

ZADANIE GŁÓWNE - TEMAT LEKCJI: Wykorzystanie przyborów w nauce pływania-oswojenie z wodą

Klasa Ia, integracyjna

Zadania szczegółowe w zakresie:

1. Sprawności motorycznej

Uczeń:

- Rozwija orientację ruchowo - przestrzenną

2. Umiejętności

Uczeń:

- Potrafi bezpiecznie wykonać ćwiczenia oraz stopniowo oswaja się z wodą

3. Wiadomości

Uczeń

- Poznaje specyfikę środowiska wodnego

4. Usamodzielniania

Uczeń

- Dbą o bezpieczeństwo własne i koleżanek
- Pracuje nad zmniejszeniem lęku przed wodą

Czas trwania: Lekcje 45 minutowe w cyklu cotygodniowym

Miejsce: pływalnia

Przybory: piłki, deski, koła

CZEŚĆ LEKCJI	CZYNNOŚCI UCZNIÓW		CZYNNOŚCI NAUCZYCIELA	METODY
	DOCELOWE	ZADANIA		
1	2	3	4	5
C ZĘ ŚĆ W S T Ę P N A	Zapozna się z zadaniami lekcji	<ul style="list-style-type: none"> - uważnie słucha informacji nauczyciela - przygotowuje się do świadomego i aktywnego udziału w lekcji 	<ul style="list-style-type: none"> - sprawdza gotowość uczniów do zajęć - podaje temat i zadania lekcji 	<i>pogadanka</i>
C ZĘ ŚĆ G Ł Ó W N A „A ”	<p>Pobudzi i przygotuje organizm do wysiłku, zaangażuje mm RR, obręczy barkowej, NN i T.</p> <p>Poznaje zasady gier i zabaw, uczy się współdziałania w grupie. Doskonali szybkość ,technikę pracy NN i koordynację.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - bierze udział w zabawie „Berek z kołem”(asekuracja nauczyciela) - zabawa „Jak głęboko”Uczeń z nauczycielem przypomina sobie sposób poruszania się w środowisku wodnym 	<ul style="list-style-type: none"> - wyjaśnia zasady zabawy - nauczyciel objaśnia ćwiczenia 	<p><i>zabawowa</i></p> <p><i>zabawowa</i></p>
C ZĘ ŚĆ G Ł Ó W N A „B ”	Oswaja się z wodą , pokonuje lęk przed wodą	-wprowadzenie dmuchanego samolotu(wspólne przygotowanie sprzętu, najpierw na łódzie ,później w wodzie)	N pokazuje, objaśnia asekuje	<i>Opowieść ruchowa</i>

C ZĘ ŚĆ G Ł Ó W N A „B	Doskonali wydech do wody i zanurzanie twarzy	- zabawa „ Włączenie silnika samolotu ”(wydech powietrza ustami do wody)	Demonstruje ćwiczenia	<i>zadaniowa</i>
	Zapoznaje się ze specyfiką środowiska wodnego, pokonuje lęk przed wodą	<u>Opowieść ruchowa:</u> - „ Odprawa pasażerów ”(zabranie kółek, piłek na pokład samolotu) - „ Start samolotu ”(powolny marsz z przyborem) - „ Spokojny lot ”(poruszanie się w marszu) - „ Turbulencje ”(podskoki w odzie, ochlapywanie) - „ Katapulta czyli opuszczenie samolotu ”(wykorzystanie przyborów, próba poruszania się samodzielnie tylko z asekuracją)		<i>zabawowa</i>
C ZĘ ŚĆ K O Ń C O W A	Doskonali oswojenie z wodą, zanurzanie twarzy	- zabawa „Zamiana miejsc” w wodzie płytkiej(wspólnie z klasą, uczeń musi przejść na inny tor pływacki)	- objaśnia	<i>zabawowa</i>
	Oceni poziom swoich umiejętności	- stojąc na zbiórce uczestniczy w podsumowaniu - żegna się z Samolotem, odnosi sprzęt	- podsumowuje lekcję, chwali ćwiczącego	<i>dyskusja</i>

Proponowane zajęcia odbywały się cyklicznie co tydzień. Głównie stosowano opowieść ruchową, co pozwoliło w dużej mierze zapomnieć czy osłabić lęk ucznia przed wodą. Dmuchany, czerwony samolot stał się narzędziem, przewodnikiem w środowisku wodnym.

Opowieści się powtarzały, czasem wprowadzano nowe trudniejsze elementy(Burza, Turbulencje). Najważniejszy cel został osiągnięty: uczeń nie zgłaszał rodzicom lęku przed wodą, uczestniczył w zajęciach z radością. Przed nami jeszcze długa droga, kontynuacja w następnych latach szkolnych.