

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.	5	Metoda zadaniowa ścisła
	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	3	Metoda zadaniowa ścisła

	od dziupli. Na zawołanie „Wiewiórki do dziupli” – każda wiewiórka wskakuje do najbliższej dziupli i przysiadła. 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 leżą 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.	5	Metoda zadaniowa
		8	Metoda zadaniowa
		5	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