**SCENARIUSZ ZAJĘĆ - TENIS 10**

**Temat:**  **Zabawy z tenisem ziemnym – wg opowieści ruchowej**

**„Wyprawa z rakietą po Pruszkowie”**

**Cele główne:** rozwijanie pozytywnego nastawienia do uprawiania tenisa ziemnego. Przybliżenie wiadomości na temat Pruszkowa w związku z obchodami 100 lat Pruszkowa.

**Cele szczegółowe:** uczeń:

- rzuca, łapie, kozłuje piłkę, ocenia lot piłki – kierunek i wysokość

- wie jak bezpiecznie posługiwać się rakietą i piłeczką

- rozwija motywację do uprawiania sportu, kreatywności

**Metody pracy:** opowieści ruchowej, zabawowo – naśladowczej

**Formy pracy:** indywidualna ,grupowa

**Przybory:** piłki tenisowe różnej wielkości, rakiety tenisowe, pachołki, piłki korekcyjne, koperty z zadaniami

***CHARAKTERYSTYKA GRUPY:***

 *1.* *Liczba ćwiczących osób:* 8

 *2.* *Poziom zaawansowania sportowego:* początkujący

 *3.* *Wiek ćwiczących*: klasa II

***CZAS TRWANIA ZAJĘĆ:*** 45 min.

***MIEJSCE ZAJĘĆ:*** sala gimnastyczna

**Prowadząca**: Bogumiła Pawlak

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tok lekcji | Treść i przebieg ćwiczeń | Czas | Uwagi |
| **Część wstępna**Ćwiczenia Orientacyjno - porządkoweĆwiczenia ogólnorozwojowe | 1. Zbiórka, powitanie okrzykiem,

Wprowadzenie. 1. Zapowiedź wyprawy z rakietą po Pruszkowie.
2. Rozgrzewka – przygotowanie do wyprawy – „Berek po liniach”
3. Zabawa w Western- w parach jedna osoba trzyma ręce razem przed sobą, druga na wysokości bioder i stara się dotknąć lekko w ręce przeciwnika, a pierwsza osoba jak najszybciej zabiera ręce
 | 1’3’4’2’ | **Okrzyk:** „Żyj tenisowo , graj kolorowo”Nauczyciel wyjaśnia, że zajęcia będą powiązane ze znajomością wiedzy o Pruszkowie. Nie wolno zbiec z linii.Do 8 trafień. Nauka szybkiego reagowania |
| **Część główna** |  Odszukanie zadań – na drabinkach przyczepione są koperty z numerami. W kopertach znajdują się pytania z wiedzy o Pruszkowie oraz ćwiczenia, które mają wykonać uczniowie.**Koperta I – odczytanie pytania** „Wymień obiekty sportowe znajdujące się w Pruszkowie”. **Zadanie do wykonania:**Start na Stadion” Znicz” – dzieci biegną pokonując tor przeszkód: przeskoki przez pachołki, piłki korekcyjne, rzuty małymi piłeczkami w piłki korekcyjne.**Koperta II – odczytanie pytania** „Podaj nazwę rzeki nad którą leży Pruszków” **zadanie** – zabawa „Mega wyrzutnia” – nauczyciel wyrzuca piłki z koszyka do góry (w miarę szybko). Zadaniem dzieci jest łapanie piłek tak, by żadna piłka nie przestała się odbijać od podłogi.**Koperta III – odczytanie pytania** „ Ile lat istnieje miasto Pruszków i kto jest jego Prezydentem”**Odczytanie zadania** – ćwiczenia oswajające z piłką i rakietą:- podrzut piłki i chwyt w obie dłonie po kożle- podrzut piłki i chwyt w obie dłonie z powietrza- podrzut z prawej do lewej- rzut z półobrotem za siebie i chwyt po kożle.**Koperta IV-**  **odczytanie pytania** „Jakie zwierzę znajduje się w herbie Pruszkowa?”**Odczytanie zadania** – ćwiczenia z rakietami tenisowymi:- Konkurs „ Kto więcej razy odbije piłkę”**Koperta V – odczytanie pytania** „ Wymień muzea historyczne Pruszkowa.**Odczytanie zadania** – Gra o ścianę z partnerem.**Koperta VI** – **odczytanie pytania** „ Na jakiej ulicy znajduje się nasza szkoła i jak nazywa się ta dzielnica?”**Odczytanie zadania** – spokojny marsz z piłką na rakiecie. | 1’2’5’1’2’1’4’’1’5’1’6’1’1’ | Wybrany uczeń zdejmuje kopertę, odczytuje pytanie i udziela na nie odpowiedzi , a następnie odczytuje zadanie.Prawidłowa odpowiedź : Stadion „Znicz”, tor kolarski, basen „Kapri”Prawidłowa odpowiedź: rzeka Utrata.Prawidłowa odpowiedź: miast Pruszków liczy 100 lat , a prezydentem jest Jan Starzyński. Prawidłowa odpowiedź – ŻbikPrawidłowa odpowiedź- Muzeum DULAG, muzeum Starożytnego Hutnictwa.Prawidłowa odpowiedź – ulica Pływacka 16, dzielnica Gąsin |
| **Część końcowa** | Podsumowanie, omówienie, wręczenie dyplomów „Znam swoje miasto – Pruszków” | 4’ | W Kręgu |