Konspekt zajęć ruchowych dla dzieci w wieku przedszkolnym,

realizowany w Przedszkolu nr 124 im Marii Konopnickiej we Wrocławiu

Miejsce zajęć: sala gimnastyczna

Liczba ćwiczących: 20

Wiek ćwiczących: 4, 5 oraz 6 latki

Data: 13.02.2014 r.

Prowadzący: Magdalena Stasiak

Temat: ***Kształtujemy współpracę w zespole podczas zawodów grupowych w oparciu o obwód stacyjny.***

Umiejętności: Przedszkolak potrafi wykonać zadania ruchowe na każdej z 4 stacji.

Wiadomości: Przedszkolak zna zasady kolejności wykonywania zadań.

Motoryczność: szybkość, zwinność – poruszanie się po slalomie, czworakowanie, bieg.

Zadanie wychowawcze: Przedszkolak współpracuje z kolegami z drużyny, dopinguje kolegów,

Przybory: szarfy, tyczki, piłki, materac, woreczki.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tok zajęć | Opis zadania | Uwagi |
| **I część wstępna**  1.Zbiórka, ustawienie ćwiczących.  2. Sprawdzenie obecność, samopoczucia, stroju sportowego  3. Podanie celu zajęć.  4. Rozgrzewka  Zabawa ożywiająca „Wiewiórki”  „Ogonki” | Ćwiczący ustawieni w szeregu pod ścianą.  Celem zajęć jest nauka współpracy w zespole podczas uczestnictwa w zawodach drużynowych.  Uczniowie poruszają się po całej sali, między leżącymi szarfami („dziuplami”). Na sygnał prowadzącego zadaniem „wiewiórek” ( ćwiczących) jest jak najszybciej usiąść nieruchomo w dziupli.  Jedna osoba pełni funkcję „wilka”. Zadaniem wilka jest złapanie jak najwięcej szarf, które dzieci mają zaczepione za spodenkami. Zadaniem uciekających ( wiewiórek) jest ucieczka przed wilkiem, tak aby nie stracić ogonka. | Dzieci ustawione w rozsypce. Na sali ułożone są szarfy.  Każde dziecko ma zaczepioną za pas szarfę ( ogonek ). |
| **II część główna**  Metoda obwodu stacyjnego:  Stacja 1. Slalom  Stacja 2. Dziuple  Stacja 3. Kostka  Stacja 4. Tor przeszkód | Zadaniem ćwiczących jest poruszanie się po slalomie tocząc piłkę. Po wykonaniu zadania, ćwiczący podaje piłkę koledze.  Ćwiczący porusza się po trasie ułożonej z obręczy. Zadaniem ćwiczącego jest wskakiwanie do kółek, pokonanie rzędu obręczy oraz powrót.  Zadaniem ćwiczących jest toczenie kostki po wyznaczonej trasie, po dotarciu do szarfy, ćwiczący chwyta kostkę i biegnie do linii mety.  Ćwiczący czworakują po materacu, na którego końcu znajdują się dwa kółka, na których ułożone są woreczki. Zdaniem ćwiczącego jest zamiana woreczków, z jednego miejsca na drugie oraz powrót na czworaka po materacu. | Podział uczniów na 4 zespoły. Każdy zespół zajmuje określoną stację. Na każdej stacji uczniowie mają do wykonania zadania. Po 5 minutach następuje zmiana zespołów. Uczniowie zajmują kolejną stację. Każda drużyna podczas zajęć wykonuje zadania na wszystkich 4 stacjach. |
| **III część końcowa**  1.Uspokojenie organizmu.  2. Podsumowanie zajęć  3. Zakończenie | Zbiórka wszystkich drużyn. Prowadzący podsumowuje zawody drużynowe. Chwali uczniów, wyróżnia osoby najlepiej ćwiczące.  Kapitanowie drużyn zbierają szarfy. |  |

Opracowała Magdalena Stasiak