



# GRA TERENOWA, ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

TOMASZ FROŁOWICZ  
JOANNA KLONOWSKA  
MAŁGORZATA POGORZELSKA

## SCENARIUSZ LEKCJI

Lekcja nr 3, cykl „Aktywność na rozruch i budowanie zespołu” – wrzesień

Program nauczania wychowania fizycznego dla szkoły podstawowej

opracowany w ramach projektu

„Tworzenie programów nauczania oraz scenariuszy lekcji i zajęć wchodzących w skład zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces kształcenia ogólnego w zakresie kompetencji kluczowych uczniów niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach  
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

WARSZAWA 2019

Redakcja merytoryczna – Anna Kasperska-Gochna

Recenzja merytoryczna – Paweł Łucyk

dr Olga Smoleńska

Jadwiga Iwanowska

dr Beata Rola

Redakcja językowa i korekta – Editio

Projekt graficzny i projekt okładki – Editio

Skład i redakcja techniczna – Editio

Warszawa 2019

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Aleje Ujazdowskie 28

00-478 Warszawa

[www.ore.edu.pl](http://www.ore.edu.pl)

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons –  
Użycie niekomercyjne 4.0 Polska (CC-BY-NC).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl>

## Temat lekcji:

Gra terenowa, rozwiązywanie problemów (R.W.1, B.W.2, E.W.1, K.2, KK.5).

## Klasa: I, płeć: dziewczęta, liczba uczniów: 21

### Cele

Uczeń:

- wiedza: wyjaśnia związek między sprawnością fizyczną a zdrowiem i dobrym samopoczuciem,
- zastosowanie wiedzy w działaniu: podejmuje działania zapobiegające ryzyku urazu w czasie aktywności fizycznej,
- kompetencje społeczne i kluczowe: w trakcie gier ruchowych poszukuje niestandardowych rozwiązań,
- motoryczność: kształtowanie sprawności z akcentem na zwinność.

### Metody wspierania rozwoju wiedzy i umiejętności:

pogadanka, obserwacja, zajęcia praktyczne, burza mózgów, drama problemowa, gra dydaktyczna

### Metody realizacji zadań ruchowych:

zabawowa, problemowa

### Formy organizacji aktywności uczniów:

frontalna, zespołowa

### Środki dydaktyczne:

plansza z 50 polami, 50 kartek z numerami od 1 do 50, karta pracy z 50 zadaniami dla zespołów, kostka do gry, pionki, materiały potrzebne do wykonania zadań: kubki plastikowe, słomki, gazety, taśma klejąca, małe piłeczki w czterech kolorach, koc, cztery pojemniki, mazaki, szary papier, karta pracy – krzyżówka na temat czynników pozytywnie i negatywnie wpływających na zdrowie

### Przebieg lekcji

#### Czynności związane z rozpoczęciem lekcji (4 minuty)

Nauczyciel podaje temat i główne zadania uczniów w czasie lekcji. Uczniowie wyjaśniają związek między sprawnością fizyczną a zdrowiem i dobrym samopoczuciem, z akcentem na rolę snu i poziomu kortyzolu jako czynnika niezwykle istotnego dla zdrowia.

### **Realizacja celów lekcji (4 minuty)**

Zabawa „Przesiadają się wszystkie osoby, które...”: wszyscy uczniowie siedzą w kole. Prowadzący (stojąc pośrodku kręgu) rozpoczyna zabawę słowami: „przesiadają się wszystkie osoby, które tak jak ja lubią... (np. truskawki, sport, wstawać wcześniej rano, matematykę, muzykę, lody, itp.)”. Uczeń, który nie znajdzie miejsca, staje w środku i podaje nową instrukcję.

### **Realizacja celów lekcji (32 minuty)**

Gra terenowa „Chaos”: Gra odbywa się w terenie – najlepiej z dużą ilością miejsc, gdzie można umieścić polecenia. Uczniowie, licząc do czterech, dzielą się na 4 drużyny pięcioosobowe. Wszystkie grupy wybierają swojego kapitana. Każdy z kapitanów rzuca kostką i staje na wyrzuconym polu z numerem od 1 do 50. Drużyna może pójść dalej (rzucić ponownie kostką), jeśli odnajdzie numer w terenie, pod którym ukryte jest zadanie do wykonania dla całego zespołu, i zrealizuje je przy nauczycielu. Wygrywa drużyna, która jako pierwsza stanie na polu z numerem 50.

### **Realizacja celów lekcji i podsumowanie zajęć (2 minuty)**

Uczniowie podsumowują informacje na temat czynników wpływających pozytywnie i negatywnie na zdrowie. Nauczyciel wskazuje uczniów, którzy w trakcie gry niestandardowo rozwiązywali zadania w zespole.

### **Czynności motywacyjne związane z aktywnością pozaszkolną i zapowiedź kolejnych zajęć (3 minuty)**

Nauczyciel podsumowuje rezultaty, jakie osiągnęli uczniowie podczas zajęć. Następnie wyróżnia zespół lub zespoły najlepiej współdziałające i ocenia ich wysiłek zgodnie z zasadami oceniania przyjętymi w programie ZdK. Zapowiada kolejny cykl – „Atletykę terenową”. Zajęcia będą kontynuowane w terenie (należy przygotować odpowiedni strój sportowy).

## **Komentarz metodyczny**

Gra terenowa „Chaos” zawiera wiele zadań, które wymuszają współdziałanie w zespole i decydują o powodzeniu drużyny. Powinny być to zarówno zadania ruchowe (np. zaśpiewanie i zatańczenie, ułożenie puzzli, odwrócenie ubrań na drugą stronę), jak również zadania problemowe, np. zbudowanie „jajkochronu” (konstrukcji dla jajka, która pozwoli jej bezpiecznie wylądować na ziemi), zbudowanie mostu z gazety, który zawiśnie między przeszkodami, rozwiązanie krzyżówki na temat czynników pozytywnie i negatywnie wpływających na zdrowie, przełożenie koca na drugą stronę, stojąc na nim całą drużyną. Do tej gry należy przygotować plansze z 50 lub 100 polami, kostkę i tyle pionków,

ile jest drużyn. Następnie w terenie, na którym zaplanowaliśmy lekcję, należy rozwiesić 50 lub 100 kartek z numerami zadań. Grę rozpoczyna się z jednego miejsca, w którym rozstawiona jest plansza z polami (numerami). Aby budować pozycję uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych w zespole, należy eksponować ich mocne strony. Może temu służyć powierzanie im istotnych dla funkcjonowania grupy ról. Również planując grę „Chaos”, część treści może eksponować niektóre ich talenty.