

Temat: Gry i zabawy w nauczaniu techniki odbić w badmintonie

Zadanie dodatkowe: Doskonalenie ćwiczeń z rakieta i lotką

Zadania szczegółowe (cele operacyjne) w zakresie:

1. postaw:

- uczeń podporządkowuje się regułom działania w małym zespole
- współpracuje z partnerem dostosowując się w miarę możliwości do jego poziomu, porównuje swoją technikę ze współwiczącym
- uczeń przeżywa zadowolenie z pokonania trudności zadania – odnosi satysfakcję
- aktywnie współuczestniczy w lekcji

2. umiejętności:

- uczeń wyczuwa odległość i przestrzeń
- potrafi przyjąć prawidłową postawę do wykonania odbić
- ma opanowane podstawowe ćwiczenia oswajające z rakieta i lotką
- uczeń potrafi odbić lotkę do współwiczącego

3. wiadomości:

- uczeń zna uproszczone przepisy gry w badminton
- wie o sposobach wykonywania odbić
- potrafi rozpoznać elementy, przybory charakterystyczne dla gry badminton
- propozycja różnych form aktywności – sportów całego życia

4. motoryczności:

- uczeń rozwinię plynność i precyzję ruchu
- zwiększy siłę mięśni ramion
- rozwinię koordynację i poprawi gibkość

Klasa 6b

Liczba 15 uczniów

Miejsce: sala gimnastyczna

Sprzęt: rakiety i lotki dla każdego ucznia, siatka, karty pracy, laptop, ekran telewizora, odtwarzacz muzyki

Data: 07.03.2014r

Metody:

1. syntetyczna (całościowa)
2. zadaniowo – ścisła
3. naśladowczo - ścisła

Forma: gry i zabawy

Sposób organizacji lekcji:

1. praca jednym frontem
2. praca w parach, w małych zespołach, z ćwiczeniem dodatkowym

Przebieg lekcji

Część wstępna – 15 min.

1. uczeń nabierze pozytywnej motywacji do udziału w lekcji, słucha informacji od nauczyciela, zapozna się z zadaniami lekcji, przygotowuje się do aktywnego i świadomego udziału w lekcji
2. Nauczyciel sprawdza gotowość uczniów do lekcji, podaje temat, zadania lekcji i motywuje uczniów do udziału w lekcji
3. Pobudzi uczniów pokazem online – slajdy w badmintonie
4. Zaproponuje zabawę ożywiającą z raketami i ćwiczeniami kształtującymi przy muzyce..

Część główna – 25 min.

Realizacja zadań głównych lekcji

1. Zestaw ćwiczeń osławających z raketą i lotką indywidualnie i w parach
2. Gry i zabawy ruchowe:
 - Czterech graczy w rogach boiska, odbijając lotkę kierują uderzenie w kierunku uczestników gry znajdujących się w środku prostokąta. Gracz trafiony odpada z gry. Wygrywa zawodnik, który najdłużej utrzyma się w grze. Gra po dwóch stronach boiska z podziałem na chłopców i dziewczynki. Czas: 2x 3min
 - Dwa zespoły ustawione po obu stronach siatki, odbijają kolejno lotkę i przebiegają na drugą stronę przeciwnego rzędu. Zawodnik, który popełni błąd, wykonuje 5 przysiadów i wraca do gry. Wygrywa zespół, który wykonał najmniej przysiadów. Czas: 5 min.
 - Gra w parach i zespołach przez siatkę. Każda para posiada tylko jedną raketę. Zawodnicy z pary muszą odbijać lotkę na przemian, przekazując po odbiciu raketę partnerowi. Para, która popełni błąd traci punkt. Wygrywa para, która popełni mniej punktów. Liczenie punktów na zmianę lub nie ćwiczący

Nauczyciel czuwa nad dokładnością i poprawnością zadań, koryguje błędy

Część końcowa – 5 min.

1. Uczniowie uspokoją organizm po wysiłku, zmierzają tętno
2. ćwiczenie rozluźniające, oddechowe i uspakajające z raketą – „minutka”
1. Nauczyciel dokona oceny realizacji zadań lekcji, podsumowanie aktywności uczniów poprzez stawienie „+”
2. Zaproponuje indywidualne wypełnienie kart pracy
3. Poleci sprzątnięcie sali, pożegna uczniów

Andrzej Lirwo, marzec 2008

Badminton

to coś więcej niż sport.
To kondycja i koordynacja.
To umiejętność koncentracji
i
błyskawiczny refleks.
To zdrowie i świetna zabawa !!!

◀ ▶ 🔍 Spis treści X

Andrzej Lirwo, marzec 2008

Badminton

to coś więcej niż sport.
To kondycja i koordynacja.
To umiejętność koncentracji
i
błyskawiczny refleks.
To zdrowie i świetna zabawa !!!

◀ ▶ 🔍 Spis treści X