

## KONSPEKT ZAJĘĆ Z UNIHOCA

**Temat:** Doskonalenie umiejętności przyjęcia , podania piłki i wykonania strzału na bramkę.

**Cel ogólny:** - uczeń potrafi prawidłowo wykonać podania, przyjęcia i strzały na bramkę.

**Cele szczegółowe:**

- a) umiejętności- uczeń :
  - potrafi prowadzić, podać i wykonać strzał na bramkę,
  - potrafi współdziałać w zespole,
  - potrafi wykorzystać zdobyte umiejętności podczas gry zespołowej,
- b) motoryczność – uczeń:
  - rozwinię zwinnosć i szybkość,
  - rozwinię czucie piłki kijem poprzez różne ćwiczenia ,
- c) wiadomości – uczeń:
  - zna zasady współzawodnictwa indywidualnego i zespołowego,
  - zna zasady zachowania się w szybko zmieniających się sytuacjach podczas gry,
- d) wychowanie – uczeń:
  - współdziała w zespole podczas ćwiczeń i gry właściwej.

**Motywacja:** przeżywa satysfakcję i radość z poprawnie wykonanego zadania.

**Miejsce:** sala gimnastyczna.

**Liczba ćwiczących:** 12

**Środki dydaktyczne:** pachołki, kije do unihokeja, piłeczki do unihoca.

**Metody:** naśladowcza ścisła, zadaniowa, zabawowo- klasyczna, pokaz, objaśnienie, instruowanie,

**Formy :**

- **podziału uczniów:** szereg, rząd, pary, indywidualnie,
- **prowadzenia zajęć:** frontalna , zajęcia w zespołach.

Części lekcji	Czynności ucznia		Czynności nauczyciela	Środki dydaktyczne	Ocena skuteczności
	Docelowe (operacyjne)	Zadania			
Część wstępna	1)Uczeń podejmuje zadania przygotowujące do uczestnictwa w lekcji.  2)U. bierze udział w zabawie ożywiającej „ Berek w parach”	1)Uczniowie ustawiają się w dwóch szeregach.  2) U. biega po boisku z klamerką w dłoniach, zabawa polega na zaczepieniu klamerki na plecach kolegi. ( zabawa w parach)	1) Powita u. sprawdzi obecność i gotowość do zajęć. 2) N. przedstawi zadania lekcji.  2) N. wyjaśnia zasady zabawy i przypomina o zachowaniu bezpieczeństwa.	Klamerki do prania	

		3) U. biegają po boisku ,zadanie polega na zaczepieniu klamerki na bluzie.			
	3) U. bierze udział w zabawie –Berek unihokej.	4) U. , którzy nie mają piłek stają się „berkami”. Na sygnał prowadzącego stają się odebrać piłeczkę dowolnie wybranemu koledze, który po stracie piłki staje się berkiem.	3)N. wyjaśnia zasady zabawy.	Kije i piłki do hokeja	
	4) U. wyk. ćwiczenia kształtujące	5) U. wyk. ćwiczenia z kijem do hokeja: -wymach P i LN do kija trzymanego na wysokości klatki piersiowej, -skłony tułowia w przód, -ćwiczenia w siadzie, -ćwiczenia w leżeniu.	1) N. podczas ćwiczeń kontroluje poprawność wyk. ćwiczenia i udziela instruktażu.	Kije i piłki do hokeja,	
Część główna	1)U. wyk. podania, przyjęcia i strzały na bramkę przyjęcia piłki w truchcie.	1)U. podzieleni na dwa zespoły wyk. następujące ćwiczenia: -podania i przyjęcia piłki w truchcie , w biegu, slalomem -strzały na bramkę po podaniu od kolegi oraz po odbiciu od bandy,	1) N. udziela instruktażu podczas ćwiczeń i kontroluje prawidłowość wyk. zadania.	Pachołki, kije i piłki do hokeja,	

Część końcowa	2) U. biorą udział w grze właściwej.	2) U. zostają podzieleni na dwa zespoły, rozgrywają mecze	2) N. sędziuje podczas zawodów.	Sprzęt do unihoca,	
	1)U. wyk. ćwiczenia oddechowe i korekcyjne.	1) U. wyk. siad skrzyżny, robią głęboki wdech nosem i wydech ustami, jednocześnie wyk. wznos ramion w górę. 2)Zabawa uspokajająca „Minutka”	1) N. demonstruje ćwiczenie.		
	2) U. biorą udział w pracach porządkowych.	3) U. ustawiają się w szeregu i następuje pożegnanie.	1) N. dziękuje uczniom za udział w zajęciach i następuje pożegnanie.		

Opracowała : A. Jabłońska