

SCENARIUSZ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

w klasie III - IV

Prowadzący Piotr Janicki

Klasa – III - IV termin:25.02.2022

Liczba ćwiczących – 7

Miejsce – sala do ćwiczeń

Przyrządy i przybory – szarfy, drabinki, materace gimnastyczne, ławeczki gimnastyczne, chusta, piłka nożna, kamera do uwiecznienia przebiegu lekcji

Temat: Zabawy ruchowe z elementem rywalizacji.

Cele lekcji:

- aktywne uczestnictwo w różnorodnych zabawach ruchowych
- respektowanie zasad podczas zabaw
- wdrażanie do rywalizacji
- współpraca uczniów w zadaniach ruchowych
- kształtowanie sprawności motorycznej
- kształtowanie orientacji przestrzennej, spostrzegawczości

Metody:

- metoda zabawowa
- metoda zadaniowa
- metoda problemowa
- gra szkolna

Formy prowadzenia zajęć:

- forma frontalna
- forma indywidualna
- forma zajęć w zespołach

Przebieg lekcji:

1. Czynności organizacyjne – zbiórka
2. Zabawa „znajdź szarfę” – zadaniem uczniów jest znalezienie szarf ukrytych w sali do ćwiczeń
3. Zabawa ożywiająca „Berek ogonek” – uczniowie mają zaczepione z tyłu szarfy „ogonki”, uczniowie biegną po sali i starają się zabrać jak najwięcej szarf
4. Zabawa orientacyjno-porządkowa „Powódź” – uczniowie na różne hasła nauczyciela wykonują odpowiednie zadanie: „powódź”- wejście na drabinki, „burza” – wejście pod materac, „góra” – wejście na ławkę zaczepioną o drabinkę, „domek” wejście do oznaczonego pola, „tunel” – wykonanie podporu przodem z uniesionymi wysoko biodrami (osoba, która zareaguje najpóźniej musi przejść pod wszystkimi „tunelami”)

5. Ćwiczenia w parach – uczniowie w parach na zasadzie rywalizacji i zabawy wykonują ćwiczenia – wyścigi:
 - jedna osoba z pary wykonuje klęk podparty, druga siada na grzbiecie (poruszanie się w klęku podpartym przez długość sali)
 - jedna osoba z pary wykonuje leżenie tyłem z uniesionymi w górę nogami, druga osoba chwyta za nogi (ciągnięcie partnera przez długość sali)
 - bieg w parach, trzymając się za ręce
6. Zabawa skoczna „Zające i krokodyl” – uczniowie „zające” skaczą, starają się przedostać przez „rzekę”, którą wyznacza linia. Po rzece porusza się krokodyl (na czworaka) i stara się schwytać zające. Osoba schwytana staje się krokodylem.(tak aby uczeń mógł dalej uczestniczyć w zabawie). Wygrywają 3 osoby, które nie zostaną schwytane.
7. Zabawa z mocowaniem „Tratwa”. Uczniowie są podzieleni na 2 drużyny. Każda drużyna ma do dyspozycji 2 materace. Zadaniem drużyny jest przejść jak najszybciej z jednego końca sali na drugi bez dotykania stopami podłogi (poruszając się po materacach).
8. Gra szkolna w piłkę nożną (sędziuje nauczyciel).
9. Zabawa uspokajająca .
10. Podsumowanie lekcji, omówienie, podziękowanie uczniom.
11. Odtworzenie scenariusza zajęć na tablicy interaktywnej.