SCENAIUSZ ZAJĘC OTWARTYCH W GRUPIE DZIECI 4-LETNICH
(3 stycznia2014r.)

TEMAT ZAJĘĆ: Zajęcia ruchowe metodą Weroniki Schemborne
Ocena stanu emocjonalnego – rozdanie buziek

I Ćwiczenia kształtujące świadomość osoby, schematu ciała i przestrzeni.

1. Ćwiczenia kształtujące świadomość osoby.

• Powitanie piosenką zabawa integrująca grupę. Dzieci stoją w kole śpiewają i naśladują słowa piosenki pt. „Podaj rękę partnerowi"

Podaj rękę partnerowi, potem podaj drugą

Zrób obrocik dookoła, gdy muzyka brzmi.

Stań na baczność, tupnij nogą. Wkoło pokręć głową.

Klaśnij w dłonie i w kolana, niech zabawa trwa!

2. Ćwiczenia kształtujące świadomość schematu ciała.

• „Bajka o moim ciele" – wszyscy znajdują się w pozycji stojącej i nazywają różne części ciała i jednocześnie wykonując konkretny ruch do muzyki relaksacyjnej:

- witamy się ze swoimi rękami, z jedną ręką, potem z drugą,
- idą paluszki dalej i witają się z szyjką, kręcimy szyjką raz w jedną, raz w drugą stronę,
- po szyi poznają paluszki buźkę, dotykają oczka, nos – liczą dziurki w nosie, dotykają brodę,
- paluszki – wędrowniczki głaszczą włosy i spotykają uszy, liczą uszy. poprawianie fryzury.
- Budzimy nasze ciało
- rączki witają się z nóżkami, dotykamy swoje stopy
- paluszki spacerują dalej i spotykają kolanka,
- po kolankach mamy brzuszek, głaszczemy i masujemy.
- „Lustro" – dzieci siedzą naprzeciwko siebie: jedno wykonuje dowolne ruchy, gesty, drugie naśladuje jego ruchy.
- „Koncert - gra na plecach" – jedno dziecko klęczy na podłodze obok leżącego dziecka (dziecko leży na brzuchu na podłodze). Dziecko klęczące gra palcami na plecach dziecka leżącego. Najpierw lekko uderzając opuszkami palców, potem coraz mocniej, a następnie kantami dłoni, pięściami i całymi dłońmi. W trakcie wykonywania ćwiczeń należy zmieniać siłę i ryty uderzeń. Po chwili należy dokonać zmiany ról.

3. Ćwiczenia kształtujące świadomość przestrzeni.

- Zabawa pt. „Jak najwyżej'. Wszyscy leżą na plecach „w rozsypce" na podłodze. Sięganie rękoma i nogami „ do sufitu", wyciąganie ich jak najwyżej, naśladowanie ruchem dłoni gestu wkręcanie żarówek.

- Zabawa pt. „Bączek”. Wszyscy siedzą na podłodze z nogami ugiętymi w kolanach i lekko uniesionymi. Odpychając się rękoma, każdy próbuje samodzielnie obracać się w miejscu wokół własnej osi.
- Ćwiczenia relaksujące - „Usypiamy misia” – relaks przy muzyce. Podczas słuchania muzyki prowadzący spokojnym głosem opowiada jak zasypia mis. Jak zasypiają jego części ciała (oczy, głowa, ręce, nogi), jak misie rozluźniają się.

4. Ćwiczenia oparte na relacji „z” (relacji opiekuńczej).

- „Naleśniki”, czyli rolowanie po podłodze – jedno dziecko klęczy na podłodze przy leżącym na plechach obok dziecku, które ma wyciągnięte ręce w tył (za głową). Dziecko klęczące stara się powoli i lekko obrócić (przetoczyć) dziecko na brzuch.
- Zabawa pt. „Wycieczka” – jedno dziecko stoi przed leżącym na podłodze. Dziecko leży na plecach na podłodze, z ramionami wyciągniętymi w tył (za głową). Natomiast drugie dziecko przytrzymuje dziecko za nogi na wysokości kostek, lekko przeciąga je w różnych kierunkach.
- Zabawa pt. „Wycieczka” – jedno dziecko stoi przed leżącym na podłodze. Dziecko leży na plecach na podłodze, z ramionami wyciągniętymi w tył (za głowa). Natomiast drugie dziecko, trzymając dziecko za dłonie i nadgarstki, lekko ciągnie je po podłodze.

5. Ćwiczenia rozwijające relacje „przeciwko’ (relacje mocy i energii).

- „Przepychanki” – dzieci siedzą na podłodze plecami do siebie i próbują się przepychać.
- „Paczka” – jedno dziecko siedzi skulone na podłodze, drugie klęcząc naprzeciwko, próbuje go rozpakować.

Ćwiczenia relaksujące - , „Rak”
Idzie, idzie rak
Dzieci zwrócone do siebie twarzą,. Spacerujemy palcami: kciukiem i wskazującym po ręce kolegi.
Czasem naprzód, czasem wspak.
Odpowiednio zmieniając kierunek ruchu.
Idzie rak nieborak,
Spacerujemy jak na początku,
Jak uszczypnie, będzie znak.
Delikatnie i z humorem naśladujemy szczypanie.

6. Ćwiczenia oparte na relacji „razem” (relacji partnerskiej).

- Zabawa pt. „Piłowanie drewna”. – Dzieci siedzą w rozkroku, zwrócone przodem, trzymając się za dłonie. Nogi jednego dziecka znajdują się pod nogami drugiego dziecka. Następnie na przemian kładą się na plecach na podłodze, cały czas trzymając się za ręce.

- „Rowerek” –dzieci leżą na plecach na podłodze z nogami uniesionymi w górę i ugiętymi kolanami. Dzieci leżą tak, aby jego stopa była oparta o stopy partnera. Następnie wspólnie wykonują tzw. rowerek. Prowadzący powtarza rymowankę, różnicuje tempo:
  „Jedzie Radek na rowerze,
  a pan Romek na skuterze.
  Raz, dwa, trzy,
  jedź i ty”

- „Prowadzenie ślepca” – dziecko trzyma drugie dziecko, (które ma zamknięte oczy) i prowadzi je (zmiana ról).

7. Ćwiczenia twórcze.

- Swobodny taniec przy muzyce wolnej i szybkiej.
  Prowadzący zaczyna zabawę od opowieści ruchowej „ Jest wiosna, wieje wietrzyk na drzewach pojawiają się pączki, potem listki, są bardzo zielone. Wyobraźcie sobie, że jesteście listkami i pozwalacie aby wietrzyk wami kołysał...”.

- Ćwiczenia relaksujące - „Kołysanka” do wiersza J. Porazińskiej pt. „Bajka iskierki” nuconej przez nauczyciela lub odtwarzanej z płyty CD. Dzieci siedzą w kole na podłodze siad skrzyżny i kołyszą się na boki.

  Z popielnika na Wojtusia iskiereczka mruga;
  Chodź, opowiem ci bajeczkę, bajka będzie długa.
  Była sobie raz królowa, pokochała grajka,
  Król wyprawił im wesele i skończona bajka.
  Była sobie Baba –Jaga, miała chatkę z masła,
  A w tej chatce same dziwy! Psst... iskierka zgasła.
  Z popielnika na Wojtusia iskiereczka mruga;
  Chodź, opowiem ci bajeczkę, bajka będzie długa.
  Już ci Wojtuś nie uwierzy, iskiereczko mała.
  Chwilkę błyśniesz, potem zgaśniesz.
  Ot i bajka cała.

8. Zakończenie pt. „Iskierka- Meksykańska fala”.

Cała grupa stoi lub siedzi w kole, trzymając się za ręce. Prowadzący zajęcia „ puszcza iskierkę” na zasadzie tzw. meksykańskiej fali, czyli przez ściśnięcie i jednoczesne uniesienie dłoni sąsiada. Ten z kolei przekazuje uścisk dalej, unosząc do góry dłoń osoby siedzącej z boku.

9. Pożegnanie, podsumowanie za pomocą buziek.

Zajęcia prowadziła nauczyciel dyplomowany mgr Barbara Sierańska