**Scenariusz zajęć z rodzicami w grupie 5-6 latków
w ramach projektu "Ćwiczyć każdy może"**

**Data:** 24.03.2014

**Temat:** "Mamo! Tato! Ćwicz razem ze mną"

**Cele:**

* Okazywanie radości i zadowolenia z możliwości wspólnych zabaw z rodzicami.
* Nawiązywanie bliższego kontaktu z uczestnikami , rozładowanie napięć.
* Poruszanie się w rytm melodii i reagowanie na sygnały umowne.
* Rozwijanie koordynacji wzrokowo – ruchowej
* Doskonalenie sprawności fizycznej

**Cele operacyjne:**

Dziecko:

* integruje się z grupą
* uczestniczy w zabawach ruchowych
* interpretuje muzykę ruchem
* jest sprawne fizycznie

**Metody:**

* słowna: polecenia, pochwały, instrukcje
* czynna: stawianych zadań

**Środki dydaktyczne:**

chusta animacyjna KLANZA, pachołki, krążki i woreczki gimnastyczne, piłki, płyta CD

**Przebieg zajęć:**

1. Powitanie. Wyjaśnienie celu spotkania.
2. Iskierka przyjaźni

Dzieci wraz z rodzicami siadają w kole. Podają sobie ręce i zamykają oczy. N-l rozpoczyna zabawę słowami "Iskierkę przyjaźni puszczam w krąg, niech wróci do mych rąk". N-l ściska dłoń osobie obok. Zabawa trwa do momentu aż "iskierka" wróci do n-la.

1. Zabawy z chustą animacyjną:
* „Falowanie” – uczestnicy trzymają chustę i poruszają nią naśladując podmuchy wiatru (raz wolno, raz szybko)
* „Kogo brakuje” - uczestnicy stoją w kręgu z zamkniętymi oczami trzymając chustę na wysokości pasa. Prowadzący wybiera osobę (może być ich więcej), która wchodzi pod chustę. Następnie wszyscy otwierają oczy i odgadują, kto jest pod chustą.
* "Kołyska" - wybrane dziecko wchodzi na chustę. Pozostali uczestnicy
 podnoszą chustę kilka centymetrów nad ziemię i delikatnie nią kołyszą.
1. Rodzinna Olimpiada

Uczestnicy w wyniku losowania zostają podzieleni na dwie grupy.

* "Bieg na czas wokół pachołków"
* "Rzut woreczkiem do celu"
* "Podawanie piłki nad głową"
* "Podawanie piłki między nogami"
* "Bieg na czas wokół pachołków z woreczkami na krążkach"
1. "Nimfy i Wojownicy"

Dzieci wraz z rodzicami wykonują interpretację ruchową do słyszanej muzyki.

1. Ćwiczenia z wykorzystaniem metody W. Sherborne
* „Mostek”- ćw. w parze z rodzicem. Rodzic robi mostek a dziecko przechodzi obchodzi rodzica na czworakach, przechodzi pod nim.
* „Tunel”- grupa rodziców tworzy tunel. Dzieci na czworakach przechodzą pod nim.
* „Przepychanie” – dziecko z rodzicem siadają naprzeciwko siebie i przepychają się stopami. Następnie wstają i starają się przepychać dłońmi.
* „Turlanie”- dziecko leży na podłodze na plecach lub na brzuchu rodzic toczy je w różnych kierunkach.
1. Zakończenie zajęć

„Kołyska” – Rodzic z dzieckiem siedzą na podłodze. Rodzic obejmuje swoje dziecko i kołysze w rytm melodii.

1. Podziękowanie za udział w zajęciach.