W ZESPOLE RAŹNIEJ. GRY I ZABAWY SPORTOWE

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:
W zespole raźniej. Gry i zabawy sportowe.

Cele główne:
- uświadomienie uczniom, że będąc członkiem zespołu, wpływa się na jego sukces,
- wdrażanie dzieci do właściwych postaw sportowych, a także do przestrzegania norm i zasad obowiązujących w zespole,
- doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej, gibkości, precyzji i celności,
- stwarzanie uczniom okazji do odnoszenia sukcesów i poznania swoich mocnych stron.

Cele operacyjne – uczeń:
- respektuje zasady gier i zabaw, właściwie reaguje na porażkę i sukces, walczy o zwycięstwo grupy, panuje nad emocjami, angażuje się w działania zespołowe.

Metody:
gry i zabawy ruchowe, ruchu rozwijającego, kinezjologii edukacyjnej.

Formy pracy:
zbiorowa, grupowa, indywidualna.

Środki dydaktyczne:
miękkie piłki, taśma malarska do zaznaczenia linii.

Przebieg zajęć:
1. **Zapoznanie z tematem i celami zajęć, określenie NaCoBeZU –** przerzucanie, chwytanie piłki, współdziałanie z partnerem, przestrzeganie zasad gier i zabaw.
2. Rozgrzewka ciała i ducha:
   - **trucht rytmiczny wokół sali.** Uczniowie utrzymują równe odległości między sobą, nie przyspieszają tempa, nauczyciel zwraca uwagę na to, jak wygląda sylwetka dziecka, jak podnosi stopy, czy rytmicznie, płynnie porusza ramionami;
   - **podskoki naprzemienne wokół sali –** zwracamy uwagę na płynność ruchów, wydłużanie bądź wznoszenie skoku;
   - **przeplatanka –** rytmiczne naprzemienne stawianie stóp;
   - ćwiczenia naprzemienne na obwodzie koła (kinezjologia edukacyjna);

- **zabawa ruchowa „Morze"**. Uczniowie wyobrażają sobie przed sobą fale morskie; gdy słyszą hasło „przypływ", robią krok do tyłu, gdy padnie komenda „odpływ", wykonują krok do przodu, słowo „cisza" jest rozkazem do stania w bezruchu;
- **swobodne zabawy z piłką.**

3. **Gra sportowa „Karniaki":** uczniowie ustawieni są po dwóch stronach boiska w równolicznych drużynach. Każdy zespół rozdziela się na trzy szeregi, tzw. fale. Zawodnicy mogą poruszać się na prawo i lewo, a także robić niewielkie ruchy do przodu i tyłu. Bronią wyznaczonej przestrzeni: środka, przodu lub tyłu. Określamy linie autowe. Uczniowie mogą rzucać piłkę tylko zza głowy oburącz. Ważne, by przeleciała na stronę przeciwnika. Zawodnicy z przeciwnej drużyny muszą złapać piłkę i odrzucić ją w taki sam sposób. Każdy upadek piłki to punkt karny, czyli karniak. Gdy któraś z drużyn odniesie 5 porażek, następuje przejście fal – ta, która była z przodu, idzie na koniec, ta ze środka do przodu, a fala z końca przemieszcza się na środek. Po pełnym przejściu fal zmieniamy się boiskami. Zawsze rozpoczyna rundę drużyna przegrana. Nauczyciel decyduje o tym, kiedy zakończyć rozgrywki. Za każdym razem przypomina o zasadach gry. Po zakończonym meczu nagradza najbardziej zaangażowanych zawodników.
4. **Zabawa sportowa „Przerzucanie":** uczniowie znowu występują w dwóch równolicznych zespołach na innej połowie boiska. Każdy zawodnik ma jedną piłkę i stoi w dowolnym miejscu. Na hasło „start" wszyscy gracze jednocześnie rzucają swoją piłkę na połowę przeciwnika, następnie jak najszybciej zbierają wszystkie piłki ze swojej przestrzeni i przerzucają ją na tę należącą do drużyny przeciwnej. Nie wolno odbijać i kopać. Wolno przerzucać jednocześnie kilka piłek. Gdy zawodnicy usłyszą gwizdek, stają nieruchomo, następnie przeliczają piłki na swojej połowie. Wygrywa ta drużyna, która będzie miała ich mniej. Nauczyciel decyduje o ilości rund.
5. **Wyciszenie zespołu, uspokojenie emocji i bicia serca:** uczniowie siadają w siadzie skrzyżnym z piłką i toczą ją wokół swego ciała, następnie wykonują ćwiczenia oddechowe, relaksacyjne i rozciągające według pomysłu nauczyciela.
6. **Uporządkowanie sali gimnastycznej i ocena postaw uczniów.** Nauczyciel analizuje zachowanie uczniów. Docenia każdy pozytywny aspekt sportowego zaangażowania, zwłaszcza u uczniów ze SPE.
7. **Podsumowanie zajęć.** Uczniowie omawiają jakość gier i zabaw, w których wzięli udział.

Komentarz metodyczny

Zanim przejdziemy do skomplikowanych zasad w grach i zabawach, warto nauczyć dzieci radzenia sobie z własnymi emocjami, by mogły pokonywać same siebie. Duża dawka ćwiczeń naprzemiennych skoordynuje ich ciało, a zabawy rytmiczne nauczą je podporządkowania, zwłaszcza uczniów ze SPE. Sukcesy sportowe dodadzą im sił do codziennego mierzenia się z rzeczywistością szkolną.