

Autor/autorka

Agnieszka Słaboń

1. Etap edukacyjny i klasa

- szkoła podstawowa - klasa VII

2. Przedmiot

- wychowanie fizyczne

3. Temat zajęć:

Nauka przekazywania pałeczki sztafetowej.

4. Czas trwania zajęć

45 minut

5. Uzasadnienie wyboru tematu

zgodnie z podstawą programową klasa VII (II.1 , II.2)

6. Uzasadnienie zastosowania technologii

Zastosowanie narzędzi TIK ułatwia pracę nauczyciela i wspierają proces uczenia się uczniów. TIK daje możliwości wyszukiwania i przetwarzania informacji w internecie. Uczniowie chętnie pracują przy komputerze, lubią oglądać filmy na You Tube, nagrywać filmy smartfonem, robić zdjęcia. Uczniowie mogą dokonać samooceny wykonania ćwiczenia i otrzymać dokładną informację zwrotną od osoby, która obejrzy zdjęcie lub film. Pozwoli im to robić szybsze postępy i śledzić swój rozwój.

7. Cel ogólny zajęć

Uczeń potrafi poprawnie przekazać pałeczkę sztafetową.

8. Cele szczegółowe zajęć

1. umiejętność przekazania pałeczki sztafetowej sposobem górnym, wyrabianie szybkości reagowania na sygnał.
2. kształtowanie zwinności, szybkości, koordynacji ruchowej ,wytrzymałości.
3. odpowiedzialność za bezpieczeństwo własne i współwiczających podczas wykonywania ćwiczeń, efektywna współpraca z partnerem i zespołem.

9. Metody i formy pracy

- metoda ścisła
- metoda zadaniowa
- pogadanka
- pokaz
- opis słowny

10. Środki dydaktyczne

- pałeczki sztafetowe
- pacholki

11. Wymagania w zakresie technologii

Laptop z dostępem do internetu, stoper w smartfonie,

12. Przebieg zajęć

Czynności wstępne i organizacyjne

1. Podanie tematu lekcji.
2. Sprawdzenie obecności.

Aktywność nr 1

Temat:

Wprowadzenie do lekcji - rozgrzewka.

Czas trwania

15 min

Opis aktywności

1. Nauczyciel zwraca uwagę na bezpieczeństwo w trakcie lekcji podczas wykonywania ćwiczeń.
2. Uczniowie wykonują rozgrzewkę: <https://www.youtube.com/watch?v=UIhcVPYZ50Y>
3. Nauczyciel wymienia uczniom rodzaje sztafet w lekkiej atletyce.
4. Uczniowie oglądają krótki filmik przygotowany przez nauczyciela:
<https://ewf.h1.pl/?page=student&token=zHSizVfTrvCZHjYTFE4KVhMCBcVqYTIBQmhGQdEfOypNvbBxAB>

Aktywność nr 2

Temat

Nauka przekazywania pałeczki sztafetowej.

Czas trwania

20 min

Opis aktywności

1. Nauczyciel wprowadza w aktywność, demonstrując metody przekazywania pałeczki sztafetowej.
2. Uczniowie przygotowują pałeczki sztafetowe i ustawiają się w drużyny czteroosobowe.
3. Uczniowie wspólnie z nauczycielem wykonują ćwiczenia :
 - nauka podania pałeczki, w parach,
 - nauka odbioru pałeczki - na sygnał wyciągnięcie ręki w tył po odbiór pałeczki, zatrzymanie ręki w fazie końcowej podania,
 - zmiana pałeczki w truchcie i biegu,
 - podawanie pałeczki w zespołach 4 osobowych.
 - Zmiana pałeczki sztafetowej w truchcie i w biegu. Ćwiczący bieżą truchtem jeden za drugim w odległości ok. 1,5m. Biegnący z tyłu trzyma w prawej ręce pałeczkę sztafetową i zajmuje taką pozycję, by jego prawy bark znajdował się w prostej linii z lewym barkiem biegnącego w przodzie współpartnera i przekazuje pałeczkę.
4. Rywalizacja Sztafetowa 4x100m na całym obwodzie boiska po podziale na zespoły i zmiany - pomiar czasu.
5. Po wykonanym zadaniu uczniowie rozwiązują krzyżówkę :
<https://learningapps.org/display?v=p3ighwjdt21>

Aktywność nr 3

Temat

Wiedza, ciekawostki.

Czas trwania

5 min

Opis aktywności

1. Uczniowie przechodzą do obejrzenia krótkiej prezentacji multimedialnej przygotowanej przez nauczyciela :

https://www.canva.com/design/DAEsEJSRvUI/fv3HJY59-sETnR3JUY8iug/view?utm_content=DAEsEJSRvUI&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=share

Aktywność nr 4

Temat

Podsumowanie lekcji.

Czas trwania

5 min

Opis aktywności

1. Utrwalenie wiadomości. Nauczyciel udostępnia link do Quizu:

<https://learningapps.org/watch?v=pp1bzo0qt2>

Podsumowanie lekcji

Podczas podsumowania lekcji nauczyciel udziela pochwały uczniom wykomującym poprawnie wszystkie czynności zawarte w scenariuszu lekcji. Motywuje ich do aktywności fizycznej oraz wspiera ich w trudnych chwilach.

13. Sposób ewaluacji zajęć

1. Uczniowie w ramach informacji zwrotnej wypełniają krótką ankietę ewaluacyjną:

https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=sJY4M_vRLU-zRktryHfynjHSfNHx8JxEtEEX1vHBF1dUQOU1VFVWRDRUV0cwVDU2Wku1NURHWUVNQi4u

14. Licencja

CC BY-NC-SA 4.0 - Uznanie autorstwa-Użycie niekomercyjne-Na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe. [Przejdź do opisu licencji](#)

15. Wskazówki dla innych nauczycieli korzystających z tego scenariusza

16. Materiały pomocnicze

17. Scenariusz dotyczy Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej: Nie

18. Forma prowadzenia zajęć: stacjonarna