



Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera
64 – 710 Połajewo, ul. Leśna 1
tel. (067) 256 71 47, fax. 256 71 47
e-mail: szkola_p@interia.pl

Klasa IV b

Temat lekcji: Nauka kozłowania piłki koszykowej w miejscu i w marszu

Cele i zadania lekcji:

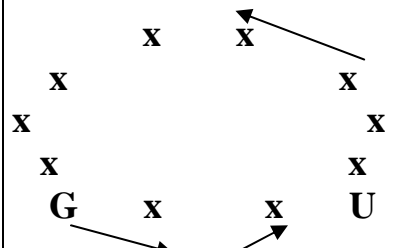
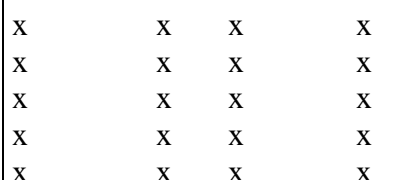
- oswojenie z piłkami koszykowymi;
- nabycie umiejętności kozłowania piłki w miejscu i w marszu, ze zmianą kierunku marszu;
- kształtowanie koordynacji ruchowo wzrokowej;
- aktywny udział w zabawach ruchowych;
- przestrzeganie zasad fair play, oraz zasad bezpieczeństwa;

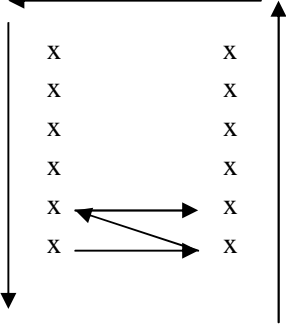
Liczba ćwiczących: 22 uczniów.

Miejsce zajęć: sala gimnastyczna.

Czas trwania: 45 minut.

Przybory i przyrządy: 22 piłki koszykowe, słupki, kolorowe talerzyki.

ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI	CZAS	UWAGI
CZEŚĆ WSTĘPNA			
Czynności organizacyjno porządkowe	Zbiórka. Sprawdzenie gotowości do zajęć, obecności. Podanie zadań lekcji.	5 min	Ustawienie w szeregu
Zabawa ożywiająca	„Berek w kółeczku” Uczniowie ustawiają się dwójkami przy słupkach ustawionych w kole. Dwóch uczniów stoi na obwodzie koła. Jeden U -uciekający drugi G -goniący. Uczeń, który ucieka, może dokonać zmian z innymi uczestnikami zabawy, stając przed dowolną dwójką, wówczas uczeń trzeci ucieka.	5 min	 <p>Zwrócić uwagę na bezpieczeństwo podczas zmian, oraz na prawidłowe i częste dokonywanie zmian osoby uciekającej.</p>
Rozgrzewka z piłkami	Uczniowie ustawieni w czterech rzędach, jedna piłka na dwa rzędy. Po wymianie podań ćwiczenia kształtujące, powrót truchtem. Ćw. RR - krążenia Ćw. NN - skipy Ćw. T – skłony, skrętoskłony, skoki, wieloskoki	5min	
CZEŚĆ GŁÓWNA			
Ćwiczenia w formie, ściśle naśladowczej	Wszyscy uczniowie z piłkami, ustawieni w rozsypance. Ćwiczenia w miejscu. Kozłowanie piłki w staniu ręką prawą, ręką lewą. Kozłowanie w klęku; kozłowanie w siadzie. Przekładanie piłki za kolanami, plecami, za głową. Podrzuty z klaśnięciem.	7min	Omówienie techniki kozłowania, zwrócenie uwagi na reagowanie na gwizdek nauczyciela, który informuje o zmianie ćwiczenia.

<p>Ćwiczenie w formie zabawowej</p>	<p>Każdy uczeń zabiera kolorowy talerzyk. Na gwizdek rozpoczynamy koźłowanie w marszu. Każdy kolejny gwizdek to zmiana ręki koźlującej, lub ćwiczenia.</p> <p>Każdy kolejny podwójny gwizdek oznacza jak najszybsze ustawienie przy słupku uczniów, którzy posiadają równo kolorowe talerzyki. Wygrywa drużyna, która najszybciej ustawi się przy odpowiednim słupku</p> <p>Podział uczniów na dwie drużyny. Jedna drużyna obiega wyznaczone pole, po kolei koźlując piłkę. Drużyna druga, w tym samym czasie wykonuje podania. Wygrywa drużyna która wykona jak najwięcej podań piłką. Zwycięska drużyna zostaje w nagrodę przeniesiona na barkach przez drużynę przegraną.</p>	<p>8 min</p> <p>8 min</p>	<p>Poruszając się po boisku zwracamy uwagę na bezpieczeństwo, należy patrzeć przed siebie, a nie tylko na piłkę, którą koźlujemy.</p> <p>Zwracamy uwagę na omijanie słupków, oraz głośne liczenie podań. Podczas przenoszenia zwracamy uwagę na zachowanie bezpieczeństwa.</p>  <p>xxxx</p>
<p>CZĘŚĆ KOŃCOWA</p> <p>Czynności organizacyjno-porządkowe</p>	<p>Zbiórka. Omówienie zadań lekcji. Nagrodzenie uczniów, za pracę na lekcji. Zwrócenie uwagi na prawidłowe koźłowanie piłki. Pożegnanie.</p>	<p>6 min.</p>	<p>Uporządkowanie sali. Zebranie piłek</p> <p>xxxxxxxxxxxxx N</p>

Opracowała i przeprowadziła Anna Staśkiewicz – nauczyciel wychowania fizycznego.