

**Scenariusz zajęć ruchowych dla grupy 3-4 latków Przedszkola Publicznego
w Starych Siolkowicach w ramach realizacji akcji
„Ćwiczyć każdy może” odbytych dnia 06.03.2014r**

Temat: „Zabawy z obręczami.”

Obszary:

1. Kształtowanie umiejętności dzieci społecznych dzieci; porozumiewanie się z dorosłymi i dziećmi, zgodne funkcjonowanie w zabawie i w sytuacjach zadaniowych.
5. Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci.

Cele główne:

- kształtowanie sprawności fizycznej, zwinności i koordynacji wzrokowo – ruchowej podczas zabaw ruchowych
- uświadamianie korzyści dla organizmu wynikających z zabaw ruchowych

Cele szczegółowe:

- dzieci, przedszkole dbają o sprawność fizyczną, zdrowie i bezpieczeństwo
- prawidłowo wykonują zabawy ruchowe, ogólnorozwojowe
- umiejętnie korzystają z przyborów ćwiczebnych
- dbają o prawidłową postawę ciała podczas zabaw i ćwiczeń ruchowych

Metody:

- wykorzystanie propozycji ćwiczeń – Labana oraz K. Właźnik
- aktywizujące w sferze ruchowej i sprawności fizycznej

Formy:

- ćwiczenia gimnastyczne, zabawy ruchowe

Pomoce: płyta CD z nagraniem „Głowa, ramiona, kolana...”, „Marsz dzieci”, kolorowe kółka gimnastyczne, tamburyno

Przebieg zajęcia:

I część wstępna

1. Zabawa ruchowa ilustrująca piosenkę pt; „Głowa, ramiona, kolana...” przy muzyce
2. Wycucie własnego ciała i ciała partnera „Witamy głowy, nosy, uszy.....”

II część główna

Rozdanie przyrządów – kolorowe kółka dla każdego dziecka

1. Ćwiczenia w pozycji wyprostowanej
„Masujemy plecy”
2. Ćwiczenia w pozycji pochylonej
„Sufit – podłoga”
3. Skręty, skrętoskłony
rytmiczne przekładanie obręczy „na lewo, prawo, na wprost, z tyłu”
4. Zabaw bieżna
„Znajdź swoje koło”
5. Zabawy i ćwiczenia w pozycji siedzącej
- ćwiczenia tułowia, kręgosłupa w siadzie skrzyżnym – głowa dotyka dywanu

III część końcowa

1. Zabawa relaksująca
„Masażyk ciała”
 - Idą dzieci na spacer.....
 - Pada deszczyk.....
 - Wije się rzeczka.....
 - Idzie pani na szpileczkach.....
 - Biegnie piesek, biegnie kotek.....
 - Idzie raczek – nieboraczek.....
2. Marsz dzieci w kole – odłożenie przyborów

Autor:

Małgorzata Rambał-Tasięka