

SCENARIUSZ ZAJĘĆ ŚWIETLICOWYCH

Temat: Zabawy z piłką – konkurencje sportowe w grupach.

Nauczyciel prowadzący: Adam Jaworski

Miejsce: hol klas „0”

Cel ogólny:

- integracja dzieci uczęszczających do świetlicy

Cele szczegółowe:

- lepsze poznanie się dzieci,
- kształtowanie umiejętności nawiązywania prawidłowych kontaktów z rówieśnikami,
- nabywanie umiejętności współdziałania w grupie,
- podniesienie sprawności fizycznej.

Metody:

- **słowna** – omówienie zasad obowiązujących podczas zajęć, wyjaśnienie reguł uczestnictwa w kolejnych zabawach i grach;
- **oglądowa** – pokazanie przebiegu poszczególnych zabaw;
- **czynna** – udział dzieci w zabawach i ćwiczeniach.

Formy:

- **grupowa**

Środki:

- sprzęt sportowy – piłki, pachołki, szarfy, kosze na piłki.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Zajęcia wstępne:

- przywitanie grupy dzieci,
- zachęcenie do wspólnej zabawy,
- zabawy ożywiające (berek, lisek, ogonki),
- ćwiczenia kształtujące mięśnie ramion i nóg.

2. Część główna:

• Ćwiczenia z piłkami (rozgrzewka):

- podrzucanie piłki w górę oburącz, chwyt oburącz,
- rzut w górę ręką prawą i lewą, chwyt oburącz,
- rzut piłki o ziemię, o ścianę, chwyt oburącz,
- rzut piłki o ziemię, o ścianę, przed chwytem klasnąć, obrócić się w kółko,
- rzuty i chwyt piłki w chodzie,
- dowolne rzuty i chwyt w pozycjach niskich i wysokich,
- celowanie piłką do kosza na piłki.

• Zabawy z piłkami:

- „rzuty do kosza” – jedna z drużyn ustawiona z piłkami w dużym kole. Dzieci celują w środek kosza na piłki, tak by jak najwięcej piłek znalazło się w środku. Po obliczeniu ilości trafień następuje zmian zespołów.
- „która drużyna szybsza?” – wszystkie piłki znajdują się w jednym koszu. Na sygnał zawodnicy jednej drużyny wyrzucają piłki z kosza, natomiast druga drużyna stara się umieścić je bardzo szybko z powrotem w koszu.

• Wyścigi (dzieci ustawione są w 2-3 rzędach):

- „Wyścigi” - szybki bieg do pachołka i powrót. Należy zwrócić uwagę by kolejne dziecko startowało dopiero po powrocie poprzedniego zawodnika,
- „Toczenie kuli” – zawodnik toczy piłkę do pachołka i z powrotem, po czym przekazuje piłkę następnemu uczestnikowi, który startuje i powtarza ćwiczenie,
- „Listonosz” – zawodnik biegnie z piłką do pachołka gdzie ją zostawia w wyznaczonym miejscu. Następny uczestnik biegnie do piłki, zabiera ją i przynosi do zespołu przekazując kolejnej osobie,
- „Pajaki” – zawodnicy startują w podporze tyłem z piłką umieszczoną na sobie. Dobiegają w takiej pozycji do pachołka, po czym powstają i powracają do zespołu układając piłkę następnemu uczestnikowi.

3. Zajęcia końcowe:

- Ćwiczenia rozciągające mięśnie, pełnią one także funkcje wyciszającą i uspokajającą organizm po wysiłku:
- wspinanie się na palce,
- zwijanie szarfy stopą lewą i prawą,
- przekładanie szarfy z jednej strony na drugą lewą i prawą nogą.
- pożegnanie, podziękowanie za wspólną zabawę.