Realizacja zadania z obszaru 1 regulaminu

Ogólnopolskiej Akcji Ministra Edukacji Narodowej

„Ćwiczyć każdy może”

organizowanej w ramach Roku Szkoły w Ruchu

Galeria zdjęć

Scenariusz zajęć wychowania fizycznego klasa „0” i I SP

Data:25 lutego 2014r
Krąg tematyczny: *Bawimy się razem.*
Temat: Obwód stacyjny o charakterze zwinnościowo - zręcznościowym, kształtowanie cech motoryki: zwinności i zręczności.
Cele – Przewidywane osiągnięcia ucznia

- Przestrzega ustalonych reguł zabaw i gier
- Współpracuje w małych grupach
- Ćwiczy zwinność i zręczność
- Uczestniczy w zabawach z piłkami

Grupa wiekowa: 5,6 i 7-latki
Prowadzący zajęcia: wychowawcy klas „0” i I SP

Tok lekcji	**Treść i przebieg ćwiczeń**	**Uwagi**
Wprowadzenie do zajęć 2’	Nauczyciel opowiada baśń „W Królestwie Ósmej Tajemnicy” – uczniowie ilustrują jej treść ruchem. Opowiadanie kończy się wyznaczeniem celu „Ocalenie Księżniczki”, aby go osiągnąć uczniowie muszą wykonać 5 zadań – (stacje).	Przygotowanie do pokonania przeszkód .
Rozgrzewka: 5’	Zabawa bieżna: ”Wyścig rydwanów” (uczestnicy zabawy dobierają się trójkami, na każdą trójkę jedna laska gimn.). Dwóch uczniów chwyta za końce laski, trzeci chwyta za laskę po środku. Na sygnał zaczyna się wyścig. Wygrywa ten rydwan, który szybciej pokona odcinek od startu do mety.	W następnych wyścigach następuję zmiana ćwiczących.
10’	Ćwiczenia z papierowymi kulkami: - uczniowie przekładają kulkę z ręki do ręki przed sobą i za sobą,	

	- podrzucają kulkę, klaszczą w dłonie i chwytają, - w siadzie z wyprostowanymi nogami kładą piłkę na stopach i unosząc je, pozwalają im się zsunąć, - leżąc na brzuchu przekładają kulki przed sobą z ręki do ręki, - z kulką na głowie próbują usiąść w siadzie skrzyżnym i wstać, - skaczą wokół swojej gazetowej kulki najpierw na prawej, potem na lewej nodze. **Podział uczniów na 6 osobowe zespoły** Nauczyciel objaśnia zadania wykonywane na kolejnych stacjach (zespoły wykonują swoje zdania na stacjach i po 4 minutach, na sygnał nauczyciela, przechodzą na następną stację w różnych pozycjach: na czworakach, w przysiadzie, tyłem, skacząc na jednej nodze.	Pomoc słabszym w wykonywaniu ćwiczeń. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa.
Część główna 20’	I STACJA – (zadanie 1) – „Nad przepaścią” Przejście po ławeczce z woreczkiem na głowie	Zwrócić uwagę na prawidłową postawę.
	II STACJA – (zadanie 2) – „Wieże” Dzieci leżą na brzuchach w odległości dwóch metrów od miejsca, gdzie są ustawione kręgle. Piłką toczoną sprzed klatki piersiowej starają się strącić kręgle. Ten, kto strąci kręgle ostatni, może je ustawić w wybrany przez siebie sposób.	
	III STACJA – (zadanie 3) – „Kolanko” – zabawa z piłką . Uczniowie rzucają do siebie piłkę. Ten, kto jej nie złapie, klęka najpierw na jednym kolanie, a potem na obu. Po udanym chwycie może powrócić do pozycji wyjściowej	
	IV STACJA – (zadanie 4) – „Z górki ” Dzieci wchodzą na czworakach na ławeczkę zaczepioną jednym końcem na drabinkach lub wspinają się po drabinkach, a następnie zjeżdżają z ławeczki na brzuchu lub na plecach (nogami w dół).	Asekuracja nauczyciela
	V STACJA – (zadanie 5) – „ Rzuty do celu”	

	Dzieci celują woreczkami do koszyka ustawionego w odległości około dwóch metrów.	
Część końcowa 8’	- Marsz na palcach z gazetą rozpostartą nad głową. - W marszu zgniecenie gazety w kulkę palcami jednej ręki. - Dzieci siadają w kole, każde w prawej ręce trzyma kulę, a lewą układa w kształcie miseczki. Do słów rymowanki *To, co mam, to ci dam,* przekłada rytmicznie gazetową kulkę ze swojej „miseczki” do „miseczki” sąsiada z prawej strony. Wypowiadając słowo *dam,* wszyscy równocześnie zostawiają kulki w dłoniach sąsiadów. - W kole nauczyciel rozpoczyna zdanie – uczniowie kończą: • Na lekcji najtrudniejsze było……..… • Uważam, że zajęcia były……. Nauczyciel oceniając zaangażowanie uczniów w realizację przydzielonych zadań, dziękuje za ocalenie księżniczki.	Uspokojenie organizmu Ewaluacja

Galeria zdjęć