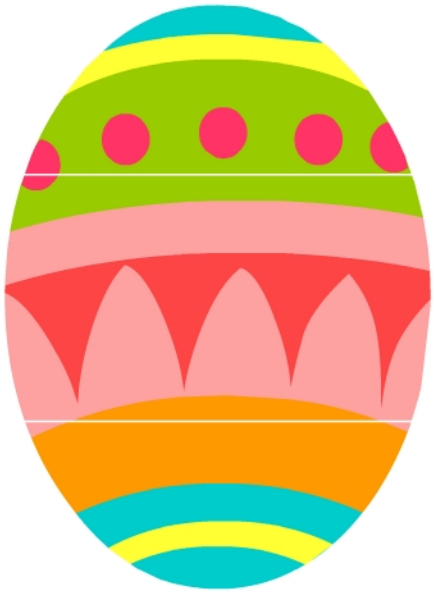
©printotek a.pl



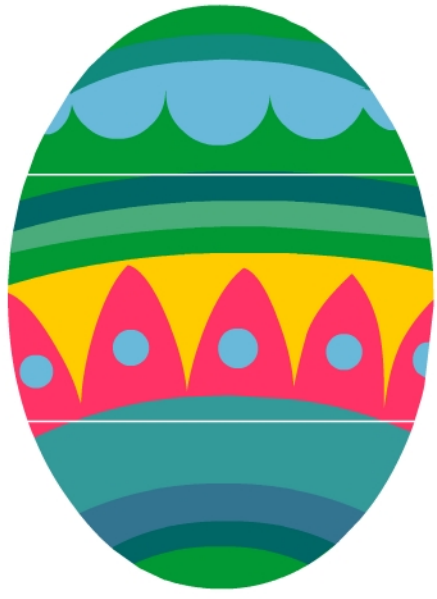
©printotek a.pl



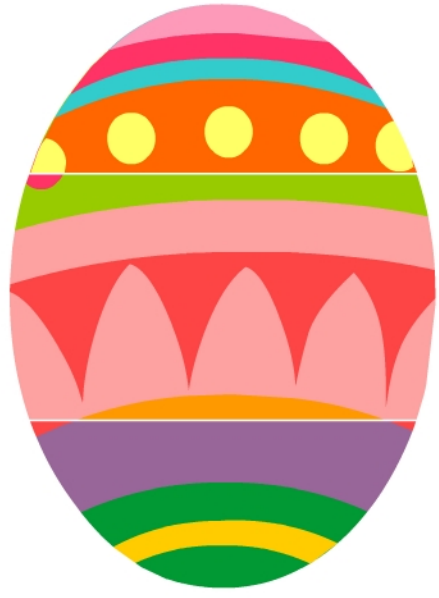
©printotek a.pl



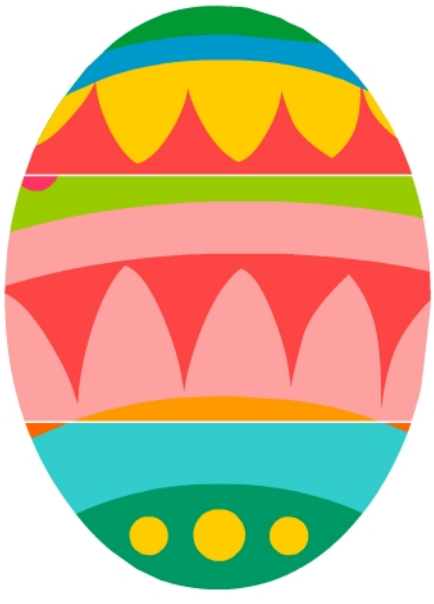
©printotek a.pl



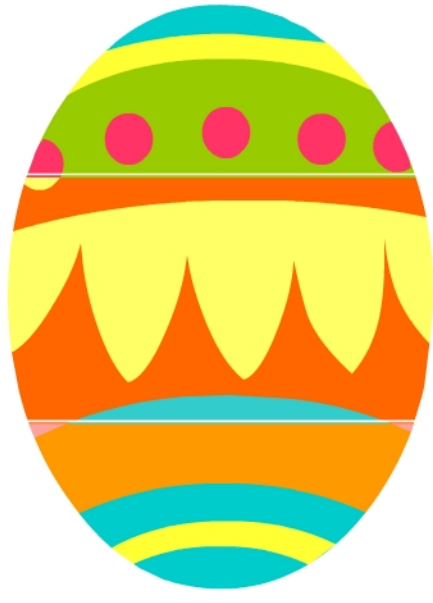
©printotek a.pl



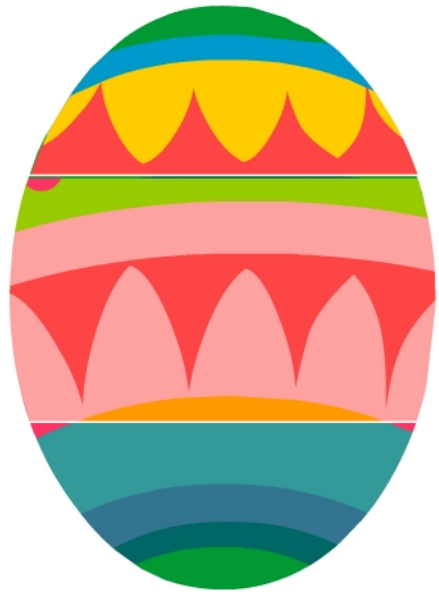
©printotek a.pl



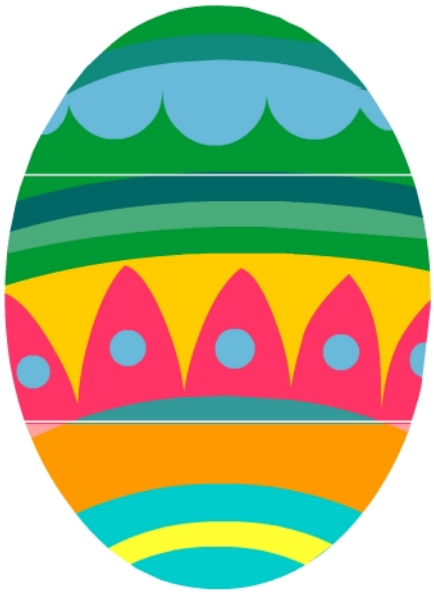
©printotek a.pl



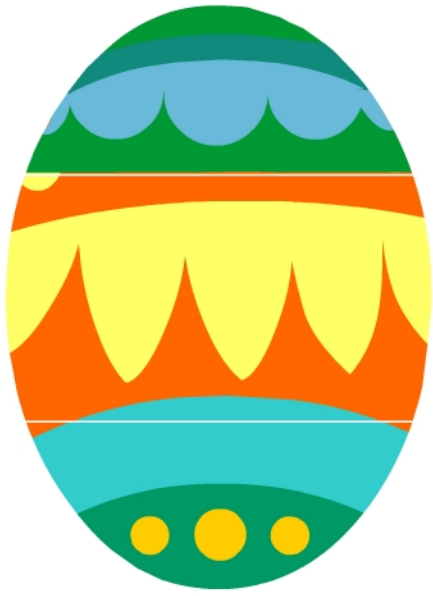
©printotek a.pl



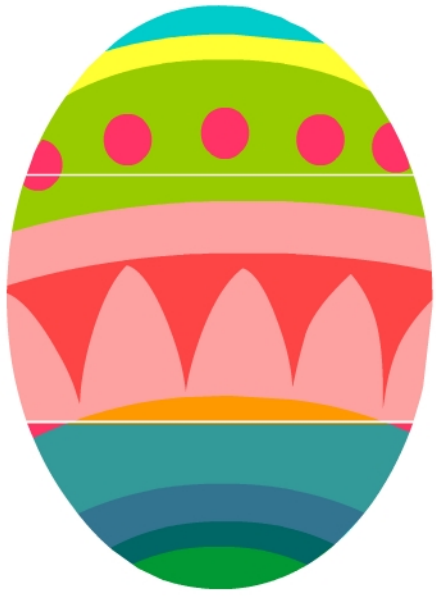
©printotek a.pl



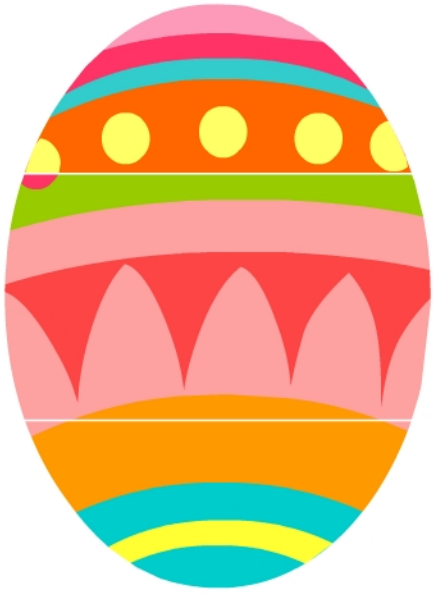
©printotek a.pl



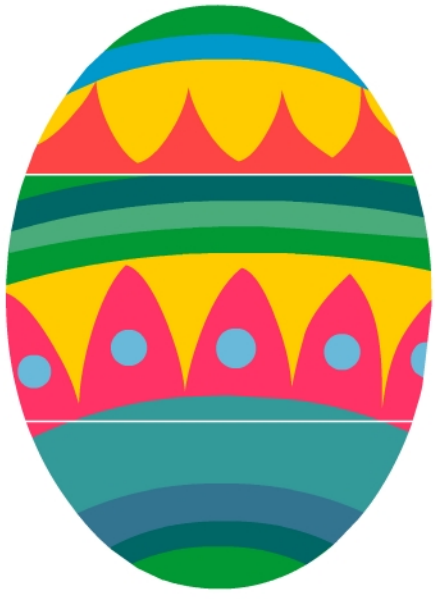
©printotek a.pl



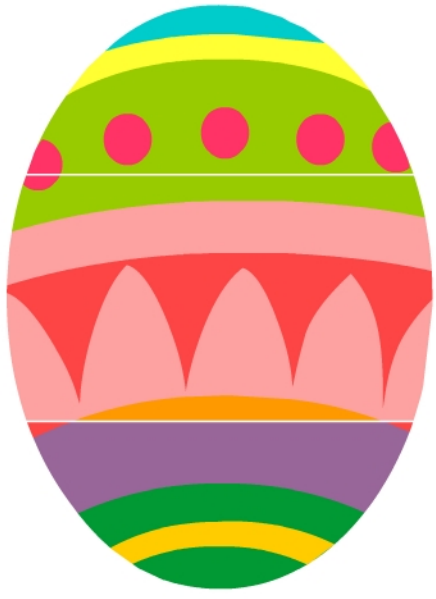
©printotek a.pl



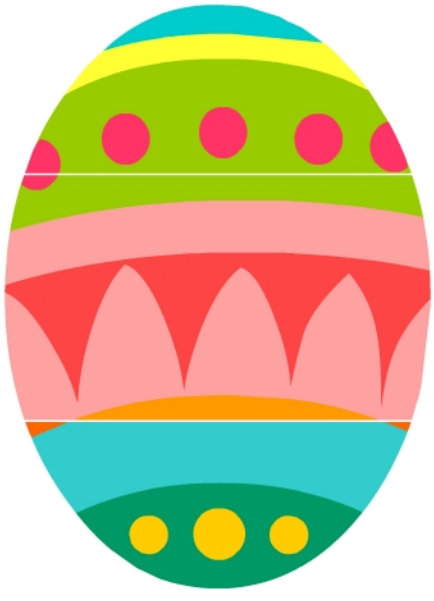
©printotek a.pl



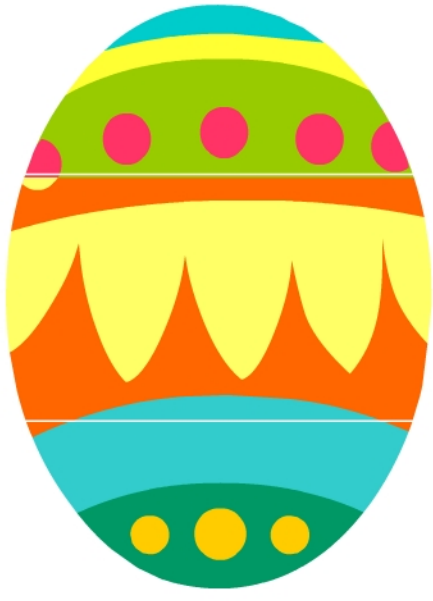
©printotek a.pl



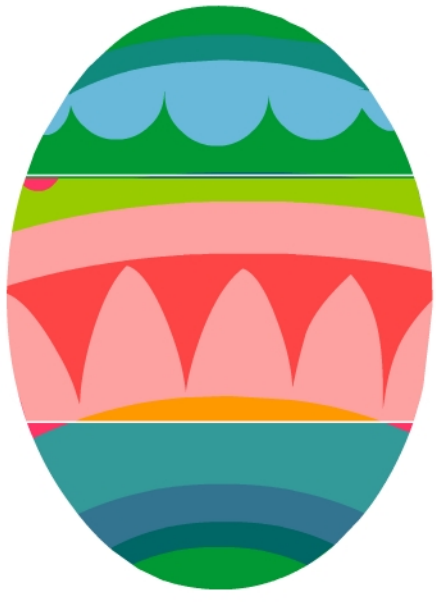
©printotek a.pl



©printotek a.pl



©printotek a.pl



©printotek a.pl

Zestaw zawiera ilustrację całostronicową oraz 3 karty z 45 obrazkami występującymi na ilustracji. Odszukaj i dopasuj obrazki na planszy.

©printotek a .pl by MiMowa

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

© printotek a.pl

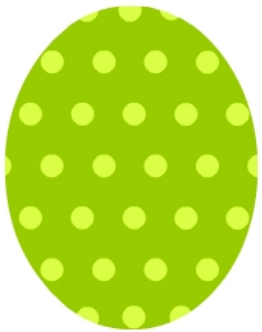
© printotek a.pl

© printotek a.pl

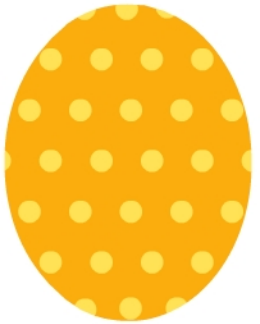
© printotek a.pl

© printotek a.pl

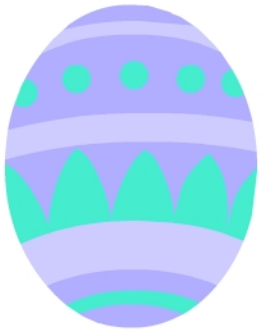
© printotek a.pl



© printotek a .pl



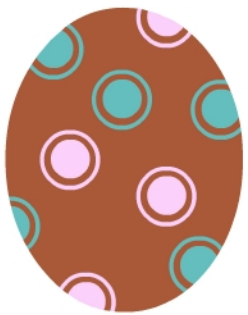
© printotek a .pl



© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

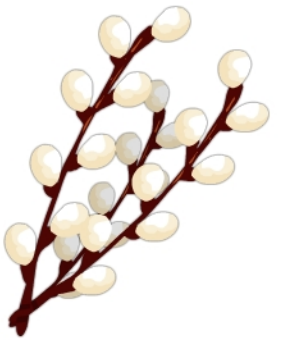


© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl



© printotek a .pl

© printotek a .pl

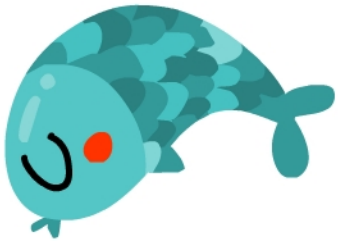
© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

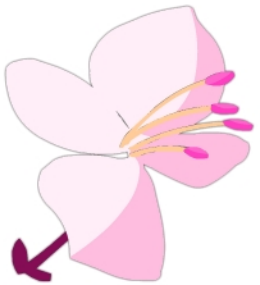


© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl



© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

© printotek a .pl

Za pomocą obrazka można przećwiczyć różnorodne umiejętności, bawiąc się na różne sposoby. Jedną z naszych propozycji jest odnalezienie i policzenie wszystkich pisanek znajdujących się na ilustracji, można również policzyć inne powtarzające się elementy np. żonkile, zajączki, motyle itd. Kolejną aktywnością może być odnalezienie konkretnego piktogramu, np. na zadaną głoskę.

© printotek a .pl by MiMowa

Wychowanie fizyczne

1. Ćwiczenia w domu z krzesłem
   – 10 ćwiczeń z krzesłem - wirtualne lekcje WF, WF w domu, WF online, trening w domu
   Link – https://www.youtube.com/watch?v=DP5Gib9SXo8

2. Przyporządkuj piłki do dyscypliny
   Link – https://wordwall.net/pl/resource/1010344/wf/przyporz%c4%85dkuj-pi%c5%82ki-do-dyscypliny

3. Quiz polscy sportowcy i ich dyscypliny
   Link – https://wordwall.net/pl/resource/1004778/wychowanie-fizyczne/quiz-polscy-sportowcy-i-ich-dyscypliny

4. Sporty letnie i zimowe
   Link – https://wordwall.net/pl/resource/965842/wychowanie-fizyczne/sporty-letnie-i-zimowe

5. Codziennie wykonaj te ćwiczenia:

1. Bieg swobodny w miejscu – liczymy do 30
2. Krążenia ramion w przód i w tył – po 10 razy
3. Krążenia bioder w prawo i lewo – po 10 razy
4. Pajacyki – 10 razy
5. Przysiady - 10 razy
6. Skłony w przód o nogach prostych – 10 razy
7. Brzuszki – 15 razy
8. Unoszenie ramion i głowy w leżeniu na brzuchu – 20 razy
9. Podpór przodem na łokciach (deska) – liczymy do 30

Pamiętaj, aby ćwiczyć co najmniej 3 razy w tygodniu, a najlepiej codziennie (15 – 30 min.)

Wychowanie fizyczne

Propozycje zajęć ruchowych w domu

1.Rozgrzewka.

Znajdź odrobię miejsca do ćwiczeń .
Rozgrzej mięsnie głowy (góra-dół, skręty boczne)
Rozgrzej mięsnie ramion (krążenia w przód tył ,wymachy poziome i pionowe)
Rozgrzej mięsnie tułowia (skłon w przód)
Krążenia bioder (w jedną i drugą stronę)
Rozgrzej mięsnie nóg (wykonaj przysiady)
Zrób kilka podskoków (na prawej i lewej nodze)

Wszystkie ćwiczenia powtórz minimum 8 razy

2. Zabawa ożywiająca Pada Deszczyk

Zabierz reklamówkę jednorazową następnie podrzucaj ją do góry .
Łap na zmianę prawą i lewą ręką jak wiosenny deszcz.
Następnie zrób to samo w podskoku.
Po złapaniu reklamówki przełóż ją raz pod jedną raz pod drugą nogą.
Połóż jednorazówkę na podłodze (kałuża) i spróbuj ją przeskoczyć.

Wszystkie ćwiczenia powtórz minimum 8 razy

3. Zabawa uspokajająca

Połóż się na plecach i dmuchając spróbuj napełnić torebkę powietrzem do pełna.

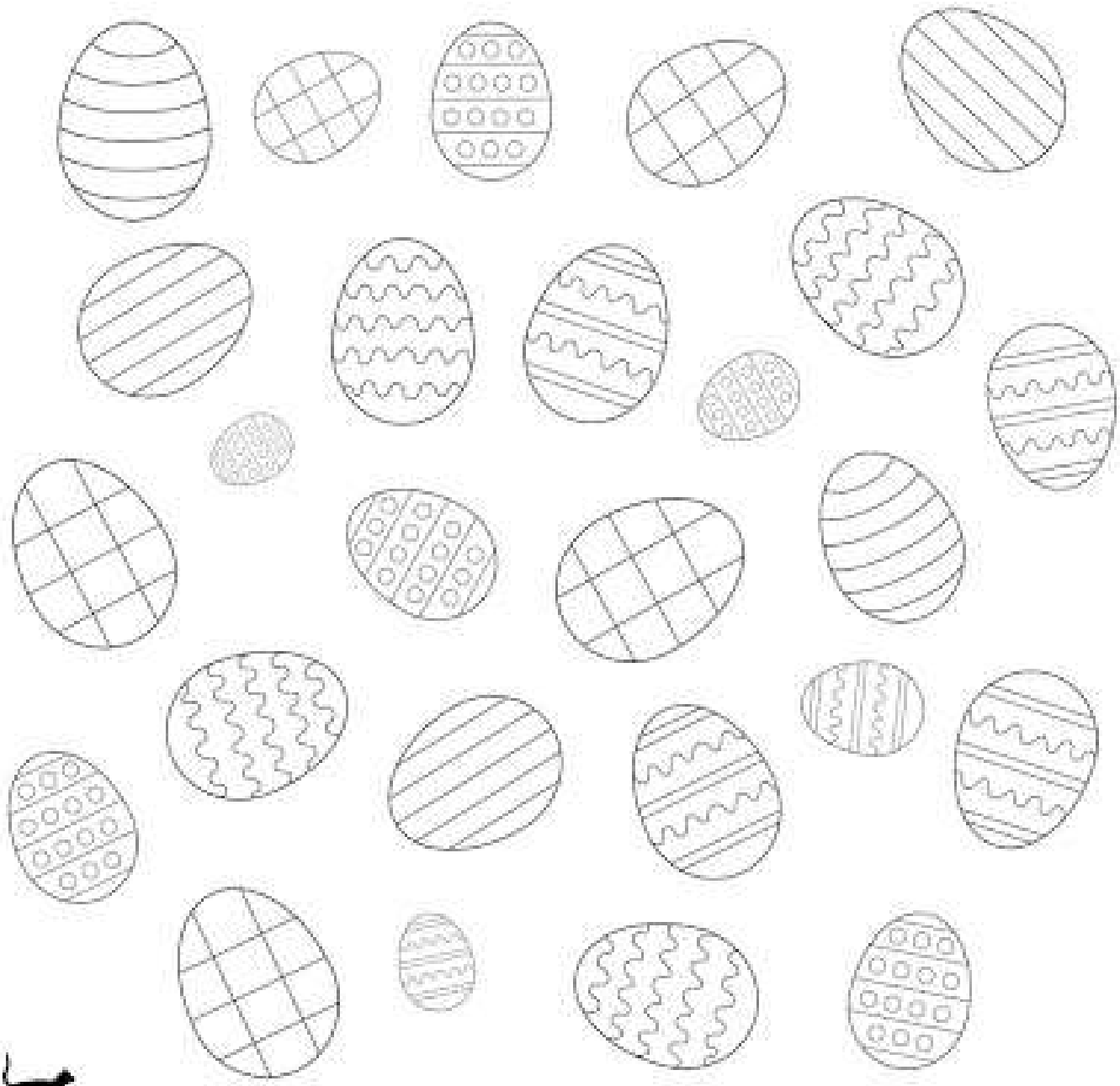
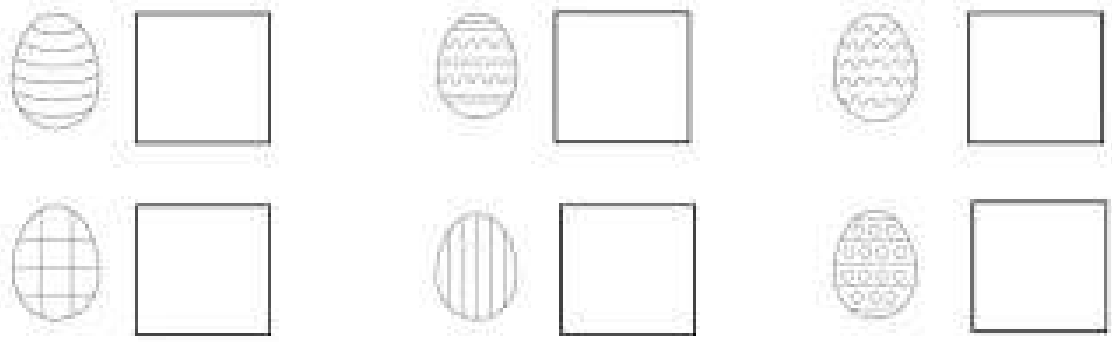
Ćwiczenia dodatkowe (z balonikiem)

- podbijanie balonika prawa lewa ręka, głowa
- rzuty na odległość prawa lewa ręka , oburącz
- leżenie na plecach, podbijanie rękami balonika
- w marszu balonik miedzy kolanami, idziemy do przodu
- w marszu – wysokie unoszenie kolan, dotykanie kolanami balona trzymanego oburącz w wyprostowanych RR
- podrzut balonika i dmuchanie w niego przed nasz buzią gdy będzie on spadał na podłogę
- siad skulny, dłonie oparte o podłogę,balonmiędzy stopami – prostowanie i uginanieNN nad podłogą.

Opracował

Jarosław Muzyka

Policz pisanki. www.nauczycielskiezacisze.pl



NAUCZYCIELSKIE ZACISZE