Drodzy Rodzice i Przedszkolaki,

26-tego maja Matki, Mamy , Mamusie obchodzą swoje święto. Nie zapomnijcie o swojej ukochanej mamie i sprawcie, by ten dzień był dla niej wyjątkowy. Zachęcamy również do skorzystania z naszych propozycji.

Propozycja nr 1 **Mama czarodziejka**

1. **Opowiadanie Joanny Papuzińskiej pt. „Jak nasza mama odczarowała wielkoluda?”**

**Do posłuchania:** <https://www.youtube.com/watch?v=zNoI89g_fBg>

**Do przeczytania:** <https://docplayer.pl/18026235-Joanna-papuzinska-nasza-mama-czarodziejka.html>

Posłuchaj opowiadania i odpowiedz na pytania:

- Co się wydarzyło? Dlaczego dzieci nie mogły wejść na plac zabaw?

- Kim był wielkolud? Dlaczego stał się wielkoludem?

- Jak mama go odczarowała?

- Co to znaczy być zarozumiałym?

- Jaki mama miała sposób , by dzieci nie stały się zarozumiałe?

1. **Mama czaruje- zabawa ruchowa**

Mama zabiera różdżkę lub jakiś przedmiot ją przypominający. Macha nią naśladując czarowanie i wypowiada zaklęcie: *Czary mary hokus pokus zamieniam Cię w …(konika, ślimaka, traktor, samolot, Indianina, baletnicę itd.)*Za każdym razem po wypowiedzianym zaklęciu dziecko naśladuje wskazane zwierzę, pojazd, postać.

1. **Bańki mydlane- przepis**

Zachęcamy do wspólnego przygotowania i puszczania baniek. Przepis na płyn:

- 1 litr wody

- 10 ml gęstego płynu do mycia naczyń

- 1 łyżka gliceryny (można kupić w aptece lub zastąpić łyżką cukru)

Wszystkie składniki mieszamy i zaczynamy zabawę. Bańki można puszczać za pomocą słomki lub specjalnego przyrządu – instrukcja jak go wykonać znajduje się tu: <https://www.youtube.com/watch?v=bZz1Izsykwk>

Propozycja nr 2 **Portret mamy**

1. **Poćwicz z mamą:**

<https://www.youtube.com/watch?v=ufXXXnQ1hiM&fbclid=IwAR3swAyMFi6SglCIlBNKC4XMa2Vo5c6d_TPfpvUXfyV39Flg9_ek-_vnKJI>

1. **Części ciała (prawa, lewa)- zabawa z pokazywaniem**

Teraz stańcie na przeciwko siebie. Pobawcie się w pokazywanie części ciała. Mama wymienia jakąś część ciała (głowa, łokieć, udo, stopa, plecy, ucho itd.), a dziecko jak najszybciej chwyta się za tę część. Starsze dzieci możemy prosić by pokazały np. prawe ramię, lewe kolano, palec wskazujący itp. Następnie dziecko może pokazywać wymienione części ciała nie na sobie tylko u rodzica.

1. **Rysujemy mamę.**

Pora na trochę odpoczynku. Usiądź na kolanach mamy i przyglądnij jej się uważnie: Jaki ma kształt twarzy : okrągły, owalny, a może prostokątny ?Jaki ma kolor włosów? Czy jej włosy są proste czy kręcone? Jakie ma uszy małe, duże, odstające czy przylegające? Jaki ma kolor oczu, brwi? Czy jej rzęsy są krótkie czy długie, proste czy podkręcone? Jaki kształt (prosty, zadarty) i wielkość ma jej nosa (mały, duży)?Jakie ma usta(wąskie, pełne) ? Jaką ma szyję długą czy krótką? Jeśli już znasz wszystkie odpowiedzi na te pytania zabierz kartkę, ołówek i kredki , usiądź przy stoliku i narysuj mamę jak najpiękniej potrafisz. Możesz najpierw narysować mamę ołówkiem, a potem ją pokolorować. Możesz narysować całą postać mamy lub tylko jej portret (głowa, twarz i górna część klatki piersiowej). Narysowany obrazek podaruj mamie. To piękna pamiątka. Miłego rysowania !

Propozycja nr 3 **Z mamą w ogrodzie**

1. **Lustro- zabawa ruchowa na rozgrzewkę.**

Włączamy ulubiona piosenkę i zaczynamy. Mama tańczy, a dziecko stara się dokładnie naśladować jej ruchy. W połowie piosenki zmieniamy się rolami.

1. **Sadzimy kwiaty – zabawy matematyczne**

Proponujemy również wspólne zabawy matematyczne. Do zabawy będą potrzebne :

- liczmany, czyli sylwety kwiatów/ kolorowe klocki / kolorowe patyczki/zakrętki

- trzy prostokąty –nasze donice (każdy prostokąt powinien mieć taki rozmiar by mieściło się na nim 5 liczmanów

 Siadamy obok dziecka i zaczynamy:

1. Kładziemy przed dzieckiem prostokąty jeden obok drugiego i mówimy: *To jest długa donica będziemy w niej sadzić kwiaty(wskazujemy na liczmany). Najpierw ja posadzę kilka.* Rodzic układa ( zawsze układamy liczmany od lewej do prawek strony) nad prostokątem liczmany w wybranej kolejności np.

- czerwony żółty czerwony żółty czerwony żółty . *Jakiego koloru kwiaty posadziłam/łem?* Wskazujemy palcem, a dziecko nazywa kolory. Następnie prosimy dziecko, by kontynuowało sadzenie kwiatów we wskazanej przez nas kolejności, czyli

 czerwony żółty czerwony żółty. W kolejnym ćwiczeniu możemy użyć innych kolorów. Jeśli dziecko nie ma problemu z dołożeniem kwiatów w odpowiedniej kolejności możemy użyć większej ilości kolorów lub układać bardziej złożone sekwencje np.

- zielony zielony niebieski czerwony zielony zielony niebieski czerwony

- niebieski żółty zielony niebieski czerwony zielony niebieski żółty zielony niebieski czerwony zielony.

Po kilku ćwiczeniach możemy się zamienić rolą z dzieckiem.

1. Kładziemy przed dzieckiem prostokąt-donicę (młodsze dzieci) lub dwa połączone ze sobą (starsze dzieci) oraz liczmany w różnych kolorach (dla dzieci młodszych 5 liczmanów, dla starszych 10).Mówimy: *W donicy rosły kwiaty. Pierwszy był czerwony, drugi fioletowy, trzeci biały, czwarty niebieski, piąty różowy* (dla starszych dzieci kontynuujemy do 10)*.* Dzieci układają kolejno (od lewej do prawej strony) kwiaty na prostokącie zgodnie z instrukcją rodzica. Następnie rodzic pyta: *Jaki kolor ma drugi kwiatek, czwarty, siódmy, dziesiąty? itd.*
2. Kładziemy przed dzieckiem trzy prostokąty-donice w jednej linii, ale każdy osobno. Mówimy : - *W pierwszej donicy (z lewej strony)rosło 5 kwiatów*. Dziecko układa na donicy wskazaną ilość liczmanów.

- *W drogiej donicy rosły 3 kwiaty.* Dziecko układa.

*- W trzeciej donicy rosły 4 kwiaty.* Dziecko układa.

Ilość kwiatów dopasowujemy do wieku dziecka. Dla dzieci młodszych przygotowujemy i rozmieszczamy w donicach 10 kwiatów, a dla starszych 20.

*-* Następnie zadajemy dziecku pytania*: W której donicy rośnie najwięcej kwiatów? W której donicy rośnie najmniej kwiatów? Ile kwiatów w sumie rośnie w pierwszej i drugiej donicy, pierwszej i trzeciej donicy, drugiej i trzeciej donicy itd.?*

Propozycja nr 4 **Z mamą w kuchni**

1. **„Mama zupę gotowała”- zabawa paluszkowa**

Usiądź wygodnie z mamą, recytuj rymowankę (uczyliśmy się jej w przedszkolu z młodszymi dziećmi) i naśladuj prezentowane przez nią ruchy.

***Mama zupę gotowała,***

***W wielkim garnku ją mieszała,***

(Prawą dłoń zaciskamy, chowając kciuk do środka i wykonujemy ruchy ręką naśladujące mieszanie. Natomiast lewą rękę lekko zgiętą w łokciu wyciągamy przed siebie, tak jakbyśmy obejmowali garnek.)

 ***Przyprawiała, smakowała,***

 ***Przyprawiała, smakowała,***

(Prawą dłonią naśladujemy sypanie przypraw i próbowanie zupy.)

***Do talerza ci nalała.***

(Obie dłonie trzymamy otwarte i złączone, jakbyśmy mieli przenieść w nich jakiś płyn.

1. **Zupa jarzynowa – zabawy językowe**

Do zabawy potrzebne będą:

- garnek,

- prawdziwe warzywa, które akurat mamy w domu/ plastikowe warzywa /ewentualnie obrazki

Siadamy wygodnie na przeciwko siebie. Pomiędzy nami stoi garnek i warzywa.

**I wersja zabawy – dzieci najmłodsze(3,4-latki):**

Mama mówi: *Ugotujemy zupę jarzynową. Proszę włóż do garnka np. : ka-pus-tę, mar-chew-kę.* Wymieniamy dzieląc na sylaby nazwy warzyw, które posiadamy. Dziecko kolejno wkłada je do garnka. Jeśli są to plastikowe warzywa, dziecko może naśladować mieszanie, przyprawianie, próbowanie, a gdy już zupa jest „gotowa” poczęstować mamę.

**II wersja - 5-larki:**

Mama mówi: *Ugotujemy zupę jarzynową. Proszę włóż do garnka warzywo, którego nazwa rozpoczyna się na głoskę np. : „m” (marchewka), „o”(ogórek)itd.* . Dziecko kolejno wkłada je do garnka.

**III wersja – 6-latki:**

Mama mówi: *Ugotujemy zupę jarzynową. Proszę włóż do garnka: f-a-s-o-l-ę , k-a-p-u-s-t-ę itd.* Dziecko kolejno wkłada je do garnka.

Niezależnie od wersji zabawy można zamienić się rolami tzn. dziecko dzieli nazwy warzyw na sylaby, głoski czy wymienia jego pierwszą głoskę, a rodzic wkłada warzywo do garnka.

W taki sam sposób można pobawić się przy okazji śniadania czy kolacji. Rozkładamy produkty na stole i mówimy: *Proszę przygotuj mi kanapkę z ….. Teraz ja przygotuję kanapkę dla Ciebie. Na co masz ochotę?*

1. **Poćwicz z mamą:**

- Rozciąganie

<https://www.youtube.com/watch?v=hBFLp08y33Y>

- Ćwiczenia ze skakanką

<https://www.youtube.com/watch?v=u3F0v0lO2eQ>

Propozycja nr 5 **Zapracowana mama**

1. **Czym mama zajmuje się w domu?** – zagadki słowne.

- I mama i pralka mocno się natrudzą, gdy synek i córka mocno się pobrudzą. (pranie)

- Głośna maszyna sunie po dywanie i już żaden śmieć na nim nie zostanie. (odkurzanie)

- Ogień pod garnkiem płonie, bucha z niego para same pyszne dania będziemy jeść zaraz. (gotowanie)

- Żeby koszulka zmarszczek nie miała , moja mamusia ją…(uprasowała)

- „Każda rzecz ma swoje miejsce” mama to powtarza. Więc pozbieraj swe zabawki i się nie obrażaj!(sprzątanie)

- Bierze kąpiel filiżanka, biorą też talerze. Po obiedzie wielki garnek także kąpiel bierze.(zmywanie naczyń)

Teraz zastanówcie się: *w czym możecie pomóc mamie w domu?*

1. **Zrobimy sobie SPA - mama i ja:**

**- Dla zdrowego naskórka maseczka z ogórka.**

Przepis na maseczkę:

* 1 tarty ogórek zielony
* 2 łyżki jogurtu naturalnego
* 1 łyżka soku z cytryny
* Mieszamy wszystkie składniki i gotowe. Mama kładzie się, może osłonić ubranie ręcznikiem. Dziecko nakłada mamie maseczkę omijając okolice oczu. Maseczkę pozostawiamy na 10-15 minut na twarzy i zmywamy wodą.

-**Masaż relaksacyjny.**

Włączamy cicho ulubioną muzykę(może być relaksacyjna). Dziecko kładzie się, a mama siada obok niego i mówi*:*

*Ułóż się wygodnie na plecach, zamknij oczy, wsłuchaj się w melodie . Zrobię ci masaż, a później zamienimy się rolami i Ty zrobisz mi masaż.* Mama *:*

-kolistymi ruchami głaszcze klatkę piersiową dziecka

- otwartą dłonią lekko naciskając wodzi na przemian prawą i lewą ręką od szyi do brzucha

- głaszcze ręce/nogi dziecka od barku/uda po dłoń/ stopę

- delikatnie naciskając palcami masuje dłonie i stopy dziecka oraz każdy palec osobno

Następnie dziecko kładzie się na brzuchu, a mama:

- kolistymi ruchami głaszcze plecy dziecka

- otwartą dłonią lekko naciskając wodzi na przemian prawą i lewą ręką od karku do pośladków

- recytując cicho rymowankę wykonuje następujące czynności :

***Pisze pani na maszynie*** *(*palcami uderzamy po plecach dziecka*)*
***Stop, przecinek*** *(*pociągamy lekko za ucho prawe*)****Stop, przecinek*** *(*pociągamy lekko za ucho lewe*),*
***Świeci słońce*** (masujemy całą dłonią po plecach),
***Idą konie*** *(*lekko uderzamy pięściami po plecach).
***Biegną słonie po betonie***(bokiem dłoni uderzają po plecach)***Płynie sobie kręta rzeczka***(bokiem dłoni krętą linią przesuwamy wzdłuż kręgosłupa).***Idą panie na szpileczkach***(palcami wskazującymi uderzamy po plecach)***Pada, mały drobny deszczyk***(wszystkimi paluszkami lekko uderzmy po plecach).***Czujesz dreszczyk?***(lekko chwytamy za szyję).

*- Teraz narysuje Twoją buzię. Będę rysowała palcem.* Mama obrysowuje palcem twarz dziecka, wodzi palcem po zamkniętych oczach dziecka, brwiach, ustach, wokół nosa, maleje policzki, rysuje uszy itd.

Po wykonanym masażu zamieniamy się rolami. Mama wygodnie się kładzie, dziecko wykonuje masaż. Jeśli nie pamięta jak to zrobić mama może mu podpowiadać.

**Dodatkowe karty pracy dla chętnych przedszkolaków:**

- zakodowany obrazek (6-latki)

<https://drive.google.com/file/d/1bMjgpiFhuitXbGCsuJL67XNIgjs0YWW4/view>

- puzzle cyfrowe i literowe

<https://panimonia.pl/wp-content/uploads/2017/10/puzzle-cyfrowe-i-literowe-rodzina.pdf>

- dorysuj drugą połowę

<https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2014/03/trabajamos-la-lateralidad-dibujamos-simetricos-imagenes_02.jpeg>

<https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2014/03/trabajamos-la-lateralidad-dibujamos-simetricos-imagenes_08.jpeg>

-pokoloruj według wzoru

<http://scholaris.pl/resources/run/id/52127>

<http://worekpelenpomyslow.blogspot.com/2018/10/>

- kolorowanka „Dzień mamy”

<https://www.e-kolorowanki.eu/kartki-okolicznosciowe/dzien-mamy-kolorowanka/>

Życzę udanej zabawy!

 Joanna Kuś