Scenariusz zajęć WWR z wykorzystaniem podłogi interaktywnej - Dorota Firmowska

Temat: ćwiczenia elongacyjne czynne

Cele:

* elongacja czynna kręgosłupa
* wzmacnianie mm wysklepiających stopy
* rozwijanie motoryki dużej
* rozwijanie percepcji wzrokowej
* poprawne , pod kątem korekcji, wykonywanie zadań ruchowych

Metody: zabawowa klasyczna, naśladowcza ścisła, interaktywna - podłoga interaktywna

Część wstępna:

Przygotowanie podłogi interaktywnej.

Rozgrzewka: pląs :” Bańkę łap”

Część główna:

Uczeń we wspięciu na palcach sięga trzymane nad jego głową klocki w kształcie figur geometrycznych - kwadrat , koło , trójkąt

Zabawa interaktywna “Figury geometryczne - uczeń odszukuje na macie wśród pojawiających się różnych figur geometrycznych - wybraną podczas ćwiczeń elongacyjnych figurę geometryczną i łapie ją i stawiając na niej swoje stopy.

Uczeń dmucha baloniki o różnych kolorach:

 - podbija je starając się , aby nie upadły na ziemię;

- podbija balony, których kolory podaje nauczyciel

- stara się we wspięciu na palcach wybić balon trzymany wysoko przez nauczyciela

- w leżeniu na brzuchu, rr prosto stara się wybić balon trzymany nad podłogą przez nauczyciela

Zabawa interaktywna “ Baloniki”

 - uczeń nadeptuje na spadające baloniki - zdobywa punkty za każdy “ pęknięty “ balon.

- uczeń nadeptuje na spadający balonik w określonym na początku rozgrywki kolorze

- uczeń nadeptuje na balonik we wskazanym przez nauczyciela kolorze - kolory podczas rozgrywki się zmieniają

Umawiamy się na określoną liczbę powtórzeń za każdym razem licząc ilość “ pękniętych” baloników

Przypominamy uczniowi, jak wygląda prawidłowa pozycja niska Klappa

Zabawa interaktywna “Skarby” - uczeń przyjmuje pozycję niską Klappa na macie przed zasypanym skarbem - obszernymi ruchami rąk odgarnia piasek i nazywa ukazujące się dinozaury (uczeń zna nazwy dinozaurów )

Część końcowa

Ćwiczenie wyciszające zabawa interaktywna “Ryby w wodzie” - uczeń chodzi swobodnie pomiędzy rybami krokiem posuwisty; kładzie się na brzuchu na wodzie i swobodnie “ łapie, “rozgarnia” ryby

Porządkuje salę po zajęciach.