

SCENARUSZ ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Miejsce zajęć: sala gimnastyczna.

Temat: Mały budowniczy - ćwiczenia i zabawy z wykorzystaniem klocków: eduBloki , eduFigury.

Klasa: I

Środki dydaktyczne: klocki, woreczki, szarfy.

I. Część wstępna

1. Powitanie i poinformowanie uczniów o tematyce zajęć.
2. Zabawa ożywiająca, berek zdobywa szarfy.
3. Ćwiczenia rozgrzewające: uczniowie w biegu wykonują ćwiczenia demonstrowane przez nauczyciela:
 - krążenie rąk w przód ,w tył , naprzemiennie.Uczniowie w pozycji stojącej wykonują ćwiczenia:
 - krążenie bioder w lewo i w prawo
 - krążenie tułowia w lewo i w prawo
 - skłony
 - wyskoki w górę.

II. Część główna

Podział klasy na dwie drużyny. Uczniowie rywalizują w następujących zadaniach:

1. Uczniowie przeskakują półwalec obunóż.
2. Uczniowie pełzają pod klockiem duo.
3. Uczniowie rzucają woreczkiem do kostki z otworem.
4. Uczniowie przechodzą po półwalcu.
5. Uczniowie układają wieżę z klocków: jednej dużej cegły, dwóch małych cegieł i jednego stożka.
6. Uczniowie mają do przejścia tor przeszkód ułożony z następujących klocków:
 - półwalca
 - schodów
 - pochylni
 - dwóch połówek opon
 - kostki z otworem.

III. Część końcowa

1. Budowanie zamku przez drużyny.
2. Ćwiczenia oddechowe.
3. Omówienie zajęć. Ocena aktywności dzieci.

