

**Publiczna Szkoła Podstawowa nr 12
im. Jana Pawła II w Stalowej Woli**

Scenariusz zajęć dla klasy 0₃
Prowadzący: mgr Joanna Niwierska

TEMAT: Konkurencje sportowe

Cel główny:

- Rozwijanie sprawności fizycznej i odporności psychicznej dzieci.
- Tworzenie atmosfery współpracy i współdziałania w zespole.
- Poznanie i przestrzeganie zasad zdrowej rywalizacji sportowej.
- Rozwijanie odporności emocjonalnej w sytuacjach porażki lub zwycięstwa.
- Poznanie i stosowanie zasad właściwego dopingu sportowego.

Cele szczegółowe:

Dziecko:

- rozwija koordynację ruchową,
- rozładowuje napięcie emocjonalne,
- ćwiczy umiejętność opanowania lęku, emocji, pokonywania trudności,
- współtworzy miłą atmosferę podczas ćwiczeń,
- przestrzega reguł w zawodach sportowych.

Metody: Konkurencje sportowe i sprawnościowe, pedagogika zabawy.

Formy: Indywidualna i zespołowa.

Pomoce: Woreczki, koła hula – hop, piłki.

PRZEBIEG:

Wstęp:

1. Rozgrzewka - bieg po kole: (wymachy rąk do przodu, do tyłu, naprzemienne wymachy rąk).
2. Wybór kapitanów dwóch drużyn. Kapitanowie wybierają zawodników swoich drużyn.

Część główna: Konkurencje sportowe.

1. Skoki na jednej nodze. Która drużyna pierwsza pokona trasę na jednej nodze – ta wygrywa.
2. Kręgle. Która drużyna strąci najwięcej kręgli – ta wygrywa.
3. Ćwiczymy celność. Na podłodze rozłożone jest hula – hop. Każdy z uczestników rzuca do celu za pomocą woreczka. Wygrywa ta drużyna, w której jest większa liczba celnych rzutów.
4. Zabawa z piłką. W tej konkurencji dzieci przekładają piłkę nad głowami od pierwszego dziecka do ostatniego. Następnie tunelem pod nogami od ostatniego dziecka do pierwszego. Wygrywa ta drużyna, w której piłka szybciej dotrze do kapitana drużyny.
5. Rzuty piłką do kosza. Która drużyna będzie miała najwięcej trafień – ta wygrywa.
6. Skoki żabką z hula-hop.
7. Gra w dwa ognie. Wygrywa drużyna, która skuje wszystkich zawodników z przeciwnej drużyny.

Zakończenie:

Podziękowanie dzieciom za wspólną zabawę. Ogłoszenie wyników konkurencji. Pogratulowanie zwycięskiej drużynie.

mgr Joanna Niwierska