



**POZNAJEMY KONKURENCJE
REKREACYJNE
NA IMPREZĘ SZKOLNĄ**

**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 zajęć:

Poznajemy konkurencje rekreacyjne na imprezę szkolną.

Klasa:

II liceum i II technikum

Czas trwania:

90 minut

Cele:

- **Główny:** Uczeń poznaje konkurencje rekreacyjne i kroki tańca integracyjnego.
- **Poznawczy:** Uczeń poznaje konkurencje i zabawy rekreacyjne.
- **Kształcący:** Uczeń rozwija kreatywność, umiejętność planowania, usprawnia organizm.
- **Wychowawczy:** Uczeń wykazuje zaangażowanie w przeprowadzenie konkurencji.

Metody:

zadaniowa, ćwiczeniowa, problemowa.

Techniki:

6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono, „kosza i walizki”, kształcenia multimedialnego.

Formy pracy:

zabawowa, ćwiczeniowa, grupowa.

Środki dydaktyczne:

płotki, pachołki, laski, koła hula-hop, woreczki, kartony, gumy do skakania lub sznurek, frisbee, zasoby internetowe, wybrane przez uczniów piosenki, sprzęt nagłaśniający, kartki papieru, długopisy.

Opis przebiegu zajęć:

Część wstępna:

1. Zbiórka, powitanie, podanie uczniom tematu i wzbudzenie motywacji do aktywnego udziału w zajęciach, zwrócenie uwagi na bezpieczeństwo podczas wykonywania ćwiczeń, powiedzenie, co jest celem lekcji: zapoznanie z konkurencjami rekreacyjnymi.
2. Przedstawienie prezentacji multimedialnej: konkurencje rekreacyjne (festyny, tory przeszkód, gry rekreacyjne) i taniec integracyjny – skrzypek, piosenka: Orkiestra Dni Naszych – Skrzypek.

Część główna:

1. Metoda „6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono”. Nauczyciel dzieli losowo uczniów na sześć grup, jeśli uczniów jest więcej, wtedy pracują w małych grupach. Nauczyciel przydziela różne kolory kapeluszy, które pełnią różne role. Podaje hasło „konkurencje rekreacyjne”. Uczniowie mogą korzystać z Internetu:
 - biały kapelusz – oparty na faktach – uczeń zbiera informacje o konkurencjach,
 - czerwony kapelusz – emocjonalny – uczeń przedstawia swoje wrażenia na temat zaproponowanych konkurencji i piosenki do tańca, komentuje gusty,
 - czarny kapelusz – pesymista – uczeń jest nastawiony negatywnie, przedstawia problemy mogące pojawić się podczas przeprowadzania konkurencji, zagrożenia, sprawdza zasady bezpieczeństwa, krytykuje wątpliwe według niego pomysły konkurencji, wyszukuje słabe punkty w ćwiczeniach,
 - żółty kapelusz – optymista, entuzjasta – uczeń jest nastawiony pozytywnie, wyszukuje korzyści z organizacji konkurencji, zalety rekreacji, mocne strony ćwiczeń,
 - zielony kapelusz – kreatywny – uczeń widzi możliwości, ma oryginalne pomysły, niestandardowe i innowacyjne rozwiązania dotyczące wymyślenia konkurencji,
 - niebieski kapelusz – zarządzający – uczeń kieruje pozostałymi uczniami i kontroluje ich, przedstawia pomysły i podsumowuje.

Uczniowie przygotowują i prezentują własne pomysły, a kieruje nimi uczeń w niebieskim kapeluszu, prowadzą między sobą dyskusję. Uczniowie z ADHD mogą demonstrować ćwiczenia, pomagać, przynosić i rozkładać sprzęt. Trudności może mieć uczeń niedostosowany społecznie.

2. Rozgrzewka do muzyki – uczniowie wykonują wspólnie w kole ćwiczenia ramion, tułowia i nóg w truchcie. Uczniowie niedowidzący ćwiczą blisko nauczyciela.
3. Zaplanowanie, przygotowanie, przeprowadzenie konkurencji rekreacyjnych – uczniowie wykonują zajęcia pokazowe i sprawdzają skuteczność i atrakcyjność pomysłów. Uczniowie proponują wykorzystanie pomysłów nauczyciela:
 - tor przeszkód na wesoło – propozycja ćwiczeń w parach (uczniowie trzymają kółko ringo, którego nie mogą rozerwać): przejście przez domek zbudowany z kół hula-hop, pajęczynę zrobioną ze sznurków lub gum do skakania, przeskok przez laski na pachołkach, bieg slalomem, przejście pod płótkami, zebranie po drodze woreczków i trafienie nimi do kartonu, skoki w kołach hula-hop, przebiegnięcie do mety.
 - Skrzypek, taniec integracyjny – nauka kroków do piosenki: Orkiestra Dni Naszych – *Skrzypek* – uczniowie ustawieni w szachownicy, nauczyciel przed uczniami demonstruje ćwiczenia: w podskokach w rytm muzyki, wykonanie lekkich wykopów na 8: dwa razy w przód, dwa razy w tył, w bok w tył na skos, w bok w przód – obrót dookoła własnej osi w bok z akcentem nóg (na 4)

w jedną stronę i potem w drugą, następnie powtórzenie jeszcze raz na drugą stronę.

Część końcowa:

1. Ćwiczenie „kosz i walizka”. Uczniowie wypisują pomysły, które wynoszą, i te, które pozostawią – prezentują to, co wypisali. Nauczyciel podsumowuje lekcję.

Komentarz metodyczny

Lekcja edukacji zdrowotnej i aktywności rekreacyjnej zgodna z koncepcją personalistyczną. Korelacja z muzyką. Rozwijanie innowacyjności, pomysłowości, otwartości w pracy zespołowej. Uczniowie ze SPE biorą udział według możliwości.