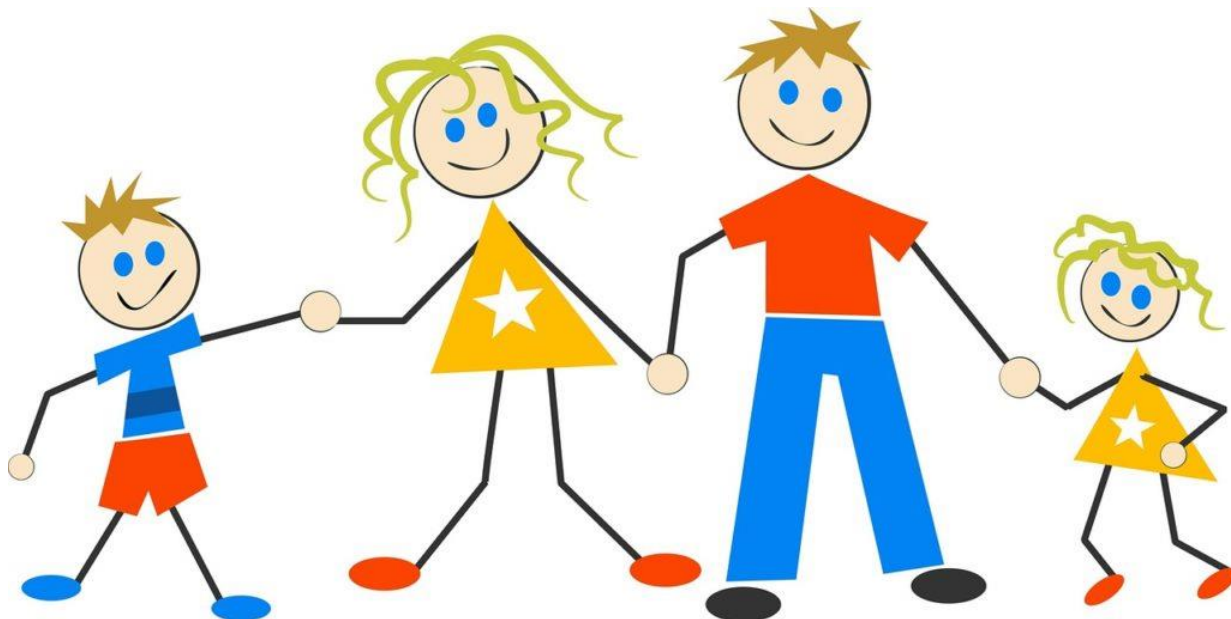


## Grupa VI

Tematyka tygodniowa: Tajemnice książek.



Temat dnia: Zabawy wg. Weroniki Sherborne.

Środa 06.05.2020r.

**Dzień dobry wszystkim, którzy odwiedzają naszą stronę!**

**Dziś już po raz czwarty zapraszamy Was do zabaw metodą ruchu rozwijającego wg. Weroniki Sherborne. Lubicie bardzo biegać po podwórku i mam nadzieję, że już niedługo będziecie mogli swobodnie poruszać się po placach zabaw, parkach i lasach.**

**A tymczasem wietrzmy pokój i zaczynamy.**

Do zabawy zapraszamy wszystkich domowników.

Zabawy na dobry początek:

1. „Iskierka „ – Wszyscy uczestnicy siedzą w kole, trzymając się za ręce. Prowadzący puszcza dwie iskielki w jednym kierunku przez uścisk dłoni sąsiada, który ten gest przekazuje dalej.
2. „Moje – twoje – lustro” – Dorosły siedzi w rozkroku na podłodze, zwrócony przodem do siedzącego dziecka. Partnerzy robią do siebie różne miny.
3. „Ruchoma podłoga” – Kiloro dorosłych leży obok siebie na brzuchu na podłodze. Dzieci ustawiają się z jednej strony leżącej grupy osób. Dzieci przeczolgują się po dolnej części pleców, po pośladkach i udach.

### Ćwiczenia kształtujące świadomość przestrzeni.

4. „Pełzanie” – Wszyscy leżą w rozsypanie na brzuchu lub na plecach. Poruszanie się po podłodze w przód i w tył – ruch wykonywany za pomocą rąk.
5. „Wagoniki – kierowcy” – Dorośli i dzieci siedzą na podłodze (każdy osobno, trzymając ręce przed sobą tak, jakby trzymali kierownicę). Wszyscy poruszają się po podłodze, pomagając sobie jedynie nogami, wydając dźwięki i odgłosy typowe dla ruchu ulicznego.

### Ćwiczenia oparte na relacji „z”.

6. „Fotelik” – Dorosły siedzi na podłodze z nogami wyprostowanymi, obejmując rękoma siedzące przed nim dziecko. Dziecko siedzi na udach odwrócone do niego plecami. Kołysanie dziecka na boki poruszanie się z nim w przód i w tył.
7. „Rolowanie na nogach dorosłego” – Dorosły siedzi na podłodze z wyprostowanymi nogami. Dziecko leży brzuchem na udach dorosłego. Dorosły kilkakrotnie delikatnie przetacza dziecko w kierunku stóp i odwrotnie.



8. „Wycieczka” – Dorosły stoi przed leżącym na podłodze dzieckiem. Dziecko leży na plecach z ramionami wyciągniętymi w tył. Dorosły, trzymając dziecko za dłonie i nadgarstki, lekko ciągnie je po podłodze.
9. „Huśtawka” – Dwoje dorosłych huśtają jedno dziecko, biorąc je za ręce i nogi.

### Ćwiczenia rozwijające relację „przeciwko”.

10. „Ciągnięcie” – Dorosły leży na plecach na podłodze, z rękoma i nogami rozłożonymi swobodnie na boki. Dzieci chwytają leżącego i próbują przesunąć go w inne miejsce.

11. „Paczka” – Dwoje dzieci siedzi przodem do siebie , mocno trzyma się za ręce i nogi. Jeśli jest jedno to samo robi z własnego ciała zamknięty węzełek. Dorośli próbują delikatnie rozpakować paczkę.
12. „ Twierdza” – Dorośli stoją w zwartym kręgu , trzymając się pod ręce – tworzą twierdzę. Dzieci lub dziecko siedzi wewnątrz „twierdzy”. Na sygnał dzieci próbują wydostać się na zewnątrz koła.

Ćwiczenia oparte na relacji „razem”.

13. „Tunel” – Dorośli klęczą tworząc tunel. Dzieci przechodzą na czworaka lub przeczołgują się pod klęczącymi.
14. „Mańka – wstańka” – Dorosły siedzi na podłodze przodem do dziecka, z nogami złączonymi i ugiętymi w kolanach, trzymając dziecko za ręce. Dziecko stopy układa na stopach partnera. Obaj partnerzy jednocześnie wstają, a potem siadają.



15. „Plecami do siebie” – Dorosły stoi lub siedzi plecami do dziecka, lekko opierając się o nie plecami, trzyma je pod łokcie. Partnerzy na przemian przerzucają ciężar ciała z jednej strony na drugą.
16. „Mała piramida” – Dorosły stoi naprzeciw dziecka w małym rozkroku, z nogami lekko ugiętymi w kolanach, trzyma dziecko za ręce. Dziecko staje na udach dorosłego , który lekko odchyła się w tył, dziecko zaś – cały czas trzymając dorosłego partnera za ręce – prostuje się i odchyła wyprostowany tułów do tyłu.
17. „Unoszenie – mała karuzela” – Dorosły stoi za dzieckiem , trzyma lub obejmuje je rękoma pod ramionami . Dorosły unosi dziecko do góry i obraca się z nim wokół własnej osi.

Wyciszenie.

18. „Plażowanie” – Dorośli i dzieci leżą na brzuchu w kręgu tak, aby wszyscy się widzieli. Machanie nogami, podnoszenie i opuszczanie złączonych nóg, „bicie braw, nogami” .
19. „Obroty w leżeniu” – Wszyscy leżą w kole, głowami do środka, trzymając się za dłonie. Na sygnał wszyscy obracają się w jednym, wyznaczonym kierunku.
20. „Iskierka” – Cała grupa siedzi w kole, trzymając się za ręce. Prowadzący puszcza iskierkę w formie „meksykańskiej fali” – unoszenie ściskanej dłoni do góry.