

Nauczyciel wychowania fizycznego

Piotr Tadajewski

Innowacja Pedagogiczna **„Aktywna przerwa piłkarska”**



1. Wstęp

Pomysł na wprowadzenie w szkole innowacji pedagogicznej zrodził na podstawie obserwacji uczniów w czasie lekcji oraz w czasie przerw międzylekcyjnych. Podczas rozmów z dziećmi, wyrażały one ogromną chęć aktywności fizycznej w czasie przerw międzylekcyjnych.

W związku z tym, iż piłka nożna jest jedną z najbardziej popularnych dyscyplin sportowych w naszej szkole i cieszy się największym zainteresowaniem, postanowiłem, iż wprowadzę w czasie długiej przerwy międzylekcyjnej „Aktywną przerwę piłkarską”.

Aktywna przerwa piłkarska jest przeznaczona dla uczniów chcących spędzić przerwę międzylekcyjną „na piłkarsko”. Uczniowie podczas długiej przerwy będą mogli rywalizować ze sobą poprzez krótki mini turniej w systemie „każdy z każdym” w zespołach 4x4 lub 5x5. Oprócz tego będą mogli doskonalić umiejętność wykonywania popularnych „jedenastek” czyli rzutów karnych lub też poprawiać swoje umiejętności techniczne np.: doskonalić piłkarską żonglerkę czy uczyć się przepisów gry pełniąc rolę sędziego. Ponadto uczniowie będą mieli możliwość zaspokajania naturalnej potrzeby ruchu poprzez gry i zabawy piłkarskie.

Realizując swoją innowację pedagogiczną postaram się stworzyć takie sytuacje, aby każdy uczeń mógł wykorzystać swój potencjał rozwojowy, a przy tym dobrze się bawić. Jest to bardzo potrzebne po to, aby każde dziecko mogło spędzić przerwę aktywnie po 45 minutach siedzenia w ławce. Uczestnictwo w aktywnej przerwie będzie doskonałym sposobem na rozładowanie emocjonalne dziecka, poprawę jego samooceny i poczucia własnej wartości.

2. Opis innowacji:

Innowacja pedagogiczna „Aktywna przerwa piłkarska” została opracowana zgodnie z podstawą programową kształcenia ogólnego.

Przeznaczona jest dla uczniów Szkoły Podstawowej nr 3 im Noblistów Polskich w Głogowie, chcących aktywnie spędzić najdłuższą przerwę międzylekcyjną.

Idea innowacji polega na wykorzystaniu chęci dzieci do piłkarskiego spędzania

przerwy międzylekcyjnej, a przy tym rozwijaniu swoich pasji i zainteresowań piłką nożną.

3. Cele główne:

- Wspomaganie wszechstronnego rozwoju ucznia poprzez naukę i ruch
- Wzbogacenie ofert szkoły
- Integracja społeczności szkolnej

4. Cele szczegółowe:

- Popularyzowanie aktywności fizycznej
- Zapobieganie otyłości wśród uczniów
- Rozwijanie i doskonalenie sprawności ruchowej
- Poznanie zasad i przepisów gry w piłkę nożną
- Nauka radzenia sobie z emocjami po przegranym i wygranym meczu
- Wdrażanie zasad higieny
- Rozwijanie aktywnej formy spędzania czasu wolnego
- Rozwijanie kreatywności uczniów
- Rozwijanie prawidłowych relacji interpersonalnych
- Kształtowanie prawidłowej postawy współdziałania w zespole
- Rozwijanie zdolności kreatywnego działania
- Kształtowanie takich cech jak: empatia, tolerancja, odpowiedzialności, odwaga, sprawiedliwość
- Rozwijanie wśród uczniów poczucia własnej wartości

5. Metody pracy:

- Praca w grupach
- Praca indywidualna
- Współzawodnictwo sportowe
- Forma naśladowczo – ścisła
- Forma zabawowa

6. Treści programowe:

- a) Poznanie przepisów i zasad gry w piłkę nożną i egzekwowanie ich w czasie gry szkolnej
- b) Rywalizacja drużynowa w zespołach 4x4 lub 5x5
 - Systemem „każdy z każdym”
- c) Nauka i doskonalenie umiejętności technicznych
 - Uderzenie piłki wewnętrzną częścią stopy. Technika uderzenia i nauczanie uderzenia
 - Przyjęcie piłki wewnętrzną częścią stopy. Technika przyjęcia i nauczanie przyjęcia.
 - Uderzenie piłki prostym podbiciem. Technika uderzenia i nauczanie uderzenia.
 - Przyjęcie piłki podszwą. Technika przyjęcia i nauczanie przyjęcia.
 - Żonglerka piłki stopami
 - Żonglerka piłki udami
 - Żonglerka piłki głową
 - Zwody ciałem bez piłki
 - Zwody ciałem z piłką
 - Zwód pojedynczy i podwójny
- d) Zabawy ruchowe bez piłki:
 - Berek
 - Berek „wybawiciel”
 - Berek „ogonki”
 - Berek na czworakach
 - Berek w podporze tyłem
 - Berek „lawina”
 - Berek parami
 - Berek „murarz”
- e) Zabawy ruchowe z piłką
 - „Król dryblingu”

- „Powrót na wyspę”
- „Ogień, woda i błyskawica”
- „wyścigi rzędów”
- „Raki”
- Berek „murarz” z piłką

f) Gry ruchowe z piłką

- Gra 1x1
- Gra 2x2
- Gra 3x3
- Gra 4x4
- Gra 5x5

7. Efekty:

Dla szkoły:

- Wzbogacenie oferty edukacyjnej szkoły
- Uatrakcyjnienie przerw międzylekcyjnych
- Większe bezpieczeństwo podczas przerw lekcyjnych
- Budowanie pozytywnego wizerunku szkoły wśród rodziców i uczniów

Dla uczniów:

- Aktywne spędzanie czasu wolnego
- Zrozumienie aktywności fizycznej i jej wpływu na organizm
- Umiejętność współpracy w grupie
- Odpowiedzialność za siebie i grupę
- Poszerzenie wiedzy i umiejętności o danej dyscyplinie
- Podwyższenie umiejętności piłkarskich

8. Ewaluacja

- Rozmowa z uczniami
- Anonimowa ankieta wśród uczniów

1. Czy korzystając z „Aktywnej przerwy piłkarskiej” podwyższyłeś swoje umiejętności piłkarskie?
 - a) Tak
 - b) Nie
2. Czy piłkarska przerwa była dla Ciebie fajną alternatywą spędzania czasu wolnego podczas długiej przerwy międzylekcyjnej?
 - a) Tak
 - b) Nie
3. Czy chciałbyś, aby w kolejnych latach w czasie długiej przerwy taka aktywność była kontynuowana?
 - a) Tak
 - b) Nie