

Scenariusz zabaw ruchowych i tanecznych w ramach Rok Szkoły w Ruchu

przeprowadzonych na sali gimnastycznej przy ZSO w Sokółce w grupie „Bratki” i „Stokrotki” z udziałem rodziców dzieci oraz uczniów Zespołu Szkół Rolniczych w Sokółce w dniu 26 marca 2014r.

Temat zajęć: W rytmach zumby.

Wiek: 3-5 lat

Cele ogólne:

- aktywne uczestnictwo w zajęciach ruchowych i tanecznych
- śpiewanie piosenki na powitanie i pożegnanie, ilustracja ruchowa utworów
- integracja dzieci z rodzicami podczas wspólnych ćwiczeń i zabaw tanecznych
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie oraz umiejętności wspólnej zabawy
- przyswajanie wiadomości dotyczących bezpieczeństwa podczas zabaw i ćwiczeń

Cele szczegółowe:

Dziecko:

- przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas ćwiczeń gimnastycznych na sali
- aktywnie uczestniczy w zabawach ruchowych, naśladowczych i tanecznych
- śpiewa piosenkę powitalną i pożegnalną, ilustruje je ruchem
- z radością podejmuje działania proponowane przez nauczyciela

• **Metody pracy:**

- czynna: zadania stawiane dziecku, zabawy ruchowe i naśladowcze z elementami zumby
- słowna: rozmowa, objaśnienia

• **Forma:** zbiorowa, grupowa

Użyte pomoce i środki dydaktyczne:

- płyta CD z nagraniem muzyki tanecznej do zumby
- płyta CD z muzyką relaksacyjną
- słowa piosenki powitalnej i pożegnalnej Klaudii Borys „Jesteś ty” („Kalendarz przedszkolaka. Czterolatek.”, przewodnik metodyczny ze scenariuszami zajęć cz.1, str. 20-21, PWN)
- magnetofon
- sprzęt sportowy, znajdujący się na wyposażeniu sali: równoważnia, materace, drabinki i ławeczki gimnastyczne, drążek gimnastyczny, obręcz hula hop, woreczki, piłki, pacholki, bramka;
- buty sportowe, stroje gimnastyczne dla wszystkich uczestników zajęć

Miejsce ćwiczeń: sala gimnastyczna przy Zespole Szkół Ogólnokształcących w Sokółce (w tym: sala lustrzana)

Przebieg zajęć:

1. Powitanie wszystkich przez nauczycielkę. Wspólne śpiewanie piosenki powitalnej „Jesteś ty” (dzieci dobierają się w pary).

Jesteś ty – wskazanie dłońmi na partnera w parze
i jestem ja. – wskazanie na siebie
Raz i dwa, - dwukrotne klaśnięcie w swoje dłonie

raz i dwa. – dwukrotne klaśnięcie w dłonie partnera
Przedszkolaki grzeczne dwa. – 4 kroki w kółeczkach
Raz i dwa, - dwukrotne klaśnięcie w swoje dłonie
raz i dwa. – dwukrotne klaśnięcie w dłonie partnera
Przywitajmy grzecznie się: lekki skłon w kierunku partnera w parze
witam cię, witam cię – podanie prawej dłoni partnerowi w geście powitania i
rytmiczne poruszanie dłonią
Razem miło bawmy się. – 4 kroki w kółeczkach
Lubię cię – wskazanie na partnera w parze
a ty mnie. – wskazanie na siebie

2. Przedstawienie przez nauczyciela instrukcji dotyczącej zasad bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego ustawionego na sali.
3. Podział dzieci na grupy 6-, 7-osobowe. Ćwiczenia gimnastyczne w grupach z wykorzystaniem różnych sprzętów:

- a) chodzenie po równoważni
- b) chodzenie po ławeczce gimnastycznej z woreczkiem na głowie
- c) podciąganie się po ławeczce do przodu
- d) slalom między pachołkami
- e) ćwiczenia na drążku gimnastycznym
- f) rzut piłką do obręczy hula hop
- g) strzelanie piłką do bramki
- h) rzut woreczkiem do celu
- i) wspinanie się na drabinki gimnastyczne

4. Zabawa ruchowa z udziałem rodziców i uczniów „Głowa, ramiona”.

Ruch i podskok to zabawa,
Sport dla dzieci ważna sprawa.
Ręce w górę, w przód i w bok,
Skłon do przodu, przysiad, skok.

Głowa, ramiona, kolana, pięty,
Kolana, pięty, kolana, pięty.
Głowa, ramiona, kolana, pięty,
Oczy, uszy, usta, nos.

5. Śpiewanie z rodzicami piosenki pożegnalnej „Jesteś ty” (dzieci dobierają się w pary z rodzicami lub z innymi dziećmi).

Jesteś ty – wskazanie dłońmi na partnera w parze
i jestem ja. – wskazanie na siebie
Raz i dwa, - dwukrotne klaśnięcie w swoje dłonie
raz i dwa. – dwukrotne klaśnięcie w dłonie partnera
Przedszkolaki grzeczne dwa. – 4 kroki w kółeczkach
Raz i dwa, - dwukrotne klaśnięcie w swoje dłonie
raz i dwa. – dwukrotne klaśnięcie w dłonie partnera
Pożegnajmy grzecznie się: pomachanie prawą ręką w stronę partnera
żegnam cię, żegnam cię – podanie prawej dłoni partnerowi w geście pożegnania i
rytmiczne poruszanie dłonią
Razem bawiliśmy się. – 4 kroki w kółeczkach
Lubię cię – wskazanie na partnera w parze
a ty mnie. – wskazanie na siebie

6. Przejście na salę lustrzaną. Zabawy taneczne, zumba z udziałem rodziców i uczniów szkoły, prowadzona przez mamę przedszkolaka.
7. Zabawa relaksacyjna przy muzyce. Dzieci zamykają oczy i słuchając muzyki, myślą o czymś przyjemnym.
8. Podziękowanie wszystkim za aktywny udział w zajęciach.
9. Podziękowanie mamie przedszkolaka za zaproszenie nas i prowadzenie zumbi z dziećmi i rodzicami.

Opracowała:

Lucyna Śliżewska