



Sportowe i integracyjne zabawy z Rodzicami w grupie dzieci 4 letnich - scenariusz zajęć otwartych

Prowadząca Dorota Wyszolmirska

Cele ogólne:

- zachęcanie do aktywnego spędzania czasu z rodziną,
- integrowanie rodziców ze środowiskiem przedszkolnym,
- popularyzowanie rekreacyjnych form ruchowych,
- zachęcanie do zdrowego stylu życia, aktywności ruchowej.

Dziecko:

- poprzez świetną zabawę uczy się wielu cennych umiejętności;
- ćwiczy wiele cech motorycznych, mobilność, koordynację, rytmikę;
- potrafi być samodzielne, ale i współpracy w grupie, w parze z Rodzicem;
- przełamuje wszelkie bariery lęku;
- staje się bardziej śmiały, otwarty, pewne siebie;
- cieszy się ze wspólnej zabawy z Rodzicami i rówieśnikami;
- potrafi przyjmować porażki i z pokorą wygrywać.

Uczestnicy: dzieci i rodzice, personel przedszkola

Środki dydaktyczne: chusta, pachołki, piłki, lina, strój sportowy, dyplomy, nagrody, kosze z piłeczkami basenowymi, gwizdek, okrzyk sportowy grupy, woda, kubeczki, chusteczki mokre.

Metody:

- słowna,
- czynna.

Formy:

- indywidualna,
- grupowa.

Przebieg:

1. Powitanie dzieci i zaproszonych gości – zaprezentowanie przygotowanego okrzyku sportowego przez grupy, przypomnienie zasady fair play.
Zajęcia sportowe pozytywnie wpłyną na osiągnięcia w nauce, skupieniu, koncentracji. Uczą cennego nawyku dbałości o własne ciało i ducha. To pełne zaangażowania i mnóstwo fantastycznych emocji! (2 min)
2. Sportowa rozgrzewka: parami Rodzic - Dziecko (5min):
 - Bieg w miejscu,
 - Skip A co trzy kroki (podnosimy wysoko kolano) – 3 trzy pełne,
 - Skip C – co trzy kroki o pośladki,
 - Pajacyki (Jumping Jack),
 - Przeskoki (Front Jumping),
 - Kręcenie ramion w tył (5 powtórzeń),
 - Wymachy ramion na zewnątrz (góra – dół, pamiętaj wyprostowana sylwetka, brzuch napięty patrzymy przed siebie),
 - Krążenie tułowiem (z dołu do góry 3 powtórzenia),
 - skaczemy piłeczki na sygnał zmieniamy kierunek,
 - rozciąganie z nogami.
3. Cześć główna – Zabawy (30 min);
 - Baba-jaga – I wersja Dziecko – Rodzic,
II wersja Rodzic – Dziecko;
 - Bociany - skoki na jednej nodze (po chwili zmiana nogi)-
I wersja Dziecko – Rodzic,
II wersja Rodzic – Dziecko;
 - Piąteczki Para (rodzic – Dziecko);
I wersja (na przemian przebijamy piątki z przekroczeniem linii środkowej ciała prawa do prawej, lewa do lewej, oburącz wyskok);
II wersja (w pozycji pompki);

Przerwa: na regenerację i łyk wody.

- Pachołkowa gra – na hasło nauczyciela dotykamy części ciała, na hasło pachołek łapiemy pachołek wygrywa kto pierwszy złapie.
 - Bieg z pachołkiem i piłką dwie drużyny : Rodzice -Dzieci.
 - Bitwa na piłeczki - dwie drużyny : Rodzice –Dzieci.
 - Chusta animacyjna : I wersja Rodzice trzymają chustę a dzieci chętne biegają po chuście, następnie zmiana Rodzice chowają się pod chustę dzieci trzymają chustę tak żeby Rodzice nie mogli się wydostać nauczyciel zadaje pytania do rodziców a Rodzice odpowiadają:
 1. Czy dzieci w wakacje mogą oglądać cały czas bajki do 23.00?
Rodzice odpowiadają – NIE;
 2. Czy dzieci mogą całe dni spędzać na grach komputerowych i na konsoli?
Rodzice odpowiadają – NIE;
 3. Czy dzieci mogą objadać się słodyczami?
Rodzice odpowiadają – NIE;
 4. Czy dzieci otrzymają od Państwa ogromnego buziaka?
Rodzice odpowiadają – TAK;Na koniec uwalniamy Rodziców, dzieci otrzymują buziaki i kończymy zabawę.
4. Pożegnanie i podziękowanie za wspólną zabawę. Wręczenie nagród. Podziękowanie za czynny udział – wręczenie dzieciom sportowych zabawek – niespodzianek wspólne zdjęcie z dyplomami i nagrodami. (5min)