

Jadwiga Daniek-Salawa

doradca metodyczny z zakresu wychowania przedszkolnego

### Scenariusz zajęć dla dzieci 3,4-letnich

Temat: „Zabawy ruchowe w ogrodzie”

Cele ogólne:

- recytowanie krótkiego tekstu z jednoczesnym wykonywaniem drobnych ćwiczeń
- propagowanie zdrowego stylu życia poprzez uczestnictwo w różnych formach aktywności fizycznej,
- tworzenie atmosfery współdziałania i współpracy w zespole,
- wdrażanie do czynnego i aktywnego udziału w zabawach i zawodach sportowych,
- wdrażanie do przestrzegania reguł w zabawach i zawodach sportowych,
- rozwijanie odporności emocjonalnej w sytuacjach zwycięstwa lub porażki.

Cele operacyjne:

Dziecko:

- aktywnie uczestniczy w różnych formach aktywności ruchowej,
- współdziała w zabawach i zawodach sportowych,
- przestrzega ustalonych reguł,
- umie poradzić sobie z porażką,
- odczuwa radość płynącą z zabawy,
- potrafi opanować własny lęk i emocje.

Metody:

- słowne,
- czynne,
- oglądowe.

Formy:

- grupowa,
- w małych zespołach,
- indywidualna.

Pomoce: rymowanka, według pomysłu J. Daniek-Salawy, kartoniki w trzech kolorach (żółte, zielone i czerwone) w pojemniku nieprzeźroczystym, trzy koszyki z szarfami w trzech kolorach (żółty, zielony i czerwony), koszyk z szyszkami, pachołki, koła hula-hop, pojemnik z woreczkami, centymetr krawiecki.

Przebieg:

1. Dzieci ubrane sportowo wychodzą do ogrodu i ustawiają się w kręgu wraz z nauczycielem. Nauczycielka proponuje rozgrzewkę;  
- recytując krótką rymowankę, dzieci wykonują ruchy demonstrowane przez nauczyciela;

*Każdy (dwa kłaśnięci w dłonie)*

*Chce (podskok)*

*Być (podskok)*

*Zdrowy! (dwa uderzenia dłońmi o uda)*

*Więc (wyrzut ręk do góry)*

*Do (skłon i ręce w dół)*

*ćwiczeń (dwa przysiady)*

*Jest (skok do przodu obunóż)*

*Gotowy! (skok do tyłu obunóż i dwa kłaśnięcia w dłonie)*

Kilkakrotne powtórzenie rymowanki wraz z wykonanymi ćwiczeniami.

2. Zabawa ruchowa: „Ćwicz, jak ja!”. Dzieci naśladują ćwiczenia wykonywane przez kolejne dziecko w kole (podskoki, przysiady, skoki pajaca, marsz).
3. Podział dzieci na trzy grupy. Dzieci losują kartoniki, które są w trzech kolorach (zielony, czerwony, żółty). Po wylosowaniu kartonika dziecko podchodzi do odpowiedniego koszyka i wkłada do niego swój kartonik, a zabiera szarfę w odpowiednim kolorze.
4. „Slalom” – pokonanie wyznaczonej trasy slalomem (bieg w obie strony). Po sygnale prowadzącego dzieci kolejno biegną do wyznaczonego celu pomiędzy slalomem ułożonym z dużych szyszek. Po okrążeniu pachotka wracają do mety. Wygrywa ta drużyna, której najszybciej udało się wrócić na swoje miejsce.
5. Zabawa „Toczenie piłki”. Każda drużyna dostaje piłkę. Dzieci tworzą tunel przez rozstawienie nóg, toczenie piłki od pierwszego do ostatniego dziecka w drużynie. Ostatnie dziecko wraca na początek rzędu i powtarzamy dalej zabawę do ostatniego zawodnika. Zwycięża ta drużyna, która najszybciej wykona proponowane zadanie.
6. Zabawa „Rzuty do celu”. Każde dziecko z drużyny wykonuje rzut szyszką do koła hula-hop (liczy się trafność rzutów). Każde dziecko z zespołu wykonuje jeden rzut. Wygrywa drużyna, która najwięcej szyszek wrzuci do koła.
7. Zabawa „Skoki zająca”. Wybranie 2 dzieci z każdej grupy. Każde wybrane dziecko staje na starcie i z miejsca wykonuje skok w dal, nauczyciel mierzy odległość (odległości dwóch dzieci sumują się). Wygrywa drużyna, która skoczy najdalej.
8. Zabawa „Z woreczkiem na głowie”. Dzieci przechodzą określoną trasę oznaczoną patykami z woreczkiem na głowie, a następnie biorą woreczek do ręki i wracają przekazując woreczek kolejnemu koledze z drużyny, który wykonuje to samo ćwiczenie. Wygrywa drużyna, która w całości najszybciej wykona zadanie.
9. Podsumowanie zabawy. Ogłoszenie zwycięzcy. Szczere gratulacje i okrzyki radości (np. hip-hip-hura!).
10. Uporządkowanie ogrodu - złożenie szarf do odpowiednich koszyczków, pozбиieranie szyszek do koszyka, pozбиieranie innych przyrządów, które były wykorzystane podczas ćwiczeń.

Załącznik nr 1 – rymowanka według Jadwigi Daniek-Salawy:

„ *Każdy chce być zdrowy!*

*Więc do ćwiczeń jest gotowy!”*

Bibliografia:

1. Lipiejko M., *Zajęcia ruchowe w przedszkolu. Gry i zabawy ruchowe* , Wydawnictwo Szkolne PWN, Warszawa 2017
2. Zeller M., *Pomysły na zabawy w przedszkolu*, Wydawnictwo Jedność, Kielce 2013