

**Scenariusz zajęć ruchowych dla przedszkolaków opracowany przez Laureatkę
Powiatowego Konkursu dla nauczycieli**

Temat : „Przedzskolak w ruchu”

Prowadząca: Natalia Ślusarz

Grupa: 6-latki

Czas trwania : 35 min

Cel ogólny: Rozwój sprawności fizycznej, koordynacji ruchowej, umiejętności społecznych i emocjonalnych poprzez zabawy ruchowe.

Cele:

- Rozwijanie umiejętności motorycznych;
- Wzmacnianie koordynacji ruchowych;
- Budowanie umiejętności społecznych poprzez współpracę w grupie i zabawy zespołowe;
- Rozwijanie wyobraźni i kreatywność poprzez zabawę integracyjną;

Środki dydaktyczne:

- Poduszki terapeutyczne/sensoryczne;
- Balony;
- Tamburyn;
- Linie startowe (taśma malarska);
- Duży papier;
- Kredki Pastele.

Metody:

- Czynna;
- Słowna - Podczas wprowadzenia każdej zabawy nauczyciel może objaśnia jej zasady i cel, zachęcając dzieci do rozmowy i zadawania pytań;
- Aktywizująca.

Formy organizacyjne pracę z dzieckiem:

- indywidualna;
- grupowa.

Przebieg :

1. Rozgrzewka (5 minut):

Na początku zajęć dzieci krążą po sali w rytm tamburyna, wykonując proste ćwiczenia rozciągające (np. unoszenie kolan, kręcenie ramionami).

Nauczyciel prowadzi krótką zabawę "Łapanie Bąbelków", zachęcając dzieci do łapania "bąbelków" (nadmuchiwanym balonów) przed upadkiem na ziemię.

2. Zabawa ruchowa z wykorzystaniem poduszek (10 minut):

"Gra w Chodzenie po Poduszce": Dzieci biorą udział w zabawie, chodząc bospo poduszce sensorycznej, równoważąc się i próbując utrzymać równowagę.

Opis: Nauczyciel rozmieszcza kilka dużych poduszek na podłodze. Dzieci biorą udział w zabawie, próbując chodzić po poduszkach, utrzymując równowagę. Mogą starać się chodzić po nich bez upadku, wypróbować różne techniki chodzenia (na palcach, na piętach, z zamkniętymi oczami itp.)

Cele:

- Rozwój umiejętności równoważenia i koordynacji ruchowej.
- Wzmacnianie mięśni nóg i rozwijanie świadomości ciała.
- Zachęcanie do eksperymentowania z różnymi sposobami poruszania się.

"Skakanka": Nauczyciel demonstruje skakanie przez skakankę, a następnie zachęca dzieci do spróbowania.

3. Zabawa integracyjna (5-7 minut):

"Wspólne Rysowanie": Dzieci kładą się na podłodze wokół dużego papieru i wspólnie rysują duże, kolorowe wzory, wykonując ruchy ramionami.

4. Zabawy zespołowe (10 minut):

"Węże i Żaby"- zabawa zręcznościowa. Dzieci dzielą się na dwie grupy: "węże" i "żaby". Węże muszą złapać żaby, ale żaby mogą uciekać, wykonując skoki, a węże „pełzają”

Cele:

- Rozwijanie umiejętności współpracy w grupie i strategii.
- Ćwiczenie zdolności do kontrolowania precyzji ruchów.

"Wyścigi z balonami": Dzieci biorą udział w wyścigach, trzymając balon pomiędzy kolanami.

Opis: Nauczyciel wyznacza dwie linie startowe na przeciwległych końcach sali. Każde dziecko otrzymuje balon, który trzyma między kolanami. Zadaniem jest przebiec z jednej linii do drugiej, trzymając balon w tej samej pozycji. Dzieci próbują różnych technik - biegania, skakania, marszu.

Cele:

- Rozwój umiejętności koordynacji ruchowej i kontroli ciała.
- Ćwiczenie koncentracji i precyzji ruchów.

5. Zakończenie (5-6 minut):

"Relaksacja": Nauczyciel prowadzi krótką sesję relaksacyjną, prosząc dzieci o położenie się wygodnie na podłodze i skupienie się na spokojnym oddychaniu.

"Podsumowanie": Nauczyciel pyta dzieci, co najbardziej im się podobało podczas zajęć i zachęca do dzielenia się swoimi doświadczeniami.