



**DOSKONALIMY ELEMENTY
TECHNICZNE GRY
W KORFBALL**

**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 techniczne gry w korfball.

Klasa:

II liceum i II technikum

Czas trwania lekcji:

45 minut

Cele:

- **Główny:** Uczeń rozwija umiejętności techniczne w grze.
- **Poznawczy:** Uczeń zna przepisy gry i zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu.
- **Kształcący:** Uczeń wykonuje podania, rzuty, rozwija koordynację wzrokowo-ruchową, szybkość i wytrzymałość.
- **Wychowawczy:** Uczeń pomaga innym w grze, także uczniom z niepełnosprawnością, rozwija umiejętność współpracy w ćwiczeniach i grze, rozwija pozytywne relacje z innymi, wykazuje wytrwałość i zaangażowanie w doskonaleniu celności podań i rzutów.

Metody:

zabawowa, naśladowcza, zadaniowa, programowego uczenia się i usprawniania.

Techniki:

„doboru losowego”, „wyrzucić strach do kosza”, kształcenia multimedialnego.

Formy pracy:

frontalna, grupowa, indywidualna, w parach.

Środki dydaktyczne:

piłki do korfball (jeśli nie ma, mogą być do piłki nożnej, koszykówki, siatkówki), kosz korfbalowy, prezentacja multimedialna: *Korfball*.

Opis przebiegu lekcji:

Część wstępna:

1. Nauczyciel sprawdza obecność, wyświetla prezentację o grze w korfball.
2. Ćwiczenia kształtujące w parach. Uczniowie dobrani losowo przez nauczyciela wykonują ćwiczenia, poruszając się od kosza do kosza: krążenia ramion, wymachy ramion, przeplatanka do połowy na prawą stronę, od połowy na lewą stronę.
3. Ćwiczenia kształtujące z piłkami. Uczniowie niedostępujący i niedowidzący ćwiczą blisko nauczyciela:
 - a. przrzucanie piłki z ręki do ręki nad głową,

- b. toczenie piłki do połowy prawą ręką, od połowy lewą,
- c. krok odstawno-dostawny, piłka przekładana z ręki do ręki nad głową,
- d. marsz, co trzeci krok wysoko kolana i przekładanie piłki pod kolanami,
- e. skłon tułowia w przód z piłką trzymaną w rękach, przekładanie piłki po 8,
- f. ćwiczenia przekładania piłki w siadzie równoważnym.

Część główna:

1. Uczniowie wykonują ćwiczenia w małych grupach.
2. Ćwiczenia w czwórkach po kwadracie z piłkami – uczniowie podają piłkę i biegną za piłką: podanie prawą, potem lewą ręką, oburącz, hakiem.
3. Ćwiczenia po kole w piątkach – czterej uczniowie ustawieni po kole przesuwają się krokiem odstawno-dostawnym, jeden uczeń w środku podaje piłkę po kole.
4. Ćwiczenia celności rzutów do kosza.

Nauczyciel proponuje dwie gry do wyboru przez uczniów. Nauczyciel dzieli losowo uczniów na zespoły składające się z ośmiu uczniów (wskazane są zespoły mieszane po czterech chłopców i czworo dziewcząt). Uczniowie zdolni ruchowo włączają pozostałych uczniów do ćwiczeń. W przypadku większej liczby uczniów grają trzy zespoły lub uczniowie grają na liniach bocznych ustawieni naprzemiennie raz z jednego, raz z drugiego zespołu i pomagają w grze, rozgrywając piłkę:

- Gra „komórkowe” do pięciu podań – uczniowie rozkładają obręcz hula-hop na całym wyznaczonym polu. Uczniowie z zespołu stojący w obręczach wykonują między sobą pięć podań (na początek można wyznaczyć trzy lub cztery podania w zależności od umiejętności uczniów), za co zespół otrzymuje punkt. Zespół stojący między obręczami stara się przechwycić piłkę, po zdobyciu punktu piłka przekazywana jest przeciwnemu zespołowi drużyny.
 - Gra do pięciu podań – uczniowie grają w grę do pięciu podań – podobnie jak wyżej.
5. Gra szkolna – nauczyciel przedstawia przepisy gry. Uczniowie grają ok. 8–10 minut. Jest to gra bezkontaktowa, nie wolno przepychać się, wrywać piłki, przemieszczać się z piłką i kozłować. Do kosza uczniowie mogą rzucać ze strefy ataku z całej połowy boiska, w której się znajdują, oraz gdy nie są (w momencie oddawania rzutu) w pozycji bronionej. Zespół ma 25 sekund na rozegranie akcji ataku od momentu przejęcia piłki. Aby punkt zdobyty po rzucie nie został zaliczony na podstawie pozycji bronionej, obrońca musi stać z wyciągniętą ręką w kierunku rzucającego oraz musi znajdować się pomiędzy koszem a rzucającym, stojąc twarzą do atakującego. Musi być przy tym aktywny, tzn. musi próbować zablokować rzut (jednocześnie nie może wybijać piłki z rąk, może tylko zbijać piłkę w locie, tj. gdy ta opuści ręce rzucającego).

Część końcowa:

1. Uczniowie poruszają się lekkim truchtem. Robią jedno lub dwa okrążenia wokół sali, następnie ćwiczenia rozciągające przy drabinkach: zwis na drabinkach, skłony w bok, w opadzie rozciąganie grzbietu, w siadzie rozkrocznym przy drabinkach skłon w przód.
2. Metoda „wyrzucić strach do kosza” – nauczyciel prosi, by uczniowie spróbowali trafić do kosza. Nauczyciel ocenia uczniów za zadania. Po przedstawieniu zasad otrzymują ocenę.
3. Uczniowie pomagają nauczycielowi sprzątnąć sprzęt sportowy.

Komentarz metodyczny

Lekcja aktywności fizycznej gry zespołowej. Rozwija umiejętność komunikowania, współpracy uczniów, podejmowania decyzji w grze, przestrzegania zasady fair play. Kłopoty mogą mieć uczniowie niedowidzący i z trudnościami w nauce. Materiały i przepisy gry: <http://www.korfball.pl/index.php/o-korfballu>.