



Scenariusz

Zajęcia przeprowadzone w ramach Ogólnopolskiej Akcji Ministra Edukacji Narodowej „Ćwiczyć każdy może” organizowanej w Roku Szkoły w Ruchu

TEMAT: Zajęcia dla dzieci i rodziców prowadzone Metodą Ruchu Rozwijającego W. Sherborne

MIEJSCE ZAJĘĆ: Przedszkole Niepubliczne „Szczęśliwa Trzynastka” Kalisz, ul. Krótka 9

DATA: 29.10.2014 r.

GRUPA WIEKOWA: 5,6 latki i osoby dorosłe

OPRACOWAŁA I PROWADZIŁA: Katarzyna Kaczor

CEL OGÓLNY:

- wyposażenie dzieci i rodziców w zasób wiedzy i umiejętności niezbędnych do podejmowania samodzielnych działań służących zdrowiu, prawidłowemu rozwojowi organizmu i aktywności ruchowej.

CELE SZCZEGÓŁOWE DLA DZIECI:

- ✧ rozwija poczucie pewności siebie i satysfakcji ze swoich dokonań
- ✧ nabywa umiejętności interpersonalnych w kontaktach z rówieśnikami
- ✧ buduje zaufanie do dorosłego
- ✧ wzmacnia więź i poprawia relacje z rodzicem

CELE SZCZEGÓŁOWE DLA DOROSŁYCH:

- ✧ nabywa poczucie bezpieczeństwa fizycznego i emocjonalnego w kontakcie z dzieckiem
- ✧ rozwija umiejętności korzystania z pomocy i doświadczenia innych dorosłych
- ✧ buduje zaufania dziecka do dorosłego
- ✧ wzmacnia więź i poprawia relacje z dzieckiem

FORMY PRACY:

- ✧ grupowa
- ✧ indywidualna
- ✧ podająca

METODY:

- ✧ metoda MRR W. Sherborn
- ✧ integracyjna
- ✧ relaksacyjna

PRZEBIEG:

Powitanie.

Nauczycielka wita wszystkich:

Witam wszystkich, którzy mają dobry humor, tych którzy mają zły humor, itd.

Witanie różnymi częściami ciała

Dzieci i dorośli swobodnie poruszają się po sali w rytm tamburyno na hasło „Witamy się...!”, zatrzymując się i dotykają partnera podaną częścią ciała.

Ćwiczenia kształtujące świadomość osoby, schematu ciała i przestrzeni.

♣ „Fotelik” dorosły siedzi w rozkroku na podłodze, obejmując rękoma siedzące dziecko; dziecko siedzi na podłodze przed dorosłym, odwrócone do niego plecami; obejmowanie i kołysanie dziecka.

♣ „Przechadzka” wszyscy znajdują się w pozycji stojącej; dzieci i dorośli poruszają się po Sali, omijając inne osoby i ewentualne przeszkody; najpierw z otwartymi oczami potem z zamkniętymi.

♣ „Przechadzka w parach” wszyscy łączą się w pary (dorosły – dziecko); poruszanie się parami po Sali – dorośli prowadzą dzieci najpierw z otwartymi oczami , a następnie z zamkniętymi; potem następuje zmiana ról.

♣ „Bączek” wszyscy siedzą na podłodze z nogami ugiętymi w kolanach; odpychając się rękoma, każdy próbuje samodzielnie obracać się w miejscu wokół własnej osi.

Ćwiczenia Relacja „z”

♣ „Rolowanie na nogach dorosłego” dorosły siedzi na podłodze wyprostowanymi nogami; dziecko leży na brzuchu na udach dorosłego; dorosły kilkakrotnie delikatnie przetacza dziecko w kierunku stóp i z powrotem, a na koniec w podobny sposób zsuwa je na podłogę.

♣ „Hipoterapia” dorosły wykonuje klęk podparty, dziecko leży na plecach dorosłego plecami; delikatne kołysanie się w przód i w tył.

♣ „ Rolowanie na nogach dorosłego” dorosły siada na podłodze z wyprostowanymi nogami; dziecko leży na brzuchu na udach dorosłego; dorosły kilkakrotnie delikatnie przetacza dziecko w kierunku stóp i z powrotem.

Ćwiczenie relaksacyjne

Oddychanie przeponowe przy muzyce relaksacyjnej.

Ćwiczenia Relacja „przeciwko”

„Odklejanie” dorosły siedzi na podłodze rękoma i nogami przywiera do podłoża; dziecko próbuje podnieść kolejne części ciała dorosłego. Potem następuje zamiana ról.

Ćwiczenie relaksacyjne

„Iskierka” cała grupa siedzi na podłodze(dzieci na przemian z rodzicami), trzymając się na ręce; prowadzący zajęcia ściska dłoń siedzącego przy nim dziecka.

Ćwiczenia Relacja ”Razem”

♣ ” Tunel” 4 osoby dorosłe wykonuje obok siebie klęk podparty (głowy zwrócone w jednym kierunku), tworząc tunel; dziecko na czworakach ustawiają się z jednej strony tunelu i przechodzą pod dorosłymi na drugą stronę

♣ „Czołganie się po udach” dorośli siadają obok siebie na podłodze z wyprostowanymi nogami; dzieci ustawiają się w rzędzie i kolejno czołgają się po leżących na udach.

Ćwiczenie relaksacyjne

„Masażyk – Pizza” Zabawa włoska opracowanie M. Bogdanowicz

Pożegnanie grupy

Podziękowanie uczestnikom poprzez uściśnięcie dłoni. Zadanie pytania dzieciom „ Które ćwiczenia sprawiły im największa przyjemność?”. Zaproszenie dorosłych do kontynuacji rozmowy z dziećmi w domu.

Bibliografia:

Bogdanowicz M., Okrzesik D. (2005). *Opis i planowanie zajęć według Metody Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.