JAKI RUCH POMAGA W NAUCE?

RENATA PASYMOWSKA

SCENARIUSZ LEKCJI

Program edukacji wczesnoszkolnej w szkole 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

Fundusze Europejskie Wiedza Edukacja Rozwój

ORE Ośrodek Rozwoju Edukacji

Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

Redakcja merytoryczna – Agnieszka Karczewska-Gzik
Recenzja merytoryczna – mgr Maria Ferenc
mgr Jadwiga Iwanowska
Agnieszka Ratajczak-Mucharska
mgr Urszula Borowska

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

Fundusze Europejskie Wiedza Edukacja Rozwój
ORE Ośrodek Rozwoju Edukacji
Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

Czas trwania zajęć:
2 godz. lekcyjne.

Temat:
Jaki ruch pomaga w nauce?

Cele główne:
- doskonalenie umiejętności przeskakiwania przez skakankę, kręcenia kółka hula-hop, chodzenia po równoważni, na szczudłach i po kamieniach,
- wdrażanie do koordynacji ruchowej,
- przybliżenie wiedzy na temat rozwoju ruchowego człowieka,
- kształtowanie wytrwałości.

Cele operacyjne – uczeń:
- doświadczy różnorodnych aktywności ruchowych, udoskonali sprawność w zakresie ćwiczeń z przyborem, wykaże się wytrwałością i cierpliwością, wymieni korzyści, jakie przynoszą ćwiczenia gimnastyczne, ukaże swoje mocne strony.

Metody:
gry i zabawy ruchowe, obwód stacyjny, praktycznego działania.

Formy pracy:
zbiorowa, grupowa, indywidualna.

Środki dydaktyczne:
skakanki, kółka hula-hop, sprzęt do chodzenia na szczudłach, plastikowe kamienie, ławka gimnastyczna, kółka ringo, komputer i projektor.

Przebieg zajęć:
1. **Zapoznanie z tematem i celami zajęć, określenie NaCoBeZU –** wytrwałość, doskonalenie sprawności, zapamiętywanie wiadomości, koordynację ruchową.
2. **Prezentacja w klasie dotycząca rozwoju ruchowego człowieka i wpływu ruchu na jakość pracy mózgu.** Uczniowie zapamiętują wiadomości dzięki obrazom, opisom i demonstracjom ruchowym.
3. **Wyjście do sali gimnastycznej.** Uczniowie przebierają się w stroje i obuwie sportowe.
4. **Rozgrzewka.** Nauczyciel tak organizuje ćwiczenia, by uczniowie doskonalili ruchy naprzemienne.
5. **Zabawa ruchowa** „Gniazdka". Uczniowie biegają wokół kółek ringo leżących na podłodze, na sygnał muszą usiąść na wolnym gniazdku. W każdej rundzie brakuje jednego kółka.

6. **Prezentacja użycia przyboru gimnastycznego.** Nauczyciel prezentuje, jak zastosować przygotowany sprzęt sportowy.
7. **Wyznaczenie obwodu stacyjnego.** Podział na zespoły.
8. **Doskonalenie umiejętności w kolejnych stacjach.** Uczniowie przechodzą stacje, zatrzymując się w każdej na kilka minut, by doświadczyć pracy z przyborem.
9. **Prezentacje umiejętności.** Chętne dzieci prezentują swoje możliwości w zakresie doskonalonych sprawności.
10. **Gra zręcznościowa z wykorzystaniem chust animacyjnych.** Uczniowie odbijają piłeczkę tak, aby nie upadła. Wygrywa zespół, który wykona najwięcej odbić.
11. **Wyciszenie i uspokojenie.** Uczniowie wykonują leżenie tyłem i rozciągają napięte mięśnie.
12. **Powrót do sali lekcyjnej i przypomnienie wiadomości na temat skuteczności wykonywanych ćwiczeń.**
13. **Ocena zaangażowania uczniów.** Uczniowie spontanicznie wypowiadają się na temat swojej sprawności, określają, w czym są mistrzami, wygłaszają pochwały pod kierunkiem rówieśników. Nauczyciel czuwa nad tym, by każde z dzieci zostało w jakiś sposób zauważone.
14. **Podsumowanie zajęć.** Przypomnienie, jaki ruch pomaga w nauce.

Komentarz metodyczny:

Ćwiczenia koordynacji ruchowej są bardzo istotne w procesie integracji sensorycznej uczniów ze SPE. Wdrożenie ich do systematycznego wykonywania ruchów naprzemiennych poprzez uprawianie sportu jest wielkim sukcesem. Nawet jeśli na początku sobie z nimi nie radzą, z czasem osiągną w tym zakresie mistrzostwo.