



**Scenariusz zajęć
rozwijających zainteresowania dzieci szczególnie uzdolnionych sportowo
w Oddziałach Przedszkolnych w Szkole Podstawowej nr 4 w Grajewie
w ramach projektu:**

***„Nie zgubić talentu – rozwijanie kompetencji kluczowych u dzieci
z Oddziałów Przedszkolnych przy Szkole Podstawowej nr 2
i przy Szkole Podstawowej nr 4 w Grajewie”***

Scenariusz zajęć sportowych w grupie dzieci 5-6 letnich

Prowadzący: Chyliński Tomasz

Czas trwania: 60 minut

Miejsce zajęć: sala gimnastyczna

Temat: Kozłowanie i podania piłki.

Cel główny:

-opanowanie umiejętności kozłowania piłki do mini koszykówki

Cele szczegółowe:

Uczeń:

-potrafi rzucać i chwycić piłkę;

-potrafi kozłować piłkę prawą i lewą ręką w miejscu i ruchu;

-bierze udział w zajęciach ruchowych;

-przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się w trakcie zajęć;

Metody: naśladowcza ścisła, zadaniowa ścisła, zabawowa;

Formy pracy: indywidualna, praca w grupach;

Środki dydaktyczne: piłki do mini koszykówki, gwizdek

Przebieg zajęć:

I Część wstępna

1.Zbiórka – sprawdzenie obecności (odliczenie) i przygotowania do zajęć;

2.Ćwiczenia w marszu bez przyrządów:

-marsz po obwodzie koła: na palcach, na piętach, na wewnętrznych i zewnętrznych krawędziach stóp, z krążeniem ramion w przód i w tył, z wymachami ramion;

-w miejscu: skłony, przysiady, pajacyki, rozgrzanie kręgów szyjnych oraz dłoni i nadgarstków;

3.Ćwiczenia w miejscu z piłkami:

-podrzuty i chwytaki piłki do koszykówki;

-podrzut i klaskanie w dłonie;

-podrzut piłki i obrót wokół własnej osi w prawą i lewą stronę;

-krążenie piłki wokół tułowia;

-toczenie piłki po „ósemce” wokół prawej i lewej nogi;

-postawa w rozkroku, krążenia, skłony i skrętoskłony – piłka trzymana oburącz;

4.Ćwiczenia w truchcie

-kozłowanie piłki prawą i lewą ręką;

-kozłowanie piłki prawą i lewą ręką z wykonaniem przysiadu;

-kozłowanie piłki po okręgu, na sygnał zmiana ręki;

-kozłowanie piłki po okręgu, na sygnał zmiana kierunku kozłowania;

II Część główna

1.Ćwiczenia z piłką:

-kozłowanie piłki w miejscu ze zmianą ręki kozłującej;

-kozłowanie piłki ze zmianą kierunku ruchu;

-w dwójkach podania piłki w ruchu zakończone rzutem z biegu;

2.Zabawa „Znajdź swój kolor”

Podział uczniów na 3 grupy. Każda grupa otrzymuje inny kolor szarf. Na sygnał rozbiegają się po boisku do koszykówki kozłując piłkę w różnych kierunkach prawą i lewą ręką. Na II sygnał ustawienie w rzędzie według koloru szarf;

3.„Wyścigi rzędów” – uczniowie ustawiają się w jednym rzędzie i odliczają do

3, a następnie ustawiają się w rzędach i na sygnał rozpoczynają

-kozłowanie piłki koszykowej prawą ręką z okrążeniem słupka;

-kozłowanie piłki koszykowej lewą ręką z okrążeniem słupka;

-kozłowanie piłki po slalomie;

III Część końcowa

-marsz dookoła sali z piłką;

-w miejscu unoszenie ramion z piłką w górę – wdech, w dół – wydech;

-zbiórka, omówienie lekcji-wyróżnienie uczniów najlepiej ćwiczących

Scenariusz opracował Tomasz Chyliński

Scenariusz zajęć jest udostępniany na licencji Creative Commons BY 4.0, co oznacza, że można je dowolnie wykorzystywać i przetwarzać za podaniem autora. Treść licencji jest dostępna na stronie: <https://creativecommons.org/licenses/>