

Scenariusz zajęć otwartych z rodzicami

MAMO, TATO

ĆWICZ Z NAMI NA WIOSNĘ

1. Powitanie rodziców i dzieci.
2. „Fala” – zabawa integracyjna; jedna osoba robi przysiad i wstaje i tak po kolei wszyscy.
3. „Witajcie...” – powitanie różnymi częściami ciała.
4. „Tunel”- rodzice w klęku podpartym jeden obok drugiego tworzą tunel, dzieci czołgają się na brzuchu pod tunelem.
5. „Sadzenie ziemniaków” – uczestnicy ustawieni w dwóch rzędach na przemian dziecko, rodzic; dziecko rozkłada woreczki w kółeczkach, obiega krążek i biegnie na koniec rzędu, a rodzic zbiera woreczki i daje następnemu dziecku w rzędzie, itd.
6. „Rzut do kosza” – ustawienie w dwóch rzędach, każdy w rzędzie otrzymuje jeden woreczek; w odległości ok.3m leży obręcz do której każdy po kolei oddaje jeden rzut. Wygrywa rząd z większą ilością trafionych woreczków.
7. „Marsz po linie” – przed każdym rzędem rozciągnięta skakanka, uczestnicy na sygnał przechodzą po linie stopa za stopa z woreczkiem na głowie, następnie schylają głowę i celują do obręczy.
8. „Kangurze skoki” – każdy z rzędów otrzymuje po jednym worku do skakania; do worka wchodzi dziecko i skacze do wyznaczonego miejsca, a następnie wraca tym samym sposobem i przekazuje worek dalej; rodzice asekurują dzieci.
9. „We dwoje raźniej” – rodzic i dziecko tworzą parę, której zwiążuje się nogi tak, by mogli wspólnymi siłami pokonać slalom między pachołkami i wrócić na koniec rzędu.
10. „Waga” – rodzic i dziecko stoją naprzeciw siebie, chwytają się za ręce i wykonują naprzemienne przysiady.

11. „Kołyska” – siedząc na podłodze rodzic obejmuje dziecko ramionami, nogami i tułowiem i delikatnie kołysze się na boki, do przodu.
12. „Skała” – rodzic w siadzie skulnym, dziecko próbuje przesunąć rodzica, potem zmiana ról.
13. „Turlanie” – rodzice leżą na brzuchu, dziecko turla się wzdłuż ciała rodzica, w górę i w dół.
14. „Iskierka” – zabawa integracyjna.
15. Podziękowanie za udział we wspólnej zabawie.