
Konspekt zajęć ruchowych w klasie I w dniu

Opracowała: Maria Szczepańska

Klasa: I

Liczebność: 25

Czas trwania : 45 minut

Temat : Utrwalenie figur geometrycznych i zasad ruchu drogowego w zabawach i grach ruchowych

Cechy motoryczne: Kształtowanie szybkiej reakcji na sygnały słuchowe i wzrokowe (na kolor czerwony i zielony), spostrzegawczość.

Umiejętności: Prawidłowe przechodzenie przez ulice
Zachowanie ruchu prawostronnego dla pieszych

Akcent wychowawczy: Wdrażanie do współpracy w zespole
Kształtowanie świadomej dyscypliny

Wiadomości: Przypomnienie i zaznajomienie dzieci ze znakami drogowymi, ruchem drogowym i podstawowymi figurami geometrycznymi.
Bezpieczeństwo w ruchu drogowym.

Pomoce: obręcze, szarfy w czterech kolorach (czerwony, żółty, niebieski, zielony) krążki – w czterech kolorach, kartoniki ze znakami drogowy, piłka

Przebieg zajęć:

Część lekcji	Zadania główne	Zadania szczegółowe	Środki dydaktyczne	Metody	Nauczyciel	Uczeń	Uwagi
I. CZĘŚĆ WSTĘPNA	I. Czynności organizacyjno - porządkowe	1. Zbiórka. 2. Przywitanie, sprawdzenie obecności. 3. Sprawdzenie gotowości uczniów do zajęć.	Dziennik zeszyt		2. Powitanie uczniów	2.Odpowiedź uczniów	
	II. Motywacja do zajęć	1.Podanie tematu.	1.Podanie informacji w atrakcyjny sposób		1.Wprowadzenie pogodnego i miłego nastroju	1. Zainteresowanie tematyką zajęć i chęć uczestnictwa w nich	
	III. Rozgrzewka	1. „Podróż”	szarfy	Zabawa ze śpiewem	Objaśnia zabawę	Głośno śpiewają	

	<p>Ćwiczenia rozgrzewające</p> <p>2. Pobranie krążków przez dzieci.</p> <p>3. Postawa zasadnicza- przeskakiwanie krążka obunóż w przód, tył i na boki.</p> <p>4. Leżenie przodem – krążek w uniesionych dłoniach „przeglądamy się w lustrze”</p> <p>5. Siad klęczny – krążek przed uczniem, ręce z tyłu – dotykamy czołem podłogi w środku krążka.</p> <p>6. Stanie w miejscu – krążek pomiędzy kolanami – podskoki w miejscu.</p> <p>7. Spacer z krążkiem na głowie po sali.</p> <p>8. Leżenie tyłem- krążek pomiędzy stopami, ręce wzdłuż tułowia – przenoszenie krążka nad głową.</p> <p>9. Stanie na jednej nodze, druga ugięta w kolanie – krążek na stopie.</p>	krążki	<p>3. Bezpośredniej celowości ruchu</p> <p>4. j.w</p> <p>5. j.w</p> <p>6. j.w</p> <p>7. j.w</p> <p>8. j.w</p> <p>9. j.w</p>	<p>2. Rozdaje krążki</p> <p>3. Objaśnia ćwiczenie</p>	<p>3. Stara się wykonywać ćwiczenia dokładnie</p>	

<p>II. CZEŚĆ GŁÓW NA</p>	<p>VI. Gry i zabawy kształtujące</p>	<p>1. Zabawa orientacyjno- porządkowa „Policjant”. Samochody przygotowane do jazdy, przechodnie pragnący przejść na drugą stronę ulicy. Pośrodku policjant kieruje ruchem. Przez podniesienie zielonego krążka, daje znak przejścia dla pieszych, przez podniesienie czerwonego krążka przechodnie zatrzymują się. Policjant daje znak przejazdu samochodom.</p> <p>2. Zabawa bieżna „Samochody”. Dzieci pojedynczo pobierają szarfy od nauczyciela. Przygotowują garaże z szarf. Z czerwonych szarf układają garaże w kształcie kwadratów, z żółtych garaże w kształcie prostokątów, z niebieskich w kształcie trójkątów, ze zielonych garaże w kształcie kół. Dzieci samochody wyjeżdżają ze swych garaży i pojedynczo „jeżdżą” mijając się, zwalniają lub przyspieszają. Na sygnał (gwizdek) samochody ustawiają się jeden za drugim przed swoimi garażami. Na sygnał powtarzamy zabawę.</p>	<p>Krążek zielony i czerwony dla policjanta, kolorowe dla dzieci</p> <p>Szarfy w kolorach: niebieskim, czerwonym, zielonym, żółtym</p>	<p>Zabawowa naśladowcza</p> <p>Zabawowa naśladowcza</p>	<p>1. Objaśnia zabawę</p> <p>2. Rozdaje szarfy Kontroluje zachowanie w czasie zabawy</p>	<p>1. Aktywnie uczestniczy w zabawie Reaguje na polecenia wzrokowe</p> <p>2. Aktywnie uczestniczy w zabawie Reaguje na sygnały dźwiękowe</p>	
--	---	---	--	---	--	--	--

		<p>3. Odtwarzanie figur geometrycznych Dzieci biegną w różnych kierunkach, a na sygnał (jeden gwizdek) dobierają się trójkami i z szarf układają trójkąt siadając skrzyżnie przed wierzchołkami trójkąta. Na dwa gwizdki tworzą kwadrat, na trzy prostokąt.</p> <p>4. Zabawa „<i>W lewo- w prawo</i>” Dzieci układają z szarf ulicę. Ustawiają się po przeciwnych jej stronach. Na sygnał ruszają z miejsca idąc po prawej stronie, zgodnie z obowiązującymi zasadami. Na hasło w „tył zwrot”, przechodzą na drugą stronę i idą w przeciwnym kierunku. Maszerują bez potrażeń i rozpychania.</p> <p>5. Zabawa w „<i>Figury</i>”. Dzieci ustawione w szeregu, jeden z uczestników rzuca piłką do stojących w szeregu a wraz z rzutem wymienia nazwę figury geometrycznej np.: kwadrat, prostokąt, trójkąt. Każdy chwytą piłkę i odrzuca ją podającemu. Gdy ten wymieni „koło” wtedy nie wolno chwytąć piłki. Kto ją schwyci</p>	szarfy	Odtwórcza zabawowa	3. Objaśnia zabawę	3. Reaguje na polecenia wydawane przez prowadzącego	
			szarfy	Zadaniowa	4. Objaśnia zabawę, dzieli uczniów na dwie grupy	4. Poprawnie wykonuje polecenie	
			piłka	Zabawowa	5. Objaśnia zabawę oraz reguły	5. Przestrzega reguł zabawy	

		<p>traci zdobyte punkty. Wygrywa ten, kto zdobędzie najwięcej punktów.</p> <p>6. Zabawa „<i>Żywe domino znaków drogowych</i>”. Dzieci ustawiają się w kole. Prowadzący wręcza im po dwa znaki drogowy na kartonikach. Znaki powtarzają się tak, aby par było wiele. Następnie każe dzieciom się rozejść. Na hasło dzieci odszukują się i ustawiają z rozłożonymi rękami, w których trzymają znaki drogowy tworząc układ domino</p>	Znaki drogowy	Zabawowa	6. Objaśnia zabawę	6. Pobiera znaki Aktywnie bierze udział w zabawie	
--	--	---	---------------	----------	--------------------	--	--

III CZEŚĆ KOŃC OWA	V. Uspokojenie organizmu	1. Zabawa „Lustro” Dzieci siedzą skrzyżnie na obwodzie koła. Jedni dziecko wychodzi z sali , prowadzący wyznacza inne dziecko, którego zadaniem jest imitowanie różnych ruchów. Pozostałe osoby naśladowują zadane ruchy. Zadaniem dziecka, które wraca do grupy jest odgadnięcie kto imituje ruchy. Po odgadnięciu następuje zmiana ról.		Zabawowa	1. Objasnia zabawę	1. Aktywnie bierze udział w zabawie	
	VI. Czynności organizacyjne	1. Zbiórka 2. Omówienie lekcji, ocena uczniów, omówienie aktywności oraz zachowania uczniów. 4. Pożegnanie		Zadaniowa ścisła	1. Ogłasza zbiórkę 2. Omawia przeprowadzoną lekcję oraz zachowanie uczniów, proponuje samoocenę	1. Ustawia się w dwuszereg 2. Dokonuje samooceny	

