



Zabawa rozwijająca sprawność ruchową i koncentrację uwagi „Gdy na oceanie wielka burza...”

1. Odbiorcy: uczniowie klasy I

2. Cele ćwiczenia

- Rozwinięcie koncentracji uwagi
- Rozwijanie sprawności ruchowej

3. Środki dydaktyczne potrzebne do realizacji ćwiczenia: brak

4. Przebieg ćwiczenia:

Zabawa jest bardzo dobrym pomysłem na 3-4 min. regenerację sił poprzez ruch. Nauczyciel informuje uczniów, że sala to ich statek, którym płyną po oceanie. Początkowo na oceanie jest cisza, świeci słońce, statek płynie bardzo spokojnie (dzieci swobodnie poruszają się po sali). Nagle zrywa się burza i nauczyciel wydaje komendy:

- załoga na prawą burtę! (wszyscy uczniowie biegną na prawą stronę sali);
- załoga na lewą burtę! (wszyscy uczniowie biegną na lewą stronę sali);
- załoga na rufę! (wszyscy uczniowie biegną na tyły sali);
- załoga na dziób! (wszyscy uczniowie biegną do przodu sali).

Następnie burza ustaje i znów dzieci poruszają się spokojnie po całej sali. Ćwiczenie można powtórzyć 3-4 razy.

5. Cel edukacyjny z podstawy programowej:

- Współpraca z innymi w zabawie, w nauce szkolnej i w sytuacjach życiowych
- Rozwijanie sprawności ruchowej
- Przygotowanie do uczenia się (trening koncentracji uwagi i pamięci roboczej)

6. Obszar podstawy programowej: wychowanie fizyczne

7. Zakres modyfikacji:

Można wykorzystać ćwiczenie do sprawdzenia, czy uczniowie (szczególnie uczniowie zdolni) wiedzą, czym jest ocean, jakie oceany występują na naszej planecie, który z nich jest największy, a który najmniejszy.