**KONSPEKT NA WARSZTATY METODYCZNO – SZKOLENIOWE**

**NAUCZYCIELI EDUKACJI WCZESNOSZKOLNEJ**

**Temat: Zabawy i gry ruchowe z wykorzystaniem przyborów gimnastycznych.**

**Cele główne lekcji w zakresie:**

1. **Umiejętności:**  poprawność wykonywania ćwiczeń doskonalących elementy techniki,
2. **Motoryczności:** kształtowanie szybkości reakcji, szybkości, orientacji, koordynacji ruchowej.
3. **Wiadomości:** znajomość pojęcia szybkość reakcji.
4. **Wychowania:** samokontrola podczas ćwiczeń i współdziałanie w zespole.

**Metody realizacji zadań ruchowych:**  zabawowa klasyczna, naśladowcza ścisła, zadaniowa ścisła,

**Klasa: I-III SP,**

**Czas trwania:** 45 minut,

**Miejsce ćwiczeń:** sala gimnastyczna,

**Przybory:** szarfy gimnastyczne 20szt., ławeczki gimnastyczne 4 szt., hula- hop 4 szt., woreczki gimnastyczne 10szt.

**Prowadzący:** **Anna Adamiak**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tok lekcji** | **Zadania szczegółowe** | Czas w min. | **Uwagi metodyczno - organizacyjne** |
| Zorganizowanie grupy i sprawdzenie gotowości do zajęć | 1. Zbiórka ćwiczących.
2. Powitanie.
3. Sprawdzenie obecności i przygotowania do zajęć
 | 2 | * Ustawienie grupy w szeregu,
* powitanie okrzykiem,
* kontrola wzrokowa stroju i obuwia sportowego
 |
| Motywacja uczniów do zajęć | 1. Podanie tematu i zadań lekcji.
2. Motywowanie uczniów do aktywnego udziału w ćwiczeniach.
3. Zabawa ożywiająca „Ogonki”
 | 6 | Metoda zabawowa klasyczna |
| Rozgrzewka, profilaktyka, rozwój psychomotoryki | Rozgrzewka ogólnorozwojowa z elementami kształtowania szybkości reakcji. Ćwiczenia demonstruje nauczyciel | 6 | Metoda naśladowcza ścisła |
| Kształtowanie umiejętności i doskonalenie sprawności. | 1. „Psy i koty” – uczniowie podzieleni na dwie grupy ustawiają się na środku sali plecami do siebie (odległość od siebie 1m), każdy z uczniów ma za spodenkami włożoną szarfę. Prowadzący wypowiada słowa „psy” lub „koty”. Jeżeli powie „psy”, wszyscy z drużyny o tej nazwie uciekają, zaś drużyna „koty” ma za zadanie ich gonić.
2. „Wiewiórki w dziupli” - Ułożone szarfy – to dziuple dla wiewiórek. W każdej dziupli jedna wiewiórka (dziecko). Na sygnał „Wiewiórki z dziupli” – dzieci biegają swobodnie z dala od dziupli. Na zawołanie „Wiewiórki do dziupli” – każda wiewiórka wskakuje do najbliższej dziupli i przysiada. Odmiana tej zabawy – to dziupli jest o jedną mniej niż wiewiórek.
3. „Nad, pod, pomiędzy, dookoła” – uczniowie dobrani w grupy 3 osobowe. Para trzyma dwie szarfy, na hasło nauczyciela „nad, pod pomiędzy” 3 z uczniów musi tak pokonać szarfy.
4. „Celni i szybcy” - na linii środkowej boiska leża cztery hula-hop, cztery drużyny po 4 osoby stoją po przeciwnych stronach, ławeczką można zaznaczyć linię rzutu. Na sygnał startera zawodnicy po kolei rzucają woreczkiem do hula-hop. Jeśli trafią, to obiegają bazę przeciwników i biegną do swojej; i tak do momentu, aż wszyscy zawodnicy zespołu znajdą się na bazie. Wygrywa najszybszy zespół.
5. Zabawa polegająca na szybkości reakcji. Uczniowie w siadzie skrzyżnym siedzą naprzeciwko siebie pomiędzy nimi woreczek. Nauczyciel mówi hasła: Głowa, ramiona, uszy, boczki, na hasło „woreczek” muszą zabrać go jak najszybciej.
 | 53585 | Metoda zadaniowa ścisłaMetoda zadaniowa ścisłaMetoda zadaniowaMetoda zadaniowa Metoda zadaniowa ścisła |
| Uspokojenie organizmu | Marsz po wyznaczonym przez nauczyciela kolorowych liniach | 3 | Zadaniowa ścisła |
| Czynności organizacyjno - porządkowe | 1. Przejście marszem do zbiórki,
2. Pożegnanie z grupą
 | 2 | Wyznaczenie uczniowie pomagają w schowaniu sprzętu sportowego. Ustawienie w szeregu.Pożegnanie okrzykiem |