

**mgr Mariola Stankiewicz**  
**Szkoła Podstawowa nr 1 im. Tadeusza Kościuszki**  
**w Rawie Mazowieckiej**

**Temat: Zabawy słowno-muzyczne z doskonaleniem koordynacji ruchowej.**  
**Ćwiczenia gimnastyczne w grupie 0 „a” – „Pszczółki”.**

**Cele ogólne:**





- ❖ Rozwijanie umiejętności poprawnego czytania i przeliczania;
- ❖ Wyzwalanie u dzieci pozytywnych emocji;
- ❖ Przestrzeganie reguł obowiązujących w społeczności dziecięcej;
- ❖ Doskonalenie sprawności rąk oraz koordynacji słuchowo-ruchowej (śpiewanie piosenki i wykonywanie ćwiczeń);
- ❖ Stymulowanie aktywności dzieci poprzez uczestniczenie w zajęciach ruchowych, w zabawach i grach;
- ❖ Kształtowanie współpracy w grupie.


**Cele operacyjne:**

Dzieci:

- ✓ Potrafią odczytać własne imię i rozpoznać go wśród innych;
- ✓ Wskazują literę rozpoczynającą imię;
- ✓ Przeliczają ilości i porównują;
- ✓ Rozróżniają błędne liczenie od poprawnego;
- ✓ Doskoną koordynację ruchową i sprawność motoryczną (szybkość, skoczność, celność, zwinność);
- ✓ Znają zasady panujące w pracy w grupie.

**Metody pracy:**

-  odmienna dr Ireny Majchrzak
-  ruchowej ekspresji twórczej
-  aktywizująca
-  zadań stawianych do wykonania

 ćwiczeń ruchowych

### **Formy pracy:**

- ❖ forma indywidualna
- ❖ forma zbiorowa
- ❖ forma grupowa

### **Środki dydaktyczne:**

- płyta CD z piosenką „Gimnastyka” (KLANZA);
- literki rozpoczynające imię dzieci;
- tabliczki z cyferkami;
- worki do skakania;
- plastikowe jajka lub piłki do tenisa stołowego;
- łyżki;
- pacholki;
- mazaki;
- kasztany;
- koszyczek lub pudełko;
- naklejki za wspaniałą pracę – medale (złote i srebrne).

## **PRZEBIEG ZAJĘĆ**

### **1. „Rozgrzewka sportowa”.**

#### **a. Zabawa przy muzyce „Gimnastyka”.**

Śpiewamy piosenkę i gestami ilustrujemy jej treść.

#### *Zwrotka 1*

*Najpierw w górę trzy podskoki*

*Hop, sa, sa !*

*Potem dwa skłony na boki,*

*Raz i dwa.*

*W górę ręce, prosto nogi,*

*Stój, jak my!*

Stoimy w miejscu.

Wykonujemy trzy podskoki.

Stoimy w miejscu.

Wykonujemy dwa skłony na boki – raz w jedną, a raz w drugą stronę.

Unosimy wysoko ręce i prostujemy nogi.

Stoimy wyprostowani w miejscu.

*I opuszczaj do podłogi,*

*Raz, dwa, trzy.*

Stoimy nadal wyprostowani w miejscu.

Opuszczamy ręce – na „raz” na wysokość ramion, na „dwa” na wysokość pasa, a na „trzy” dotykamy palców u nóg.

*Teraz poskacz jak pajacyk*

*Hop, sa, sa!*

#### Zwrotka 2

Stoimy wyprostowani w miejscu.

Wykonujemy dwa podskoki, jak pajac z klaśnięciem w dłonie.

*I zrób obrót dookoła,*

*Tra, la, la.*

Stoimy w miejscu.

Wykonujemy w czterech krokach obrót wokół własnej osi.

*A na koniec ręce wypad*

*W przód i w tył.*

Stoimy w miejscu.

Proste ręce przed sobą i odwodzimy ręce do tyłu.

*Ćwicz codziennie, abyś zdrow,*

*jak ryba był*

Dotykamy dłońmi barków,

Prostujemy w górę ręce, dotykamy dłońmi barków, rozkładamy wyprostowane ręce na boki. Gesty powtarzamy.

Cały układ wykonujemy trzy razy.

**b. Szarfy – zbiory.** Nauczyciel układa szarfy i wkłada do wnętrza literkę. Jedna z szarf nie ma litery. Dzieci krążą po sali gimnastycznej wokół szarf. Na sygnał nauczyciela dzieci biegną do szarf – do tej, w której jest literka rozpoczynająca ich imię. Dzieci, które nie znalazły literki „stają w pustej szarfie”. Wybrane dzieci: przeliczają liczebność zborów, wybierają odpowiednią tabliczkę z cyfrą i przyporządkowują do zbioru.

Dokonujemy porównań (więcej, mniej, tyle samo).

## 2. Część główna.

Podział dzieci na dwa zespoły. Omówienie przebiegu zabaw (po kolei) i obowiązujących zasad (za każde zwycięstwo grupa otrzymuje kasztan, który wrzuca do pudełka lub koszyczka).

**a) „Skoki w workach”.** Nauczyciel rozdaje każdej grupie jeden worek do skakania.

Na sygnał gwizdka dziecko wchodzi do worka i skacze do wyznaczonego miejsca,

a następnie tym samym sposobem wraca do grupy, przekazuje worek dalej i ustawia się na końcu szeregu.

- b) **Imiona – skreślanka.** Nauczycielka na dużym papierze wypisuje imiona wszystkich dzieci biorących udział w zabawie. Dzieci podzielone na dwie grupy podbiegają i skreślają swoje imię. Wygrywa ta grupa, która pierwsza skreśli imiona dzieci z grupy.



- c) **„Jajko na łyżce”.** Przed dzieckiem leży łyżka i jajko (plastikowe od jajka niespodzianki) lub piłeczka do tenisa stołowego. Na dany przez nauczyciela sygnał dziecko musi pokonać slalom między pachołkami bez upuszczenia jajka, wrócić na start, przekazać łyżkę następnemu dziecku i ustawić się na końcu kolejki.
- d) Przeliczenie kasztanów i wręczenie medali.

### 3. Zabawy kończące.

- a) **Rajd samochodowy.** Wszystkie dzieci jako samochodziki ustawiają się na starcie (sala gimnastyczna). Nauczyciel pokazuje dzieciom literę. Dzieci, których imię rozpoczyna się od niej startują w rajdzie.
- b) **„Pochód olimpijski”** – ćwiczenie uspokajające. Dzieci maszerują po kole, wciągają powietrze nosem, wypuszczają ustami. Nauczyciel zmienia kierunek i sposób marszu – na palcach, na piętach, z wysoko uniesionymi kolanami, itd.

### 4. Podziękowanie za pracę. Pochwała za pięknie wykonywane ćwiczenia.