

SCENARIUSZ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w klasie II

Klasa - II

Miejsce - sala gimnastyczna

Przyrządy i przybory - szarfy, drabinki, materace gimnastyczne, ławeczki gimnastyczne, chusta, piłka nożna

Temat: Roznorodne zabawy ruchowe z elementem rywalizacji.

Cele lekcji:

- aktywne uczestnictwo w roznorodnych zabawach ruchowych
- respektowanie zasad podczas zabaw
- wdrażanie do rywalizacji
- współpraca uczniów w zadaniach ruchowych
- kształtowanie sprawności motorycznej
- kształtowanie orientacji przestrzennej, spostrzegawczości

Metody:

- metoda zabawowa
- metoda zadaniowa
- metoda problemowa
- gra szkolna

Formy prowadzenia zajęć:

- forma frontalna
- forma indywidualna
- forma zajęć w zespołach

Przebieg lekcji:

1. Czynności organizacyjne - zbiórka
2. Zabawa „znajdź szarfy” - zadaniem uczniów jest znalezienie szarf ukrytych w sali gimnastycznej
3. Zabawa ożywiająca „Berek ogonek” - uczniowie mają zaczepione z tyłu szarfy „ogonki”, uczniowie biegają po sali i starają się zabrać jak najwięcej szarf
4. Zabawa orientacyjno-porządkowa „Powódź” - uczniowie na rozkaz nauczyciela wykonują odpowiednie zadanie: „powódź” - wejście na drabinki, „burza” - wejście pod materac, „gora” - wejście na ławkę zaczepioną o drabinkę, „domek” - wejście do oznaczonego pola, „tunel” - wykonanie podporu przodem z uniesionymi wysoko biodrami (osoba, która zareaguje najpóźniej musi przejść pod wszystkimi „tunelami”)
5. Ćwiczenia w parach - uczniowie w parach na zasadzie rywalizacji i zabawy wykonują ćwiczenia - wyscigi:
 - jedna osoba z pary wykonuje kłęk podparty, druga siada na grzbiecie (poruszanie się w kłeku podpartym przez długość sali)
 - jedna osoba z pary wykonuje leżenie tyłem z uniesionymi w górę nogami, druga osoba chwyta za nogi (ciągnięcie partnera przez długość sali)
 - bieg w parach, trzymając się za ręce
6. Zabawa skoczna „Zajace i krokodyl” - uczniowie „zajace” skaczą, starają się przedostać przez „rzekę”, którą wyznacza linia. Po rzekę porusza się krokodyl (na czworaka) i stara się schwytać zajace. Osoba schwytana staje się krokodylem. (tak aby uczeń mógł dalej uczestniczyć w zabawie). Wygrywają 3 osoby, które nie zostaną schwytane.

7. Zabawa z mocowaniem „Tratwa”. Uczniowie są podzieleni na 2 drużyny. Każda drużyna ma do dyspozycji 2 materace. Zadaniem drużyny jest przejść jak najszybciej z jednego końca sali na drugi bez dotykania stopami podłogi (poruszając się po materacach).
8. Gra szkolna w piłkę nożną (sędziuje nauczyciel).
9. Zabawa uspokajająca „Ciuciubabka” w oznaczonym polu.
10. Podsumowanie lekcji, omówienie, podziękowanie uczniom.