

## "Wiosenne zabawy"

### **Cele ogólne zabawy:**

- Kształcenie poczucia rytmu, wyobraźni muzycznej i ekspresji ruchowej dzieci.
- Usprawnianie procesów pobudzenia i hamowania.
- Rozwijanie umiejętności współdziałania podczas zabawy.
- Kształtowanie cech motorycznych poprzez zabawy z nietypowym przyborem.
- Wzmocnienie równowagi ciała, polepszenie koordynacji lewa – prawa strona ciała, rozładowanie zmęczenia i napięcia, kształcenie zdolności rytmiczno tanecznych.

### **ZABAWA nr 1**

Dzieci poruszają w dobrze przewietrzonym pomieszczeniu w rytm muzyki.

Na hasło:

- "kałuża" – przeskakują z nogi na nogę,
- "kropla" – wyskok w górę z przysiadem,
- "parasol" – przykucnięcie z rękami nad głową

### **ZABAWA nr 2**

#### **Zaczarowany las**

Rodzic wydaje polecenia. Dziecko wypełnia je w rytm muzyki odpowiednio do jego zaleceń.

- "Hokus – pokus, fiki – miki, skaczemy teraz jak pajacyki" – podskoki rytmiczne.
- "Aby odpocząć sobie przez malutką chwilkę, zamienię Ciebie teraz w motylka" – dziecko wiruje w koło w rytm muzyki.
- "Kto był leciutkim, ciężkim się staje i tańczy słoniowy taniec. Słoń wolno stawia swe ciężkie nogi i nachylony jest do podłogi." – czworakowanie z powolnym unoszeniem kończyn.
- "Hokus – pokus, czary – mary popatrz, jak skacze ten zajączek szary" – podskoki z naśladowaniem zajączków, zajączek rusza wąsikiem, stawia słupka (staje na tylnych łapach, prostuje tułów), nadstawia słuchy (uszy).
- "A teraz odwiedzą nas wielkie niedźwiedzie, które były w ulu na obiedzie" – powolny marsz w rytm muzyki, w pozycji pochylonej, trzymając się dłońmi za kostki u nóg.
- "Goniły pszczołki zgłodniałe misie, oj, chyba żądło wsadzą im dzisiaj" – swobodny bieg, poruszanie "skrzydełkami" (zgiętymi rękami) i naśladowanie bzykania pszczoły.

opracowała:

mgr Małgorzata Kozłowska