

Konspekt ćwiczeń gimnastycznych prowadzonych w grupie dzieci pięcioletnich

Prowadząca: mgr Beata Cholewiak

Czas pracy: 15 min.

Data: 30.01.2014r.

Miejsce: sala zabaw

Temat: „*Pani Zima*”- zestaw ćwiczeń ruchowych ogólnorozwojowych wg pomysłu nauczyciela

Cele ogólne:

- kształtowanie siły, szybkości, skoczności, zwinności, koordynacji ruchowej
- doskonalenie koordynacji słuchowo – ruchowej i wzrokowo słuchowej
- rozwijanie sprawności i różnorodnych form ekspresji ruchowej
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa w zabawie

Cele operacyjne:

Dziecko:

- potrafi zgodnie bawić się z całą grupą
- bezpiecznie porusza się po sali podczas ćwiczeń ruchowych
- dokładnie wykonuje ćwiczenia gimnastyczne,
- przyjmuje aktywną postawę w trakcie zajęć

Metoda:

- opowieści ruchowej
- zabawowo-naśladowcza

Formy pracy: grupowa

Przybory: krążki, kółka, szarfy woreczki gimnastyczne – wszystko w niebieskim kolorze.

Przebieg zajęcia:

I. Część wstępna:

1. Dzieci maszerują po obwodzie koła śpiewając piosenkę: „*Tak się zachmurzyło*”.

- Pani Zima zaprasza dzieci do wspólnych zabaw z użyciem niebieskich przyborów symbolizujących śnieg.

2. Zabawa orientacyjno-porządkowa: „*Szukamy śniegu*”. Dzieci biegają po sali na sygnał: „*Śnieg*” szukają niebieskich przyborów.

3.Ćwiczenia dużych grup mięśniowych - „Pada śnieg” . Marsz po sali na sygnał: „*Pada śnieg*” każde dziecko podnosi niebieskie szarfki, krążki woreczki, kółka do góry i na dół-sklony.

II. Część właściwa:

1.Zabawa z elementem czworakowania – „Mieszkamy w igloo”. Dzieci rozkładają na dywanie przybory, czworakują na sygnał: „*Powrót do igloo*” dzieci wracają do swoich domków.

2.Zabawa z elementem rzutu: „Celujemy śnieżkami w drzewo”. Dzieci ustawiają się w rzędach i celują woreczkami do pudełek i kółkami na stojaki.

3.Ćwiczenia z elementem równowagi: „Śnieżna dróżka”. Szarfki ułożone na podłodze, dzieci przechodzą po szarfach.

4.Ćwiczenia dużych grup mięśniowych: „Zdejmujemy mokre ubrania”. Dzieci przechodzą przez szarfki.

5.Ćwiczenia z elementem toczenia: „Toczmy kule”. Dzieci toczą krążki i kółka po sali, układają bałwanki.

III. Część końcowa:

1.„Zimowy krajobraz” - dzieci układają z niebieskich przyborów zimowy obrazek.

2.Śpiew piosenki: „Zima, zima, zima”.





