

<b>Temat:</b>		<b>Sport to zdrowie!</b>			
<b>Grupa docelowa:</b>		1 klasa, ok. 25 osób			
<b>Cele:</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Uczeń wie, jak zachować się odpowiednio do warunków atmosferycznych</li><li>• Uczeń bierze udział w zabawach, minigrach i grach terenowych, zawodach sportowych, respektując reguły i podporządkowując się decyzjom sędziego,</li><li>• Uczeń wie, jak należy zachować się w sytuacjach zwycięstwa i radzi sobie z porażkami w miarę swoich możliwości</li></ul>			
<b>- ogólne (z podstawy programowej)</b>					
<b>- szczegółowe</b>		Poznawcze: uczeń zna zasady gier i zabaw zespołowych Kształcące: uczeń potrafi rzucać i odbierać piłkę, a także ją kopać i kozłować Wychowawcze: uczeń wie jakie ma możliwości i posiada wiarę w siebie			
<b>Miejsce:</b>		sala gimnastyczna			
<b>Czas trwania:</b>		60 minut			
<b>Metody nauczania:</b>		gry i zabawy ruchowe, relaksacja			
<b>Formy pracy:</b>		Zespołowo i indywidualne			
<b>Środki dydaktyczne:</b>		szarfy i woreczki gimnastyczne, pachołki, szwedzka ławeczka, materac, gwizdek			
<b>Materiały pomocowe:</b>					
Przebieg:		Metody i formy:	Środki i materiały:	Czas i miejsce:	
Etap wstępny	Nauczyciel rozdaje Dzieciom szarfy w dwóch kolorach – kolor szarf determinuje zespół, do którego Dziecko będzie należało. Dzieci grają w 2 ognie na 2 piłki z zasadą rzutu i odbioru piłki oburącz. Komu nie uda się złapać, a piłka dotknie jego rąk lub ciała – jest ‘ogniem’ czyli idzie na pole za zespół przeciwny.	- gra zespołowa - ruchowa	- szarfy	15 minut	
Etap zasadniczy	Bieg z przeszkodami. Dzieci kolejno pokonują bieg: slalom do przebiegnięcia, ławeczka do przejścia, materac do turlania się i duża przestrzeń do przejścia na czworaka przodem i na czworaka tyłem. Trasę Dzieci pokonują jeden za drugim, po przebiegnięciu w obie strony trasy.	- zabawa zespołowa - ruchowa	- szarfy - pachołki - materace - ławeczka szwedzka	30 minut	
Etap końcowy	Relaksacja – Dzieci leżą na plecach na podłodze i liczą w ciszy do 100. Kiedy doliczą otwierają oczy, siadają i pozostają w dalszym ciągu w ciszy. Po ‘obudzeniu’ wszystkich Nauczyciel podsumowuje zawody.	- indywidualnie - relaksacja		15 minut	
<b>Uwagi:</b>					
<b>Autor:</b>		Marta Miłoś			