



**DOSKONALIMY ELEMENTY
TECHNIKI GRY
W STREETBALL**

**ANNA
ROGACKA**

SCENARIUSZ LEKCJI

Program nauczania wychowania fizycznego dla szkoły ponadpodstawowej

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

Redakcja merytoryczna – Anna Kasperska-Gochna

Recenzja merytoryczna – Paweł Łucyk

dr Olga Smoleńska

Jadwiga Iwanowska

dr Beata Rola

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>

Tytuł lekcji:

Doskonalimy elementy techniki gry w streetball.

Klasa:

I liceum i I technikum

Czas trwania:

45 minut

Cele:

- **Główny:** Uczeń rozwija i doskonali elementy techniki gry.
- **Poznawczy:** Uczeń poznaje zasady gry w koszykówkę uliczną, jest świadomy znaczenia rozgrzewki przed grą, nawet podczas gry na powietrzu, wie, jak celnie wykonać rzut do kosza.
- **Kształcący:** Uczeń doskonali dokładność chwytów i podań wykonanych w ruchu, rzutu do kosza po podaniu, rozwija szybkość i wytrzymałość, rozwija koordynację wzrokowo-ruchową.
- **Wychowawczy:** Uczeń poznaje zasady bezpieczeństwa i ich przestrzega w czasie gry, jest zaangażowany w ćwiczenia i w grę, współpracuje i komunikuje się podczas ćwiczeń.

Metody:

naśladowcza, zadaniowa, programowego uczenia się i usprawniania.

Techniki:

„światła drogowe”, NaCoBeZU, losowego doboru do zadań, kształcenia multimedialnego.

Formy pracy:

frontalna, grupowa, indywidualna, w parach, strumieniowa.

Środki dydaktyczne:

koła hula-hop w kolorach: czerwonym, zielonym i żółtym, piłki do koszykówki, kosze, prezentacja multimedialna na temat: *Streetball*.

Opis przebiegu lekcji:

Część wstępna:

1. Powitanie, sprawdzenie obecności. Uczniowie przedstawiają prezentację o grze streetball. Nauczyciel wzbudza motywację do ćwiczeń, zwraca uwagę na zachowanie zasad bezpieczeństwa.

2. Ćwiczenia kształtujące w truchcie – uczniowie z przewlekłymi chorobami i alergiami ćwiczą swoim tempem, uczniowie niedowidzący – blisko nauczyciela, uczniowie z ADHD wykonują dodatkowe ćwiczenia. Uczniowie ustawieni w szeregu lub dwuszeregu: naprzemienne krążenia ramion w przód i potem w tył, bieg tyłem, bieg z jedną nogą w przód w górę i drugą nogą w tył – zmiana nóg, krok odstawno-dostawny na prawą nogę dwa razy i na lewą nogę dwa razy, przeplatanka na prawą nogę i potem na lewą, marsz w wypadzie i skręty tułowia, wymachy naprzemienne nóg w marszu, bieg z przyspieszeniem.
3. Ćwiczenia w truchcie z piłką. Niedowidzący i niedostępujący ćwiczą blisko nauczyciela, niedostosowani społecznie pod nadzorem nauczyciela. Uczniowie ćwiczą w szeregu lub przy większej liczbie uczniów w dwuszeregu: przekładanie piłki z ręki do ręki: nad głową, wokół tułowia, w wypadzie pod kolanem, podrzucanie piłki i dobiegnięcie.
4. Ćwiczenia kształtujące w miejscu – uczniowie ustawieni w kole z nauczycielem wykonują ćwiczenia z piłkami trzymanymi oburącz: krążenia tułowia, skręty i skłony tułowia, scyzoryki z przekładaniem piłki pod nogami, podskoki i przeskoki nad piłką, podrzucanie piłki i łapanie z zadaniami dodatkowymi (kłaśnięcie, obrót, przysiad).

Część główna:

1. Nauczyciel włącza uczniów uzdolnionych do każdej z grup ćwiczących.
2. Ćwiczenia z piłką w trójkach – nauczyciel dobiera losowo uczniów, sam ćwiczy z uczniami, demonstruje ćwiczenia i ocenia poprawność wykonania ćwiczeń. Uczniowie ustawieni naprzeciwko siebie na szerokość boiska wykonują różne rodzaje podań piłki z przebiegnięciem za piłką i ustawienie do przyjęcia piłki: na zmianę prawą i lewą ręką, zza głowy, sprzed klatki, hakiem.
3. Ćwiczenie z piłką w trójkach zakończone rzutem do kosza w truchcie. Uczniowie ustawieni pod koszem (dwóch uczniów z prawej strony i jeden uczeń z lewej strony) – uczeń z prawej strony wykonuje podanie piłki i biegnie za piłką, poruszając się, nie blokując toru biegu ucznia, któremu podał piłkę, uczeń z lewej strony wykonuje podanie do ucznia z prawej strony i biegnie za piłką. Ćwiczenie kończy się rzutem do kosza i dobieciem piłki po zbiórce z tablicy. Uczniowie wracają za linią boczną pod kosz z piłką w ręce.
4. Zabawa „piłka do kapitana” – nauczyciel dzieli losowo uczniów na dwa zespoły, wybiera losowo kapitanów – uczniów, którzy stają za linią końcową. Uczniowie podają piłkę między sobą tak, by została podana do kapitana, za co zespół zdobywa punkt. Gdy piłka spadnie na podłoże lub uczeń wykona więcej niż dwa kroki z piłką, przeciwny zespół zaczyna grę, podając piłkę zza linii końcowej boiska. Inni uczniowie sędziują.
5. Gra szkolna – nauczyciel omawia zasady gry i dobiera losowo uczniów w trzyosobowe zespoły (w przypadku większej grupy uczniowie są przypisani do gry naprzemiennie na liniach bocznych i włączają się do gry przez podanie

piłki). Uczniowie grają do 10 minut na dwa kosze jednocześnie. Wybrani uczniowie sędziują grę.

Część końcowa:

1. Ćwiczenia rozciągające – nauczyciel staje z uczniami w kole, ręce trzymają w górze, uczniowie wykonują skłon w bok i podciągają jedną ręką w górę drugą rękę, ćwiczenia rozciągające mięśnie ramion i nóg.
2. Metoda „światła drogowe” – nauczyciel prosi, by uczniowie ocenili własne umiejętności w grze, stając w kołach hula-hop: zielonym, czerwonym i żółtym. Nauczyciel podsumowuje lekcje. Uczniowie pomagają nauczycielowi sprzątnąć sprzęt sportowy.

Komentarz metodyczny

Lekcja gry rekreacyjnej. Rozwija umiejętność współpracy w grupie, komunikowania się, podejmowania decyzji.

Literatura: Bondarowicz M., *Zabawy w grach sportowych*, WSIP, Warszawa 1995; Mielniczuk M., Staniszewski T., *Stare i nowe gry drużynowe*, TELBIT, Warszawa 1999.