




Przykładowy SCENARIUSZ ZAJĘĆ NA BASENIE (WE WSPÓŁPRACY ZE SZKOŁĄ PODSTAWOWĄ NR 2 W CZĘSTOCHOWIE)	
MIEJSKIE PRZEDSZKOLE NR 38 CZĘSTOCHOWA	
Uczestnicy zajęć	Dzieci w wieku 5,6 lat, nauczycielka, instruktorzy, ratownik
Data:	07.02.2014R Przykładowy scenariusz zajęć realizowanych w okresie od 1.10.2014 (1x w tygodniu)
Opracowanie	BAEAT STOJEK,

NR OBSZARU 	RUCH POZA PRZEDSZKOLEM
	ZAJĘCIA ZORGANIZOWANE (obszar nr 6)

AKCJA - „ĆWICZYĆ KAŻDY MOŻE”		
TEMAT: NAUKA PŁYWANIA - ZABAWY W WODZIE		
OBSZAR / PODSTAWA PROGRAMOWA	OB.2, OB. 5	
UMIEJĘTNOŚCI / PODSTAWA PROGRAMOWA	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sprawnie, samodzielnie przebiera się w kostium kąpielowy 2. Myje się pod prysznicem, dezynfekuje nogi 3. Wykorzystuje przybory do zabaw i ćwiczeń 4. Doskonali koordynację ruchową, zmysł równowagi 5. Wyrabia u siebie nawyk świadomej dyscypliny 6. Potrafi współdziałać ze współćwiczącym 	
CEL OGÓLNY ZAJĘĆ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Podnoszenie ogólnej wydolności i wytrzymałości organizmu 2. Rozwijanie koordynacji nerwowo-mięśniowej oraz orientacji przestrzennej poszczególnych części ciała względem siebie 3. Obniżenie napięcia mięśniowego i rozluźnienie stawów, przy jednoczesnym wzmacniającym wpływie na cały układ ruchowy 4. Zmniejszenie pobudliwości układu nerwowego oraz łagodzenie napięcia i stresu 5. Nauka podstawowych umiejętności pływackich 6. Rozwój psychoruchowy i emocjonalny 7. Korekcja wad postawy oraz hartowanie organizmu. 	
TREŚCI PROGRAMOWE	Wykonywanie czynności samoobsługowych Rozwijanie sprawności ruchowej	
METODY PRACY	Czynna, słowna	
FORMY ORG.PRACY	Indywidualna, w parach, zespole	
1	PRZYGOTOWANIE	
Przygotowanie miejsce pomoce,	Basen przy sp nr 2 w Częstochowie- (Zajęcia realizowane na obszarze wody płytkiej na basenie), gumowe piłki, linka, makarony	
2	REALIZACJA	

	<p>Część wstępna</p> <p>1. Zorganizowanie grupy do kąpieli. Pobyt w szatni. W trakcie pobytu w szatni rozbieranie się, zakładanie kostiumów kąpielowych, wejście pod natrysk, dezynfekcja nóg.</p> <p>2. Wejście do wody- ustawienie się parami, wejście do wody , zanurzenie się.</p> <p>3. Zabawa z przysiadem- "Berek- krasnoludek". Dzieci stoją w luźnej grupie, dziecko „berek” stara się „zberkować” jak najwięcej osób. Aby nie zostać złapanym należy zanurzyć się po brodę do wody. Zabawa kończy się gdy wszystkie dzieci zostaną złapane lub na sygnał prowadzącego.</p> <p>Część główna</p> <p>1. Zabawa "Złap piłkę"- ćwiczenie w grupie. Ćwiczenie kończyn górnych, doskonalenie chwytu. Instruktor rzuca piłkę w stronę dzieci, która uderzając o wodę przyskakuje na ćwiczących; dzieci usiłują złapać piłkę. 2. Zabawa „Rozpylacz” Dzieci dobierają się parami, stoją do siebie przodem i wykonują klęk na dnie basenu, tak by mieć zanurzone w wodzie usta. Jedno z dzieci naśladuje rozpylacz mocno dmucha w stronę twarzy kolegi rozpryskując wodę.</p> <p>3. Zabawa „Nurkujące kaczki” Dzieci ustawiają się na głębszej części brodzika w rzędzie w odstępach pół kroku jedno od drugiego. Instruktorzy trzymają za końce linki i przesuwają się wzdłuż rzędu prowadząc ją po powierzchni wody. Stojący w rzędach, gdy zbliża się do nich linka , muszą nabrać powietrza i zanurzyć się. Gdy przeszkoda przesunie się dalej wynurzają się.</p> <p>4. Zabawa „Meduza” Dzieci stoją w rozsypanie. Głęboki wdech, przysiad w wodzie z głową na kolanach. Obejmują rękami kolana i nie zmieniając pozycji czekają aż woda wypchnie ich ciało na powierzchnię.</p> <p>5. Zabawa "Fotel" Trzymając makaron za plecami i pod pachami (opasanie od tyłu) w pozycji półleżącej, dziecko stara się płynąć w tył za pomocą ruchów nóg do stylu grzbietowego. Można stosować formę współzawodnictwa.</p> <p>Część końcowa</p> <p>1. Dowolne zabawy w wodzie. Dzieci samodzielnie wymyślają swoje własne zabawy: wykonują próby prymitywnego pływania, grają w piłkę.</p> <p>2. Zakończenie zajęć, czynności organizacyjno – porządkowe i higieniczne. Wyjście z wody, zebranie przyborów do zabaw . Zbiórka, przeliczenie dzieci. Przejście do szatni- wycieranie się, ubieranie, suszenie włosów.</p>
Dokumenty	Scenariusz zajęć