SCENARIUSZ ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH DLA DZIECI 4, 5- LETNICH
Z ZAKRESEM PRZEWODNIM EDUKACJI RUCHOWEJ I ZDROWOTNEJ

DATA: 05. 03. 2014
TEMAT ZAJĘCIA: „Raz, dwa, trzy, ćwiczysz ty"
CELE GŁÓWNE:

- rozwijanie świadomości własnego ciała i przestrzeni
- usprawnianie motoryki
- uczenie się nawiązywania właściwych relacji z partnerem opartych na zaufaniu i współpracy

CELE OPERACYJNE (dziecko):

- poznaje własne ciało
- jest sprawne ruchowo
- ma zaufanie do siebie, partnera
- potrafi współdziałać z partnerem
- jest twórcze

METODY:

- Metoda Ruchu Rozwijającego W. Sherborne
- Pedagogika Zabawy Klanza
- metoda ewaluacyjna

POMOCE: piłeczki sensoryczne, muzyka relaksacyjna, wierszyk- rymowanka

Przebieg

1. Powitanie przy piosence **„S.O.S"(Klanza)**
2. Zabawa ruchowa **„Raz, dwa, trzy, ćwiczysz ty".** Dzieci stoją w kole. Chętne dziecko chodzi w środku i powtarza:- „Raz, dwa, trzy, ćwiczysz ty". Wskazane dziecko pokazuje jakiś ruch, pozostałe dzieci go naśladują.
3. Ćwiczenia prowadzące do poznania własnego ciała
   - leżenie na plecach
   - leżenie na brzuchu
   - ślizganie się w kółko na brzuchu, plecach
   - siedząc- kręcenie się w kółko na pośladkach
   - siedząc- dotykanie palcami stóp podłogi
   - uderzanie o podłogę piętami
   - uderzanie o podłogę całą stopą
   - chodzenie na „sztywnych" nogach
   - chodzenie, bieganie na „miękkich" nogach
4. Ćwiczenia relaksacyjne w parach **„Masażyk"** z wykorzystaniem piłeczek.
5. Ćwiczenia pozwalające zdobyć pewność siebie i poczucie bezpieczeństwa w otoczeniu ćwiczenia w parach:
   - jedno dziecko robi „mostek", a drugie przechodzi pod nim na czworakach

- ćwiczący siedzi, opierając się plecami o partnera(nogi ugięte w kolanach); pcha plecami partnera, starając się pokonać jego opór(zmiana ról)
- ćwiczący zamyka oczy i jest prowadzony przez współćwiczącego(wymaga zaufania do „przewodnika”). Zmiana ról.
- ćwiczący stojąc do siebie twarzą i trzymając się za ręce przechodzą do siadu, a następnie razem wstają

6. Zabawa **„Kogo brakuje?”.** Dzieci spacerują po sali. Na sygnał zatrzymują się i zamykają oczy. Jedno dziecko chowa się za nauczycielem, pozostałe dzieci odgadują, kogo brakuje.
7. Ćwiczenia relaksacyjne. Dzieci kładą się na podłodze i równomiernie oddychają przy muzyce relaksacyjnej.
8. Ewaluacja zajęć **„Słoneczko i chmurka”.** Dzieci ustawiają się przy słoneczku lub chmurce wyrażając swoje wrażenia z zajęć.
9. Pożegnanie. Zabawa **„Iskierka”.**