



**POZNAJEMY ELEMENTY  
TECHNICZNE GRY  
W BRENNBALL**

**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](http://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:

Poznajemy elementy techniczne gry w brennball.

## Klasa:

II liceum i II technikum

## Czas trwania lekcji:

45 minut

## Cele

- **Główny:** Uczeń poznaje i doskonali elementy techniczne gry.
- **Poznawczy:** Uczeń poznaje zasady gry w brennball, wie, w jaki sposób podbić piłkę: pod jakim kątem i jakiej siły użyć, by skierować tor lotu w wyznaczonym kierunku, analizuje popełnione błędy w oparciu o wykorzystanie analizy filmów.
- **Kształcący:** Uczeń rozwija dokładność chwytów i podań, rozwija szybkość i wytrzymałość, wzmacnia siłę mięśni obręczy barkowej, rozwija koordynację wzrokowo-ruchową.
- **Wychowawczy:** Uczeń przestrzega zasad bezpiecznej aktywności fizycznej, wzbudza motywację pozostałych uczniów do ćwiczeń, współpracuje w zespole w grze w celu osiągnięcia jak najlepszego wyniku, komunikuje się i obserwuje grę.

## Metody:

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

## Techniki:

tak/nie, NaCoBeZU, losowego doboru do zadań, kształcenia multimedialnego.

## Formy pracy:

frontalna, grupowa, indywidualna, w parach.

## Środki dydaktyczne:

pachołki, chorągiewki, piłki do siatkówki, materace, skrzynia, ławki gimnastyczne, koła hula-hop, prezentacja multimedialna na temat: *Brennball*.

## Opis przebiegu lekcji:

### Część wstępna:

1. Nauczyciel sprawdza obecność, wyświetla prezentację o grze, przedstawia zasady gry. Rozmawia z uczniami o efektywnym wykorzystaniu czasu w grze i rozłożeniu sił w wysiłku.
2. Ćwiczenia kształtujące w truchcie: naprzemienne krążenia ramion w przód i potem w tył, skłony tułowia w bok, bieg z przyspieszeniem, jedna noga jak skip A, druga

jak skip C, krok odstawno-dostawny po trzy razy na prawą nogę i zmiana na lewą, przekładanka na prawą nogę i potem na lewą, naprzemienne wyskoki, wieloskoki. Uczniowie z problemami z kręgosłupem nie wykonują skoków.

3. Ćwiczenia kształtujące w parach – uczniowie wykonują podania piłki:
  - podanie piłki prawą ręką, przysiad, podanie piłki lewą ręką,
  - podanie piłki za głową, sprzed klatki, hakiem, tyłem w skłonie między nogami, tyłem za siebie,
  - w bliższej odległości brzuszki z piłką podaną dołem – piłka toczona, grzbiety z piłką podaną po podłożu,
  - kulanie piłki wokół siebie w siadzie – podanie – kulanie piłki wokół siebie.
4. Zabawa „berek z piłkami” – uczniowie rozproszeni biegają w rozsypce na sali. Nauczyciel wyznacza losowo „berka”, który łapie uczniów uciekających. Uczniowie podają między sobą dwie piłki – uczniowie podają piłkę uczniowi, który ma być złapany.

### **Część główna:**

1. Uczniowie zdolni ruchowo włączają słabszych uczniów do gry.
2. Zabawa „bieg numerów po piłkę” – nauczyciel dzieli losowo uczniów na dwa zespoły, uczniowie ustawiają się w szeregu na liniach bocznych boiska, odliczają po kolei. Na środku w kole znajduje się piłka. Nauczyciel mówi cyfrę i uczniowie biegną po piłkę – kto szybciej zdobędzie piłkę, poda ją i dobiegnie do szeregu, zdobywa punkt.
3. Gra w brennball:
  - uczniowie siedzą siadem skrzyżnym w dwóch zespołach. Nauczyciel omawia zasady gry. Dzieli losowo uczniów na dwa zespoły. Uczeń z jednego zespołu rzuca piłkę do pola bramkowego i biegnie po wyznaczonym na zewnątrz torze przeszkód, stara się jak najszybciej go pokonać. Po drodze ustawione są koła hula-hop, w których może się zatrzymać. Zespół przeciwny łapie piłkę i podaje dołem do skrzyni w punkcie startowym. Uczeń, który nie wejdzie w koło hula-hop w momencie podania piłki do skrzyni, wraca do bazy pierwszej, a jeśli dotknie koła hula-hop, biegnie dalej – zespół zdobywa punkt za przebiegnięcie toru przeszkód,
  - tor przeszkód, który jest ustawiony wokół linii bocznych i końcowych boiska: bieg slalomem – koło hula-hop – przejście pod materacem ułożonym na ławeczkach – koło hula-hop – przeskoczenie dowolnym sposobem przez skrzynię – koło hula-hop – przeskoki przez ławeczkę – koło hula-hop – dobiegnięcie do bazy,
  - gra – jeden zespół staje w bazie, uczniowie z drugiej drużyny stoją rozproszeni w środku gotowi do przyjęcia i podania piłki do skrzyni, zmiana następuje po dwóch błędach lub trzech minutach.

**Część końcowa:**

1. Trucht dookoła sali i ćwiczenia rozciągające – uczniowie ustawieni w szachownicy, dobrani w pary: tyłem do siebie, ręce w górze, jeden uczeń wykonuje lekki skłon do przodu, drugi wykonuje rozciąganie, rozluźniają mięśnie brzucha – ramiona w bok i lekki wypad – rozciąganie mięśni klatki, przodem do siebie – ręce na bark – uczniowie wykonują opad tułowia – rozciągają mięśnie grzbietu.
2. Metoda tak/nie – ocena umiejętności gry. Uczniowie stają z prawej lub z lewej strony nauczyciela. Rozmowa o tym, co opanowali, a co sprawiało im trudności.
3. Uczniowie pomagają nauczycielowi sprzątnąć sprzęt.

**Komentarz metodyczny**

Lekcja gry rekreacyjnej. Rozwija współpracę w grupie, motywację do gry, doskonali umiejętności cyfrowe. Korelacja z matematyką, fizyką i informatyką. Uczniowie ze SPE: trudności mogą mieć uczniowie z astmą, wtedy ćwiczą w miarę możliwości.