



GRA PIŁKA DO KAPITANA, RZUT NA BRAMKĘ

TOMASZ FROŁOWICZ
JOANNA KLONOWSKA

SCENARIUSZ LEKCJI

Lekcja nr 7, cykl Gry z elementami piłki ręcznej, w listopadzie

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 – Elżbieta Miterka
Recenzja merytoryczna – Paweł Łucyk
dr Olga Smoleńska
Agnieszka Ratajczak-Mucharska
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

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 piłka do kapitana, rzut na bramkę (R.U.3, A.W.1,3, A.U.1,2)

Klasa: 5 Płeć: dziewczęta i chłopcy Liczba uczniów: 21

Cele:

Uczeń:

- wiedza: omawia przepisy gry „piłka do kapitana”,
- zastosowanie wiedzy w działaniu: demonstruje jedno ćwiczenie rozwijające orientację przestrzenną, zdolność łączenia ruchów i zdolność reakcji,
- umiejętność ruchowa: stosuje podanie, chwyt i rzut piłki do celu w ruchu,
- motoryczność: kształtuje sprawność z akcentem na orientację przestrzenną.

Metody wspierania rozwoju wiedzy i umiejętności:

pogadanka, obserwacja, zajęcia praktyczne

Metody realizacji zadań ruchowych:

zadaniowo-ściska, zabawowa

Formy organizacji aktywności uczniów:

frontalna, zespołowa

Środki dydaktyczne:

2 materace, piłki ręczne, pachołki, szafy, piłki fitball

Przebieg lekcji

Czynności związane z rozpoczęciem lekcji (2')

Nauczyciel podaje temat i główne zadania uczniów w czasie lekcji. Uczniowie przypominają, czym są zdolności koordynacyjne, wyróżniają te, które szczególnie występują w trakcie gier zespołowych.

Rozgrzewka i realizacja celów lekcji (11')

Gra „Twierdza”. Nauczyciel dzieli klasę na dwie drużyny, z których jedna tworzy koło zewnętrzne, a druga wewnętrzne. Zaznacza zasięg pola, w którym mogą poruszać się uczniowie. W środku wewnętrznego koła ukryty jest „skarb”. Zadaniem drużyny atakującej jest rzucenie piłki w taki sposób, aby trafić schowany w środku twierdzy „skarb”. Drużyna broniąca stara się nie dopuścić do trafienia.

Zabawa z elementami koordynacji „Kto pierwszy”. Uczniowie są ustawieni w parach w dwóch rzędach, między nimi w odległości 2 m znajduje się pachołek. Na sygnał nauczyciela wykonują ćwiczenie wzmacniające, a na kolejny sygnał rywalizują, który

z uczniów jako pierwszy pochwyci pacholek. Następuje zmiana o jedno miejsce. Później zmieniają ćwiczenia wzmacniające i położenie: przodem, tyłem, bokiem. Za pochwycenie pacholka uczeń otrzymuje punkt. Następnie uczniowie demonstrują wybrane przez siebie ćwiczenie koordynacyjne.

Realizacja celów lekcji (8')

„Żywe bramki”. Uczniowie podzieleni na dwa zespoły. Jeden z nich w parach łapiąc się za ręce, tworzy „żywe bramki”. Drugi zespół, podając piłkę w parach, trafia do celu. „Żywe bramki” poruszają się swobodnie na połowie sali. Po 3 minutach zmiana ról. Zabawa rzutna „Piłka parzy”. Uczniowie zostają podzieleni na dwie drużyny. Dwie osoby z jednej drużyny ustawiają się naprzeciwko siebie i toczą między sobą piłkę fitball. Pozostali uczniowie z drużyny stoją w odległości 5 m od nich, próbując trafić piłkami ręcznymi w toczoną piłkę. Za trafienie zdobywa się 1 pkt. Zabawa rozgrywa się równocześnie na dwóch polach. Wygrywa zespół, który zdobędzie najwięcej punktów.

Realizacja celów lekcji (12')

Gra „Piłka do kapitana”. Przypomina ona grę w piłkę ręczną, z tą różnicą, że zamiast bramki na każdym końcu boiska leży materac, a na nim stoi kapitan wyznaczony przez swoją drużynę. Gra rozpoczyna się ze środka boiska. Zadaniem każdej z drużyn jest podanie piłki do swojego kapitana, wówczas drużyna zdobywa punkt, a drużyna przeciwna rozpoczyna swoją akcję wyrzutem zza linii końcowej. W czasie gry nie wolno biegać, kozłując lub trzymając piłkę, potrącać i popychać rywali ani wrywać piłki, gdy ktoś ją trzyma. Nie wolno także nikomu dotykać materaca, na którym stoi kapitan, ten zaś w czasie łapania piłki nie może oderwać nóg od materaca. Jeśli któraś drużyna wyrzuci piłkę poza boisko, grę rozpoczyna zespół przeciwny.

Realizacja celów lekcji i podsumowanie zajęć (4')

Uczniowie podsumowują informacje dotyczące zdolności koordynacyjnych i pokazują ćwiczenie rozwijające orientację przestrzenną oraz zdolność łączenia ruchów. Nauczyciel wyróżnia uczniów, którzy zapamiętali najwięcej zasad taktycznych w obronie i ataku i zastosowali je w grze „Piłka do kapitana”.

Czynności motywacyjne związane z aktywnością pozaszkolną i zapowiedź kolejnych zajęć (8')

Nauczyciel podsumowuje rezultaty, jakie osiągnęli uczniowie podczas zajęć. Następnie ocenia ich wysiłek i wyróżnia wszystkich aktywnych oraz zapowiada kontynuację ćwiczenia umiejętności z zakresu piłki ręcznej.

Komentarz metodyczny

Aby wszyscy uczniowie aktywnie uczestniczyli w lekcji, poziom zabaw i gier nie powinien być zbyt trudny. Wymagania dotyczące umiejętności z zakresu gier sportowych należy dostosowywać także do możliwości uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Należy różnicować trudność ćwiczeń oraz stosować przybory ułatwiające wykonanie zadań. Warto również przewidzieć czas, aby uczniowie, którzy tego potrzebują, mogli wykonywać niektóre ćwiczenia z bezpośrednią pomocą nauczyciela. Należy pamiętać, aby stwarzać wszystkim uczniom okazję do pełnienia różnych ról, np. organizatora, sędziego, kibica.