



Zdrowo jem, więcej wiem!

RAPORT

zespół **Zdrowe Truskaweczki**

Raport: **Zadanie 1**

etapu: **WIOSNA**

kategorii: **KLASY 0- I i przedszkole**

LEKCJA: Zostań sportowym asem (max. 100 p.)

Uczniowie z klas młodszych uwielbiają lekcje wychowania fizycznego i wszelkie zajęcia ruchowe. Są ich bardzo spragnieni. Lubią się ruszać dlatego zajęcia powinny być bardzo przemyślane tak aby dziecko i miało czas na atrakcyjny odpoczynek ale i żeby się zdrowo zmęczyło i przy tym nie zniechęciło do zajęć. Odpoczynek powinien być też na tyle atrakcyjny, aby dziecko nie miało poczucia że się nudzi.

Dzieci były zaskoczone, że nawet jeśli nie uprawiają sportu nadal ćwiczą prace w grupie. Dzieci nie wiały również zdrowia i dobrego samopoczucia ze sportem. Z ćwiczeniami kojarzy im się przede wszystkim fizyczność i siła oraz wytrzymałość. Chłopcy marzą o karierze piłkarza a dziewczynki na wychowaniu fizycznym po prostu ćwiczą i się dobrze bawią, nie zwracają jeszcze uwagi na prawidłowy wygląd swojej sylwetki.

Zajęcia przeprowadziliśmy według załącznika. Wszystkie zadania zrealizowaliśmy a dzieciaki spisały się na medal.

Dzieciom najbardziej podobały się zadania na zasadzie obwodu stacyjnego- każde dziecko miało do wykonania określone zadanie, żadne nie musiało czekać na kolejne i wszystkie były zadowolone.

My postanowiliśmy częściej na zajęciach wprowadzać obwód stacyjny.

KONKURS: Strefa aktywności - stwórzcie własną grę zespołową (max. 80 p.)

Nazwa gry: Piłkoraczki

Na czym polega gra? Zasady:

Dwie drużyny, jedna piłka, pozycja ciała ała rączek na rękach i nogach pupa do dołu. Poruszamy się tylko i wyłącznie do przodu, nie możemy się cofać. Piłkę trzymamy na brzuchu i operujemy nią jedną ręką- prawa lub lewa. Celem gry jest podanie sobie piłki w obrębie jednej drużyny min 3x pod rząd, tak aby ona nie upadła na ziemię.

Faul jest: popchnięcie, kopnięcie, uderzenie kogoś kończyną lub piłką. Grozi za to 2 min kary dla zawodnika, który popełnił faul (przewinienie).

Faul jest również zepchnięcie piłki na podłogę. Wtedy w posiadanie piłki przechodzi drużyna przeciwna. Gracze poruszają się w zależności od ilości na polowie boiska do piłki koszykowej aż po całym boisku do piłki koszykowej. Gracze nie mogą również przekroczyć linii bocznej (zielonej). Grozi to utrata piłki. Czas gry to dwie połowy liczone po 10 min każda. Każdej drużynie przysługuje 1 przerwa w każdej połowie. Przerwa jest również między pierwszą częścią a drugą i wynosi ona min. 3min.

Wygrywa drużyna która większą wielokrotność razy poda między sobą piłkę bez upadku jej na podłogę.

Gra tak się dzieciom spodobała, że gramy w nią nie tylko na zajęciach wychowania fizycznego ale również w klasie na przerwach czy na korytarzu szkolnym.

KONKURS: Klasowy ogródek zielony (max. 80 p.)

Ogródek klasowy to nie tylko świetny pomysł, aby nadać zajęciom niepowtarzalny charakter i ciekawość, ale przede wszystkim można to wykorzystać do przeprowadzenia doświadczenia i oceny naszej odpowiedzialności, pamięci, uwrażliwienia na piękno przyrody naszych ziół i roślin. To również dbanie nie tylko o siebie, ale o bezbronna roślinę.

My również mogliśmy posadzić w naszej klasie rośliny, obserwować ich rozwój i wzrost.

Postanowiliśmy pójść dalej i przy okazji uprawiania roślin przeprowadzić doświadczenie polegające na tym aby odpowiedzieć sobie na pytanie: czego tak naprawdę rośliny potrzebują do życia.

Postanowiliśmy posiać rzęszkę w 4 doniczkach.

W pierwszej doniczce roślinie niczego nie brakowało: miała zarówno słońce, wodę jak i glebę w postaci ziemi. Druga doniczka była bez słońca. Trzecia nie była podlewana. Czwarta natomiast zamiast gleby miała wate.

Dzieci w ten sposób uświadomiły sobie że woda i światło są bardzo potrzebne do życia nie tylko roślin ale i również naszego.

Dzieciom bardzo podobał się zarówno eksperyment jak i czas trwania gdzie miały do wykonania różne zadania. Bycie odpowiedzialnym za rośliny stało się dla dzieci priorytetem. Były bardzo dumne z tego że same przyczyniły się do wychodowania rzeżuchy.

Dodatkowo wybraliśmy się z dziećmi do lasu, aby na własne oczy mogły podziwiać rośliny jak rosną w swoim naturalnym środowisku. Pierwszaki uczestniczyły również w posadzeniu drzewa na naszym placu zabaw. Cyklicznie go oglądamy czy się przyjęło i jak się rozwija.

Wszystkie te zadania były ze sobą połączone i uwrażliwiły naszych uczniów na piękno otaczającego nas świata.

PROMOCJA podjętych działań w szkole (max. 80 p.)

W ramach promocji i pochwalenia się naszą pracą do naszej klasy zaprosiliśmy uczniów z innych klas. Podziwiali oni nasz ogródek i nasze doświadczenie. Tłumaczyliśmy sobie jak to świetnie jest opiekować się swoimi roślinami. Z dumą dzieci prezentowały owoce swojej pracy.

Zaproszonym dzieciom pokazaliśmy również krotka projekcje filmu z naszych fizycznych wzmagan.

FORUM DLA RODZICÓW: Wychowanie fizyczne – ważna lekcja (max. 80 p.)

Do rodziców trafiły materiały edukacyjne związane z tematem Wychowanie fizyczne- ważna lekcja. Krotka prelekcja dot.ulotek odbyła się indywidualnie z rodzicami w rozmowach podczas przekazywania ulotek.

Dzieci również miały za zadanie opowiedzieć rodzicom o naszych działaniach w szkole i w klasie.

Zachęcaliśmy również rodziców do odwiedzenia witryny programu.




Rodzice na codzien zapoznają się z pracami naszych uczniów na bieżąco obserwując gazetki ścienna.

Dzieci na zajęciach opracowały również swoje ulotki, które znalazły swoje miejsce na gazetce naściennej.

ZAŁĄCZNIKI




Załącznik do: **LEKCJA: Zostań sportowym asem**

	Tytuł: Zostań sportowym asem1	Opis: plik-jpg, 188kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostań sportowym asem2	Opis: plik-jpg, 156kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostań sportowym asem3	Opis: plik-jpg, 151kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostań sportowym asem4	Opis: plik-jpg, 121kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostań sportowym asem5	Opis: plik-jpg, 144kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostań sportowym asem6	Opis: plik-jpg, 134kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostań sportowym asem7	Opis: plik-jpg, 144kB	Autor: Marta Mielczarek

	Tytuł: Zostan sportowym asem8	Opis: plik-jpg, 100kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostan sportowym asem9	Opis: plik-jpg, 149kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Zostan sportowym asem10	Opis: plik-jpg, 138kB	Autor: Marta Mielczarek

Załącznik do: **KONKURS: Strefa aktywności - stwórzcie własną grę zespołową**

	Tytuł: Stwórzcie własna gre zespołowa 1	Opis: plik-jpg, 167kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stwórzcie własna gre zespołowa 2	Opis: plik-jpg, 169kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stwórzcie własna gre zespołowa 3	Opis: plik-jpg, 158kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stwórzcie własna gre zespołowa 4	Opis: plik-jpg, 135kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stwórzcie własna gre zespołowa 5	Opis: plik-jpg, 208kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stwórzcie własna gre zespołowa 6	Opis: plik-jpg, 199kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stwórzcie własna gre zespołowa 7	Opis: plik-jpg, 155kB	Autor: Marta Mielczarek

	Tytuł: Stworzcie własna gre zespołowa 8	Opis: plik-jpg, 159kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stworzcie własna gre zespołowa 9	Opis: plik-jpg, 166kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Stworzcie własna gre zespołowa 10	Opis: plik-jpg, 152kB	Autor: Marta Mielczarek





Załącznik do: **KONKURS: Klasowy ogródek zielony**

	Tytuł: Klasowy ogródek zielony1	Opis: plik-jpg, 270kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogródek zielony2	Opis: plik-jpg, 477kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogródek zielony3	Opis: plik-jpg, 469kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogródek zielony4	Opis: plik-jpg, 540kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogródek zielony5	Opis: plik-jpg, 428kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogródek zielony6	Opis: plik-jpg, 522kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogródek zielony7	Opis: plik-jpg, 170kB	Autor: Marta Mielczarek

			
	Tytuł: Klasowy ogrodek ziolowy8	Opis: plik-jpg, 179kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogrodek ziolowy9	Opis: plik-jpg, 187kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Klasowy ogrodek ziolowy10	Opis: plik-jpg, 280kB	Autor: Marta Mielczarek

Załącznik do: **PROMOCJA** podjętych działań w szkole

	Tytuł: Działania 1	Opis: plik-jpg, 164kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Działania 2	Opis: plik-jpg, 217kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Działania 3	Opis: plik-jpg, 209kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Działania 4	Opis: plik-jpg, 211kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Działania 5	Opis: plik-jpg, 214kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Działania 6	Opis: plik-jpg, 212kB	Autor: Marta Mielczarek

	Tytuł: Dzialania 7	Opis: plik-jpg, 207kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Dzialania 8	Opis: plik-jpg, 140kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Dzialania 9	Opis: plik-jpg, 157kB	Autor: Marta Mielczarek
	Tytuł: Dzialania 10	Opis: plik-jpg, 120kB	Autor: Marta Mielczarek