Szkoła Podstawowa nr 1 w Kępnie

mgr Jolanta Matuszewska

**Innowacja: *Jak bawić się w „ruch”?***

***I Określenie rodzaju innowacji***

organizacyjno – metodyczna

***II Zakres innowacji***

Innowacja obejmuje zajęcia edukacji wczesnoszkolnej i wychowania fizycznego.

Jest ona adresowana do uczniów klasy II e. Przewidywany czas realizacji to II półrocze roku szkolnego 2016/17 – miesiąc III, IV, V. Realizacja innowacji nie wymaga nakładu środków finansowych.

***III Motywacja wprowadzenia innowacji i oczekiwania z nią związane***

Chęcią wprowadzenia innowacji są niezadowalające wyniki diagnozy sprawności fizycznej uczniów. Poczyniona obserwacja sposobów spędzania przerw przez uczniów wykazała, że uczniowie wielokrotnie spędzają przerwy międzylekcyjne biernie i coraz częściej wypełniają czas wolny od zajęć z telefonem komórkowym. Rozpoznania umiejętności uczniów w zakresie organizowania gier i zabaw oraz znajomości gier i zabaw są równie niezadowalające – dzieci na przerwach rzadko same organizują własną zabawę lub grę w grupie.

Przewidywanym efektem wdrożenia innowacji będzie:

- rozwój aktywności fizycznej uczniów w różnych codziennych sytuacjach,

- znajomość i umiejętność samodzielnego organizowania przez uczniów co najmniej 10 gier i zabaw,

- świadomość ucznia, że poprzez różne formy aktywności ruchowej można uzyskać dobre samopoczucie; ćwiczenia stają się przyjemnością i źródłem radości,

- promowanie przez uczniów zdrowego trybu życia.

Sukcesem powodzenia innowacji będzie:

- rozwój ogólnej sprawności ruchowej uczniów, duże zaangażowanie uczniów na lekcji wychowania fizycznego, co zbliży je do sportu i poprawi ocenę sprawności fizycznej,

- aktywne spędzanie przez uczniów przerw z wykorzystaniem poznanych gier i zabaw,

- proponowanie przez uczniów wykorzystania poznanych gier i zabaw w lekcji – uczniowie dokonują wyboru gry lub zabawy (mają wpływ na przebieg elementu lekcji).

***IV Założenia innowacji***

**Blok I** – Wzbogacenie lekcji o tematykę:

- Chcę być zdrowym!

- Ja i moje zabawy.

- Życie i ruch.

- Codzienna gimnastyka w moim życiu.

- Aktywność fizyczna w różnych, codziennych sytuacjach.

- Ruch i muzyka.

**Blok II** – Nauka nowych gier i zabaw.

Zabawy ruchowe są formą działalności, najbardziej odpowiadającą potrzebom dziecka i wynikającą z właściwości rozwoju. Wielka ich różnorodność, wszechstronność oddziaływania oraz łatwość organizowania wysuwa je na pierwszy plan pracy z dziećmi.

* Zabawy i gry ze śpiewem

- „Gniazdko”,

- „Zatańczmy”
Wpływają korzystnie na umuzykalnianie, poczucie rytmu i koordynacje ruchu. Kształtują estetykę ruchu, piękno, harmonię, poprawne ułożenie ciała. Sprzyjają wyróżnieniu indywidualnych inwencji twórczych, dobremu nastrojowi i odprężeniu.

* Gry i zabawy na czworakach

- „Czaty”

- „Psy i króliki”
Wpływają na prawidłowe kształtowanie się skrzywień kręgosłupa, wzmacniają aparat kostno-stawowy, wiązadłowy oraz kształtują cechy motoryczne - zwłaszcza siłę. Tym zabawom towarzyszy dobry nastrój, psychiczne odprężenie.

* Gry i zabawy bieżne

- „Lawina z utrudnieniami”

- Bieg i powrót”
Jeden z bardziej wszechstronnych środków pobudzenia nastroju. Wywołują korzystne zmiany nie tylko w aparacie ruchowym, ale też w układzie krążenia i oddychania, przemianie materii, podnoszenia wydajności fizycznej ustroju. Stanowią pożądaną formę czynnego wypoczynku uczniów, wypełniają przerwy międzylekcyjne. Sprzyjają nie tylko określaniem indywidualnych cech, możliwości ucznia, lecz także zmierzeniu własnych sił z siłami rówieśników i psychicznemu odprężeniu.

* Gry i zabawy rzutne, chwytne z celowaniem, toczeniem

- „Koło z piłką”

- „Strzelamy”

- „Zbijanie przeszkód”
Wpływają na wszystkie grupy ruchowe. Wymagają siły i umiejętności celnego rzucania. Doskonalą i kształtują koordynację wzrokowo-ruchową, skupienia uwagi i koncepcję.

* Gry i zabawy skoczne

- „Kula parząca”

- „Wytrącić przeciwnika”

- „Skaczę i dodaję”
Rozwijają motorykę. Sprzyjają kształtowaniu koordynacji nerwowo-ruchowej, zwłaszcza wtedy gdy wykonywanie skoku łączy się z biegiem czy rozbieganiem umożliwiającym większą efektywność skoku. Umożliwiają też opanowanie szeregu umiejętności, które mogą być bardzo przydatne w życiu.

* Gry i zabawy kopne

- „Slalom”

- „Piłka nożna w kole”

- „Sztafeta kopana”
Doprowadzają do doskonałości umiejętności podbijania, prowadzenia piłki nogą. Przygotowują do gry w piłkę nożną w połączeniu z elementami biegu. Sprzyjają kształtowaniu cech motoryki. Kształtują umiejętności współpracy, współdziałania, świadomej dyscypliny. Doskonalą i rozwijają szybką reakcję oraz koncentrację uwagi.

* Gry i zabawy z elementami wspinania się

- „Płoty”

- „Kałuża”
Wpływają na ogólny rozwój. Mają ogromne znaczenie w rozwoju mięśni całego ciała, szczególnie pasa barkowego, ramion, tułowia. Uczą naturalnego pokonywania przeszkód, poprawnego i bezpiecznego chwytu.

**Blok III –** Przeprowadzenie lekcji wychowania fizycznego wykorzystujących znajomość i umiejętność organizowania zabaw lub gier przez uczniów. Na zajęciach wychowania fizycznego ( co najmniej 6 jednostkach lekcyjnych ) uczniowie decydują i proponują określoną grę lub zabawę – mają wpływ na przebieg elementu lekcji.

**Blok IV –** Wykonanie przez uczniów i wystawa plakatów „Mój codzienny ruch”.

***V Ewaluacja innowacji***

W zakresie ewaluacji:

- zostanie przeprowadzona diagnoza sprawności fizycznej uczniów,

- obserwacja umiejętności zorganizowania przez uczniów gier i zabaw,

- zostanie przeprowadzona ankieta wśród uczniów i rodziców.

Wyniki ewaluacji w formie pisemnej wykona osoba prowadząca innowację. Wyniki ewaluacji zostaną wykorzystane do dalszej pracy nauczyciela z uczniami tej klasy.