

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASIE IV

Przybory- szarfy, ringo, pachołki, piłki do mini piłki koszykowej, woreczki

Metody - zadaniowo ścisła, zabawowo- naśladowcza, zabawowo- klasyczna, ruchowej ekspresji twórczej, problemowa.

Temat - Z zabawą dydaktyczno- ruchową na wesoło

Zadania wychowawcze- integracja w zespole pomiędzy ćwiczącymi, kształtowanie więzi grupowej, zasady fair- play podczas zabaw.

Miejsce ćwiczeń- sala gimnastyczna

TOK LEKCJI	ZADANIA	UWAGI ORGANIZACYJNO-METODYCZNE
1 Zorganizowanie grupy i sprawdzenie gotowości do zajęć	Zbiórka, powitanie Sprawdzenie gotowości do zajęć	Zbiórka w szeregu. Powitanie okrzykiem „ w zdrowym ciele zdrowy duch”
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji	Podanie tematu lekcji Podanie informacji na temat wartości ćw. fizycznych Wywołanie pogodnego nastroju i atmosfery efektywności pracy	
3. Rozgrzewka	1 Zabawa bieżna „Powódź” 2.Zabawa „Lustro” 3.Ćw. kształtujące ramion, nóg i tułowia w pozycji wysokiej i niskiej prowadzone w parach o różnym stopniu trudności - ustawienie prawymi bokami do siebie i wymachy nogi zewnętrznej następnie zmiana strony i nogi w wymachu - ustawienie plecami do siebie, chwyt partnera haczykiem i równoczesne wykonanie przysiadu - ustawienie przodem do siebie, podanie sobie rąk wykonanie krążenia tułowia z obrotem 4 Zadania problemowe, prowadzone w formie naśladowczej - przeciąganie liny w zespołach - przenoszenie ciężkiej skrzyni - walka kogutów - walka robotów	Korekta bieżąca sposobu wykonywania ćwiczeń Ustawienie na obwodzie koła wybrany uczeń w środku koła pokazuje ćw. które dokładnie wykonują inni Integracja zespołu w formie zabawowej Uczniowie wykazują różnice w sposobie wykonania danego ćwiczenia
4.Kształtowanie umiejętności rozwijania i doskonalenia zdolności twórczych	A- Siad w rzędach, wyjaśnienie podstawowych zasad rywalizacji zespołowej. Podanie przez prowadzącego sposobu punktacji w zabawach dydaktyczno-ruchowych	Punktacja wg. Zasad I miejsce-3pkt II miejsce-2pkt III miejsce-1pkt Błędy –za 3 błędy minus

	losowy podział na zespoły ćwiczebne	1pkt
	B--Konkurs matematyczny na sygnał w podporze tyłem toczenie piłki do mini koszykówki nogą do pierwszego pachołka, następnie zostawienie piłki w ringo i w podporze tyłem do kierunku ćw .bieg do następnego pachołka przy którym znajduje się kartka z zadaniami matematycznymi dodawaniem i odejmowaniem w zakresie 100. po zakończeniu zadania taki sam powrót i zmiana na linii startu	Uczniowie ustawieni w rzędach Wyznaczeni wcześniej uczniowie sędziują poprawność wykonania zadania matematycznego
	C Konkurs ortograficzny „napisz poprawnie”	Na sygnał prowadzącego pierwszy zawodnik z rzędu rozpoczyna kozłowanie piłki prawą ręką do pierwszego pachołka, piłka zostaje w ringo, następnie porusza się podskokami obunóż do następnego pachołka , tam w wyznaczonym miejscu pisze na kartce wyrazy z: Ź, RZ, Ó, CH . Powrót tą samą drogą ze zmianą ręki kozłującej
	D Konkurs geograficzny „wyścig miast polskich”	Na sygnał pierwsi ćwiczący z każdego rzędu biegną do pierwszego pachołka z woreczkiem na głowie tam zostawia woreczek i biegnie dalej tyłem do następnego pachołka, żeby wpisać nazwę polskiego miasta, powrót wykonując te same zadania. Wyznaczeni sędziowie czuwają nad poprawnością wpisywanych nazw.
	E Konkurs wiedzy oólnej „prawda czy fałsz” przykłady: -Struś jest największym ptakiem, lecz nietolem -Dziś jest wtorek -Kopernik to polski poeta -Już zaczęła się pora roku zima -Za miesiąc będą Święta Wielkanocne	Prowadzący odczytuje przykłady stwierdzeń, a pierwsi z rzędu uczniowie biegną do ucznia stojącego po środku i starają się jak najszybciej zdobyć szarfę koloru czerwonego(fałsz) lub niebieskiego (prawda) Za prawidłową odpowiedź poprzez wybranie odpowiedniej szarfy drużyna zdobywa 1pkt

5.Uspokojenie organizmu	Zabawa uspokajająca „minutka”	Leżenie tyłem w swoich grupach ćwiczebnych z ugiętymi nogami tak długo, aż minie minuta, następnie wykonanie siadu skrzyżnego. Wygrywa zespół, który był najbliższej prawdy
6 Czynności organizacyjne i wychowawcze	Zbiórka Podsumowanie zajęć, podanie wyników współzawodnictwa. Zachęcenie do podejmowania indywidualnych zadań doskonalących swoje zdolności psychofizyczne, sprawność oraz wiadomości. Pożegnanie z klasą	Ustawienie w szeregu. Pożegnanie z klasą okrzykiem „W zdrowym ciele zdrowy duch”