

SCENARIUSZ LEKCJI

Temat: Łączymy elementy gimnastyczne w układ ćwiczeń wg własnej inwencji twórczej.

Cele główne lekcji:

1. Umiejętności:

- uczeń potrafi wykonać przewrót w przód z przysiadu podpartego,
- uczeń potrafi wykonać przewrót w tył z przysiadu podpartego,
- uczeń potrafi wykonać leżenie przerzutne z leżenia tyłem,
- uczeń potrafi wykonać leżenie przewrotne z leżenia tyłem,
- uczeń potrafi wykonać stanie na rękach z postawy stojąc,
- uczeń współpracować w grupie.

2. Motoryczność:

- kształtowanie płynności ruchów, koordynacji ruchowej.

3. Wiadomości:

- uczeń posiada podstawowe wiadomości na temat układów gimnastycznych,

4. Akcent wychowawczy:

- współpraca w zespole, kształtowanie własnego ruchu.

Miejsce zajęć: sala gimnastyczna.

Czas trwania zajęć: 45 min.

Klasa: V

Liczba ćwiczących: 22

Przybory: 3 materace

Prowadzący: Robert Batorski

TOK LEKCJI	ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	CZAS	UWAGI ORGANIZACYJNO-METODYCZNE
<u>Część wstępna</u> 1.Czynności organizacyjno-porządkowe.	1. Zbiórka. 2. Powitanie, sprawdzenie listy obecności i przygotowania uczniów do lekcji. 3. Podanie tematu lekcji. 4. Omówienie założeń lekcji.	3 min.	Uczniowie ustawieni w szeregu
<u>Część główna A</u>	Ćwiczenia kształtujące Trucht dookoła sali W truchcie – odrzuty RR w bok, wymachy RR w tył. Zatrzymanie: skłony T w przód i w tył, skłony boczne T w dwójkach, skrętoskłony, krążenia T, RR na biodrach. Skipp A, C, cwał bokiem w dwójkach, podskoki jedno-nóż, Z przysiadu wyskoki w górę, siady, płotkarskie, krążenia i skłony głowy	10 min	Ćwiczenia na sali
<u>Część główna B</u>	Uczniowie posiadają przygotowane na kartkach układy ćwiczeń (Na poprzedniej lekcji zadana była	29 min	Ćwiczenia na sali gimnastycznej

	praca domowa). Realizacja zaproponowanych przez uczniów układów ćwiczeń.		
<u>Część końcowa</u> Czynności organizacyjno - porządkowe	Zbiórka - podsumowanie lekcji. - samoocena, - pożegnanie.	5 min	Uczniowie ustawieni w szeregu