

MISJA BOHATER KOSMOSU

Cele zabawy:

- rozwijanie sprawności i koordynacji ruchowej,
- poznanie historii prawdziwego astronauty jako inspiracji dla dzieci,
- wprowadzenie myślenia STEM (nauka, technologia, inżynieria, matematyka),
 - nauka współpracy i logicznego działania.

Przebieg zabawy:

Dziś polecimy w kosmos razem z prawdziwym astronautą – Neilem Armstrongiem, który jako pierwszy człowiek stanął na Księżycu. Musimy przygotować się do misji tak jak on!

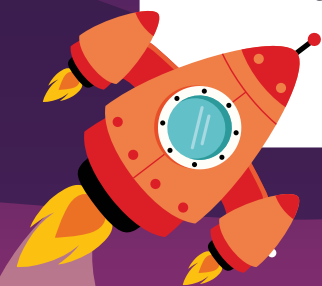
Zabawa podzielona jest na części:

- Budujemy raketę
 - Lot na księżyc
- Lądowanie na księżycu
 - Powrót na Ziemię

Do każdej części dzieci mają hasła aktywujące. Po ich wypowiedzeniu przez prowadzącego, dzieci wykonują określone w zabawie czynności.

Po przejściu wszystkich części prowadzący zadaje dzieciom pytanie:

Dlaczego Neil Armstrong zostawiał ślady na Księżycu?



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Trening Astronautów

Budujemy raketę

Dzieci stoją w szeregu i „budują raketę” z ciała:

Na hasło:

GÓRA

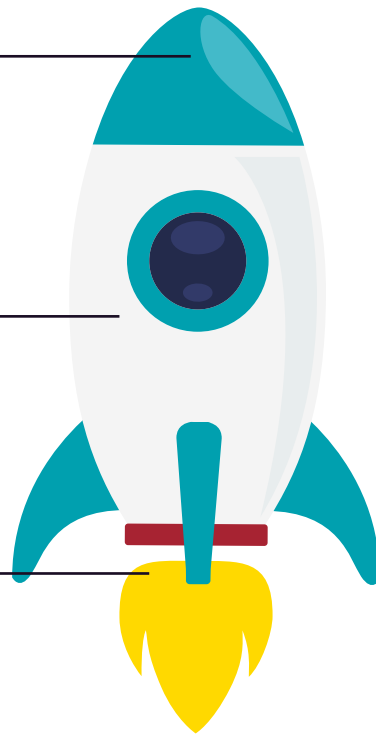
dzieci trzymają ręce w górze
(sprawdzanie kapsuły na czubku rakiety)

ŚRODEK

dzieci trzymają ręce na biodrach
(sprawdzanie systemów w korpusie rakiety)

DÓŁ

dzieci robią przysiady
(uruchamiają silniki)



Start w kosmos

Hasło aktywujące:

**Start rakiety! Wszyscy do miejsca startowego!
Kucamy i odliczamy!**

Dzieci kucają i odliczają od 10 do 0.
Na słowo "START!" – skok w górę.



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



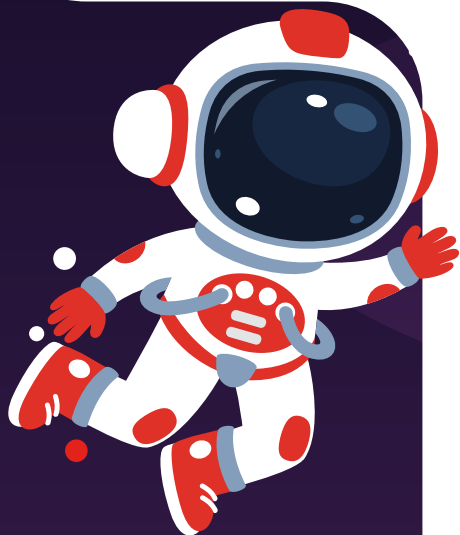
Województwo
Śląskie

Trening Astronautów

Lot na Księżyc

Hasło aktywujące:

Wznosimy się w kosmos!
Ruszamy w stronę Księżycy!



Chód w stanie nieważkości

Dzieci wykonują duże, wolne kroki.

Odbicie od planet

Dzieci wykonują slalom między przeszkodami. Przeszkodami mogą być:



poduszki



papierowy kubek



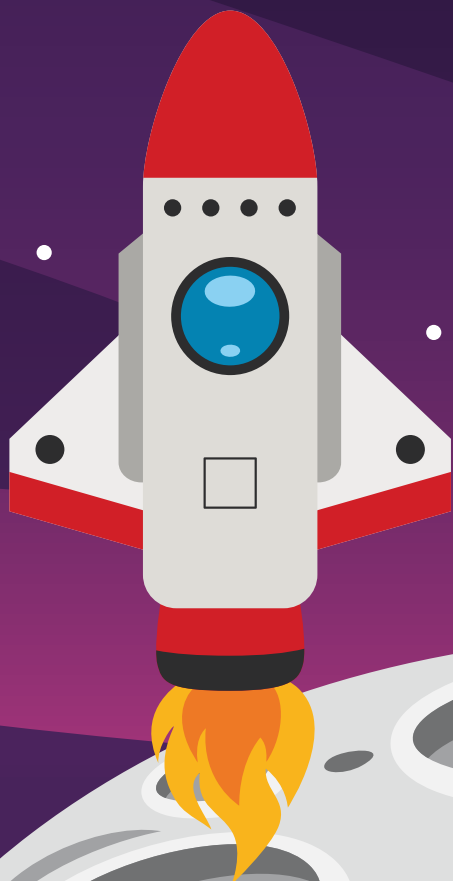
kartki papieru



zabawki

Kosmiczne skoki

Rakieta przelatuje przez kosmiczne szczeliny! Skaczemy w dal!



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Trening Astronautów

Lądowanie na księżycu

Hasło aktywujące:

Przygotujcie się na lądowanie na Księżycu!
Skaczemy miękko na powierzchnię!

Dzieci wykonują skoki w określoną strefę
(np. na matę), lądują jak astronauta.



Zbieranie próbek z Księżyca
Dzieci zbierają "księżycowe próbki" np. kulki
z papieru do pojemników



Powrót na Ziemię

Cel: Zrelaksowanie ciała, wyciszenie, kontrola oddechu

Hasło aktywujące:

Wspólnie wracamy na Ziemię. Chodzimy wolno,
czując naszą ziemską grawitację!

Dzieci chodzą w spokojnym tempie,
naśladując postawę astronauty.

Hasło aktywujące:

Uspokajamy nasze ciała po długiej podróży!
Rozciągamy ręce i nogi!

Rozciąganie ramion: ręce uniesione w górę,
powolne skręty w lewo i w prawo.

Siad na ziemi z wyprostowanymi nogami,
jedna noga przyciągnięta do siebie.

Hasło aktywujące:

Czas na relaks! Wdech... wydech... powoli
wracamy na Ziemię!

Dzieci wykonują spokojne ćwiczenia
oddechowe – wdech nosem, wydech ustami,
delikatne opuszczanie rąk.



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie