

ZAJĘCIA DLA GRUPY STARSZEJ

Witajcie. Dzisiaj chciałam Was zaprosić do **OLIMPIADY SPORTOWEJ W SALONIE**. Razem z rodzicami i rodzeństwem obejrzyjcie przygotowane zdjęcia, a następnie z materiałów, które znajdziecie w domu (lub z niewielką modyfikacją) urządzcie sobie rodzinne zawody.





Zabawa nr 1. Przygotuj dwie rolki po ręczniku papierowym i balon (można zamienić na patyczki i rolkę papieru toaletowego). Za pomocą rolek podnosimy balon z podłogi i przemieszczamy się wokół stołu i krzeseł. Zrób 5 przysiadów trzymając balon za pomocą rolek.

Zabawa nr 2. W talerzykach papierowych wytnij koło. Z rolki po ręczniku papierowym utwórz trzpień (rolkę można zastąpić stojakiem na ręcznik, talerze – papierowymi kołami wyciętymi z kartonu). Celujemy do ustawionego na podłodze trzpienia – stojaka, odsuwając coraz dalej trzpień – stojak po kolejnym rzucie.

Zabawa nr 3. Np. z taśmy malarskiej naklej na podłodze labirynt. Zaznacz start i metę. Przeprowadź piłeczkę (pingpongową lub ze zgniecionego papieru) dmuchając w słomkę od startu do mety. Możecie zorganizować zawody między rodzeństwem, kto pierwszy na mecie.

Zabawa nr 4. Przygotuj dwie miski. Do jednej miski wrzuć kolorowe piłki (klocki). Bosymi stopami przekładaj piłki z jednej miski do drugiej. Możesz przy okazji nazywać kolory, liczyć piłki (klocki).

Zabawa nr 5. W plastikowej dużej butelce wytnij buzie. Możesz dokleić lub narysować mazakiem oczy, nos – tworząc Butelkowego Stworka. Z folii aluminiowej uformuj kulki. Celuj z różnych odległości do buzi Stworka. Każdy uczestnik zabawy może zrobić swojego Butelkowego Stworka, wygra ten kto wrzuci więcej lulek do swojej butelki.

Zabawa nr 6. W pudełku np. po butach wyciąć z pomocą kółko. Spróbuj do wyciętego otworu trafić piłeczką przechylając pudełko w różne strony.

Zabawa nr 7. Wytnij z pomocą stożki w plastikowych butelkach. Za pomocą pęsetki, kuchennych szczypców wkładaj piłeczki (fasolkę Jaś) do otworów w butelce.

Wiem, jak bardzo lubicie **zabawę w Piłkarzyki**, więc namawiam Was do zrobienia własnej gry, wykorzystując do tego duże kartonowe pudło, spinacze do bielizny, 6 patyczków w dwóch kolorach, piłeczkę pingpongową (patrz zdjęcie nr 8).

Domowe boisko można zrobić korzystając ze zdjęcia nr 9. Przyda się duża pokrywa wyklejona zielonym papierem, z narysowanymi liniami oraz 2 słomki i mała piłka. Dmuchając przez słomkę w piłkę staramy się trafić do bramki. Na tym boisku wystarczy dwóch piłkarzy.

Życzę udanej zabawy dla całej rodzinki.

KORZYŚCI Z PROPONOWANYCH ZABAW:

1. Uczestnicy ćwiczą koncentrację uwagi,
2. Doskonają koordynację wzrokowo ruchową,
3. Ćwiczą motorykę dużą i małą,
4. Rozwijają zręczność manualną,
5. Utrwalają kolory, przeliczanie,
6. Gracze współpracują ze sobą, rywalizują ze sobą przestrzegając zasad fair play
7. Zapoznają się i przestrzegają zasad gry
8. Dostosowują siłę do wykonywanej czynności
9. Uczą orientacji przestrzennej, kierunków
10. Dostarczają radości z wygranej, z osiągniętego celu