

PAKIET MATERIAŁÓW DYDAKTYCZNYCH

do kształcenia na odległość dla nauczycieli
wychowania fizycznego w szkole
podstawowej

Projekt „Wsparcie placówek doskonalenia nauczycieli i bibliotek pedagogicznych w realizacji zadań związanych z przygotowaniem i wsparciem nauczycieli w prowadzeniu kształcenia na odległość”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Materiał opracowany w ramach grantu nr 6/9/2021 przez Powiatowy Ośrodek
Doskonalenia Nauczycieli w Giżycku

SCENARIUSZ ZAJĘĆ DLA: uczniów klasy V szkoły podstawowej

PROWADZONYCH PRZEZ: nauczyciela wychowania fizycznego

TEMAT: Czy talent wystarczy do osiągnięcia sportowego sukcesu?

CELE KSZTAŁCENIA – WYMAGANIA OGÓLNE:

- 1) Kształtowanie umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju fizycznego oraz sprawności fizycznej.
- 2) Zachęcanie do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej.
- 5) Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całonocnej aktywności fizycznej.

TREŚCI NAUCZANIA – WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE:

- I. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna.
 2. W zakresie umiejętności. Uczeń:
 - 3) demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem.
- II. Aktywność fizyczna.
 1. W zakresie wiedzy. Uczeń:
 - 1) wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych;
- III. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej.
 1. W zakresie wiedzy. Uczeń:
 - 1) wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej;

METODY PRACY:

- Techniki multimedialne
- Autoprezentacja
- Pogadanka

FORMY PRACY:

- praca zdalna indywidualna
- praca zdalna całego zespołu

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

- 1) Komputer z oprogramowaniem systemowym i dostępem do Internetu oraz aplikacją zawierającą zestaw narzędzi i usług, służących współpracy zespołowej np. Google Meet.
- 2) Zintegrowana Platforma Edukacyjna – lekcja: Iwony Kochanowskiej „Czy talent wystarczy do osiągnięcia sportowego sukcesu?”
<https://moje.zpe.gov.pl/dolacz/25022800> (dostęp 12.03.2022)

PRZEWIDYWANY CZAS: 45 minut

WSAZÓWKI DO PRACY ZDALNEJ NAUCZYCIELA:

Warunkiem przeprowadzenia lekcji według niniejszego scenariusza jest posiadanie przez nauczyciela podstawowych kompetencji cyfrowych określonych w dokumentach np. DIGCOMP lub ECDL oraz przeszkolenie w zakresie zasad nauczania zdalnego z wykorzystaniem platformy edukacyjnej do wideokomunikacji . np. Google Meet i Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej.

Nauczyciel powinien posiadać komputer lub laptop umieszczony na stanowisku spełniającym wymogi BHP, podłączony do Internetu za pomocą łącza zapewniającego szybkość transmisji danych minimum 100 Mb/s z aplikacją do pracy zdalnej umożliwiającej wideo komunikację np. Google Meet. Nauczyciel powinien posiadać konto na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej.

WSKAZÓWKI TECHNICZNE DO PRACY ZDALNEJ UCZNIĄ:

Uczeń powinien posiadać komputer lub laptop znajdujący się na stanowisku spełniającym wymogi BHP, podłączony do Internetu za pomocą łącza pracującego z szybkością minimum 10 Mb/s z aplikacją do pracy zdalnej umożliwiającej wideokomunikację np. Google Meet.

Wymagane jest również przeszkolenie ucznia w zakresie higieny pracy zdalnej z komputerem oraz pracy z platformą edukacyjną np. Google Meet. Uczniowie włączają kamery na początku lekcji. W dalszym toku lekcji pracują według wskazówek nauczyciela.

Uczeń powinien dysponować w pokoju, w którym realizuje lekcję zdalną, przestrzenią min. 2mx2m z podłogą umożliwiającą położenie się na niej.

PROPONOWANY PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Część I

Organizacja spotkania na platformie do wideokomunikacji, np. Google Meet. Przywitanie uczniów, prośba o włączenie kamerek. Sprawdzenie obecności – każdy uczeń, potwierdzając swoją obecność włącza kamerkę.

Część II

Nauczyciel uruchamia na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej lekcję „Czy talent wystarczy do osiągnięcia sportowego sukcesu?” autor Iwona Kochanowska, link <https://moje.zpe.gov.pl/dolacz/25022800> (dostęp 12.03.2022) i demonstruje uczniom ekran swojego komputera.

Nauczyciel zadaje pytanie

Czy chciałbyś zostać mistrzem świata w jakiejś dziedzinie sportu?

Uczniowie poprzez krótkie, półminutowe wypowiedzi opisują swoje marzenia. Nauczyciel na ekranie w umieszczonej ikonografii zaznacza opcję Tak lub Nie.

Po krótkim podsumowaniu, nauczyciel przechodzi do następnej części lekcji.

Uczniowie poszukują w sieci przykładów sportowców, którzy osiągnęli poziom mistrzowski, pochodzących z ich okolicy i prezentują ich sylwetki. Mogą to zrobić przy zastosowaniu wypowiedzi ustnej, mogą także wykorzystać materiał skopiowany ze swojego komputera.

Nauczyciel proponuje obejrzenie w sieci animowanego filmu, w sposób żartobliwy opowiadającego, jak mały Kuba (Jakub Kochanowski) został mistrzem świata.

Link do filmu

<https://www.youtube.com/watch?v=quayhsk7sSQ> (dostęp 12.03.2022)

Po obejrzeniu filmu nauczyciel przechodzi do następnej części lekcji.

Część ta rozpoczyna się dyskusją o jego przesłaniu ze szczególnym uwzględnieniem poniższych elementów. Nauczyciel:

- 1) wyjaśnia słowo „talent” oraz zasadę fair play w sporcie,
- 2) kieruje dyskusją jaka jest droga do osiągnięcia sukcesu,
- 3) przedstawia rolę regularnych ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego, jak również istotną rolę utrzymywania prawidłowej postawy ciała,

- 4) pokazuje na zdjęciach jak należy prawidłowo siedzieć przy biurku, w jakiej pozycji można odpoczywać prawidłowo siedząc np. na podłodze,
- 5) pokazuje także na zdjęciach dwa proste ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę ciała oraz zachęca, żeby uczniowie wykonali je po zajęciach,
- 6) nauczyciel prosi uczniów z klasy, uczęszczających na zajęcia sportowe, by opisali swój sportowy rozwój, opowiedzieli, na jakie zajęcia chodzą i zaprezentowali zdjęcia z zawodów, puchary, medale.

EWALUACJA ZAJĘĆ:

Na czacie stosowanej platformy edukacyjnej np. Gogle Meet, każdy uczeń jednym zdaniem zachęca swoich rówieśników do uprawiania sportu, używając przynajmniej jednego z poznanych na zajęciach argumentu.

Ciekawsze wypowiedzi nauczyciel przenosi na ekran „dziennika” w lekcji pokazując je uczniom.

Zestaw wypowiedzi uczniów, nauczyciel może wydrukować w PDF i rozesłać lub udostępnić wszystkim osobom biorącym udział w lekcji.

W końcówce lekcji nauczyciel udostępnia link do zabawy interaktywnej popularyzującej sport, ale wymagającej wysiłku intelektualnego i cierpliwości. Link <https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=15eccb2906d8&authkey=77a2a82c3d278ca95cc6a1af02e95da4> (dostęp 12.03.2022)

Przypomina o potrzebie wykonywania ćwiczeń pomagających zachować proste plecy przy dużej liczbie godzin pracy przy komputerze.

Dziękuję za udział w lekcji.

BIBLIOGRAFIA:

1. Blecharz Jan, Siekańska Małgorzata, Tenenbaum Gers. CeDeWu Sp. z o.o. *Jak zostać mistrzem w sporcie i w życiu*. Warszawa 2021.
2. Autor: zespół redakcyjny. ISBN: 978-83-925430-8-4. *Sport w wyobraźni dzieci i młodzieży*. Warszawa 2008.
3. Łuszczynska Aleksandra. Wydawnictwo Naukowe PWN. *Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne*. Warszawa 2011.
4. Brzezińska Anna I. , Ziółkowska Beata , Appelt Karolina. GWP Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2019.

Netografia: (dostęp 12.03.2022)

<https://zpe.gov.pl/a/jak-prawidlowo-pracowac-z-komputerem/DbsUHtyAE>

<https://consido.pl/5-zasad-bezpiecznej-pracy-z-komputerem/>

ZAŁĄCZNIKI:

Załącznik nr 1. Zestaw fotografii

Fotografia 1. Prawidłowa pozycja przy biurku. Autor Iwona Kochanowska.

Licencja CC 0.



Fotografia 2. Nieprawidłowa pozycja przy biurku. Autor Iwona Kochanowska.

Licencja CC 0.



Fotografia 3. Prawidłowa pozycja przy siedzeniu na podłodze. Autor Iwona Kochanowska. Licencja CC 0.



Fotografia 4. Prawidłowa pozycja podczas siedzenia. Autor Iwona Kochanowska. Licencja CC 0.



Fotografia 5. Prawidłowa pozycja podczas klęczenia. Autor Iwona Kochanowska. Licencja CC 0.



Fotografia 6. Nieprawidłowa pozycja podczas siedzenia. Autor Iwona Kochanowska. Licencja CC 0.



Fotografia 7. Podnoszenie ramion i tułowia w górę. Autor Iwona Kochanowska. Licencja CC 0.



Fotografia 8. Ściąganie łopatek w siadzie skrzyżnym. Autor Iwona Kochanowska. Licencja CC 0.



Fotografia 9: Jakub Kochanowski. Mistrz świata kadetów w piłce siatkowej. Mistrz świata juniorów w piłce siatkowej. Mistrz świata seniorów w piłce siatkowej.

Źródło: Autor Katarzyna M. Kozłowska, Łódź, Polska,

źródło:https://pl.wikipedia.org/wiki/Jakub_Kochanowski#/m...jpg, licencja: CC BY 2.0. (dostęp 12.03.2022)



Fotografia 10. Iga Świątek (2018) Źródło: Autorstwa Carine06 from UK - Iga Swiatek, CC BY-SA 2.0,

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=95361782>. (dostęp 12.03.2022)



Fotografia 11. Dawid Tomala (2017) Źródło: Autorstwa Regan1973 - Praca własna, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=60711684>. (dostęp 12.03.2022)



Fotografia 12. Zestaw fotografii prezentujący cztery dyscypliny sportowe: karate, siatkówkę, narciarstwo, żeglarstwo długodystansowe. Autor Kazimierz Ambroziak, CC0

