

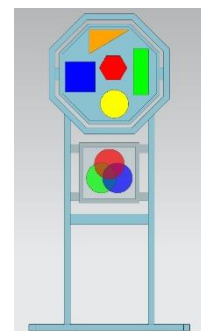
Ćwiczenie nr 3 „Zakodowana gimnastyka”

Nauczyciel zaprasza uczniów do tablicy sensorycznej. Nauczyciel mówi, że wszystkie kolory na tablicy są zakodowane.

Każdemu kolorowi przypisany jest inny kod, oznaczający inne ruchy.

Nauczyciel pokazuje kolory podstawowe oraz przypisane im ruchy:

- żółty - podskoki
- czerwony – ręce na biodra
- niebieski – zrobienie baloników z policzków



Kolory pochodne są połączeniem kolorów podstawowych, zatem są do nich przypisane po 2 ruchy:

- pomarańczowy – czerwony (ręce na biodra) + żółty (podskoki)
- zielony- niebieski (baloniki z policzków) + żółty (podskoki)
- fioletowy – czerwony (ręce na biodra) + niebieski (baloniki z policzków)

Dzieci maszerują lub swobodnie biegają przy tablicy. Na sygnał gwizdka dzieci zatrzymują się, a nauczyciel pokazuje jeden kolor podstawowy lub pochodny. Dzieci wykonują ruchy przyporządkowane do danego koloru podstawowego lub po dwa ruchy składające się na kolor pochodny.

Wskazówka:

Na początek należy kilkakrotnie wskazać barwy podstawowe, aby dzieci zapamiętały przyporządkowane do nich ruchy. Dopiero w drugiej części ćwiczenia należy wskazywać kolory pochodne.



CEL: ćwiczenie edukacyjne oraz ćwiczenie koordynacji ruchowej (motoryki dużej) oraz trening pamięci