

**UNIWERSYTET SZCZECIŃSKI
WYDZIAŁ KULTURY FIZYCZNEJ I ZDROWIA
INSTYTUT NAUK O KULTURZE FIZYCZNEJ
71 - 065 SZCZECIN, AL. PIASTÓW 40 B, BLOK 6
TELEFON SEKCJA KSZTAŁCENIA 91 444 27 49**

**DZIENNIK DRUGIEJ PRAKTYKI DYDAKTYCZNEJ
W SZKOLE PONADPODSTAWOWEJ
(STUDIA NIESTACJONARNE DRUGIEGO STOPNIA)**

Pieczęć szkoły

Imię i nazwisko studenta:

.....

Rok akademicki:

Nauczyciel wychowania fizycznego:

.....

Opiekun z ramienia uczelni:

.....

Termin praktyki:

.....

SPIS TREŚCI

I. PROGRAM DRUGIEJ PRAKTYKI DYDAKTYCZNEJ W SZKOLE PONADPODSTAWOWEJ I REGULAMIN PRAKTYKI DYDAKTYCZNEJ	4
KONTRAKT MIĘDZY NAUCZYCIELEM–OPIEKUNEM A STUDENTEM.....	6
II.PLAN PRAKTYKI	7
III.HOSPITACJE LEKCJI I ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH	11
Spis tematów hospitowanych lekcji i zajęć fakultatywnych	11
Protokoły hospitowanych lekcji i zajęć fakultatywnych nr 1 – 8	12
IV.SAMODZIELNE PROWADZENIE LEKCJI I ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH	28
Spis tematów lekcji i zajęć fakultatywnych prowadzonych przez studenta.....	28
Konспекty samodzielnie prowadzonych lekcji i zajęć fakultatywnych nr 1 - 25	30
V.DOKUMENTACJA UZUPEŁNIAJĄCA	105
Poznanie pracy wychowawcy klasowego	105
Przygotowanie i poprowadzenie imprezy sportowej	109
Organizacja imprezy turystycznej.....	112
Edukacja zdrowotna w szkole	115
Ocena umiejętności ruchowych i poziomu wiedzy ucznia	118
Poznanie pracy w Szkolnym (Uczniowskim) Klubie Sportowym.....	123
Indywidualne sprawozdanie do wypełnienia po zakończeniu praktyki przez studenta.....	128

I. PROGRAM DRUGIEJ PRAKTYKI DYDAKTYCZNEJ W SZKOLE PONADPODSTAWOWEJ DLA STUDENTÓW II ROKU

(studia niestacjonarne II^o)

Kierunek: wychowanie fizyczne, specjalność nauczycielska

1. Czas trwania praktyki:

4 TYGODNIE

60 godzin udokumentowanych protokołami hospitacji i samodzielnie prowadzonych lekcji oraz opisem zadań z dokumentacji uzupełniającej

Każdego studenta obowiązuje codzienna obecność w szkole co najmniej przez 4 godziny. W przypadku zajęć sportowych realizowanych w soboty i umieszczonych w planie praktyki student ma prawo do innego dnia wolnego w tygodniu.

2. Podział godzin:

– **hospitacje lekcji** **8 godzin**

w tym: 6 lekcji z wychowania fizycznego oraz 2 godziny zajęć fakultatywnych

– **prowadzenie lekcji** **25 godzin**

w tym:

12 lekcji w oparciu o toki zajęć z gimnastyki, zespołowych gier sportowych, lekkiej atletyki z uwzględnieniem treści programowych możliwych do realizacji w sali gimnastycznej

4 lekcje oparte na nowoczesnych formach gimnastycznych,

6 lekcji z formami rekreacyjnymi (np. unihokej, kometka, speedbadminton, nordic walking, wrotki itp.),

3 lekcje z elementami udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej

Uwaga: w szkołach, które prowadzą zajęcia na pływalni student może zrealizować najwyżej 4 lekcje zmniejszając proporcjonalnie godziny z innych dyscyplin

– **inne zadania** **27 godzin**

w tym:

2 godziny przeznaczone na hospitację i prowadzenie lekcji wychowawczej,

6 godzin na przeprowadzenie imprezy sportowej (4 godziny na przeprowadzenie eliminacje, 2 godziny na przeprowadzenie finałów),

2 godziny na analizę dokumentów wymaganych do organizacji imprezy turystycznej + samodzielnie ułożony plan rajdu, wycieczki, marszobiegu itp.,

6 godzin na przygotowanie prezentacji multimedialnych i poprowadzenie z ich wykorzystaniem pogadanek na temat zdrowego stylu życia, aktywności ruchowej i odżywiania w trzech klasach (I, II i III),

3 godziny na opracowanie wymogów sprawdzianu umiejętności z gimnastyki, lekkiej atletyki i dowolnej zespołowej gry sportowej (dokładne wymagania na kolejne oceny) oraz testu wiadomości zawierającego treści z kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej,

4 godziny prowadzenia zajęć specjalistycznych w Szkolnym (Uczniowskim) Klubie Sportowym (jeśli w szkole nie są organizowane takie zajęcia zamieniamy je na prowadzenie dodatkowych lekcji wychowania fizycznego),

4 godziny przeznaczone na udział w zawodach sportowych, w których bierze udział młodzież licealna (jeśli w czasie trwania praktyki uczniowie nie uczestniczą w żadnych zawodach zamieniamy je na prowadzenie dodatkowych lekcji wychowania fizycznego).

1. Wszystkich studentów obowiązuje **dostarczenie do Sekcji Kształcenia (pokój 11) planu zajęć w szkole praktyk najpóźniej trzeciego dnia po rozpoczęcia praktyki (środa)**. W planie należy zaznaczyć czas zajęć hospitowanych, czas samodzielnie prowadzonych lekcji i czas przeznaczony na dokumentację uzupełniającą.
2. **Warunkiem dopuszczenia studenta do prowadzenia lekcji jest jej pisemne przygotowanie.** Konspekt lekcji musi być zatwierdzony przez nauczyciela przed jej poprowadzeniem, a po realizacji lekcja powinna być oceniona.
3. Student zobowiązany jest do ustalenia z opiekunem takiego planu, w którym uwzględnione będą lekcje z różnych dyscyplin, tzn. lekka atletyka, gimnastyka, gry zespołowe, formy rekreacyjne itp., prowadzone w różnych klasach.
4. W szkołach, które prowadzą zajęcia na pływalni student może zrealizować najwyżej 4 lekcje zmniejszając proporcjonalnie godziny z innych dyscyplin.
5. Zestawienie tematów lekcji z poszczególnych dyscyplin winno znaleźć się w dzienniku praktyki.
6. Dokumentacja praktyki prowadzona jest w *Dzienniku praktyki*, który jest do pobrania na stronie Wydziału Kultury Fizycznej i Zdrowia.

W ramach dokumentacji uzupełniającej każdego studenta obowiązuje zrealizowanie zadań wymienionych jako „Inne zadania”. Ich wykonanie powinno być potwierdzone przez nauczyciela pod którego kierunkiem zostało zrealizowane.

II. REGULAMIN PRAKTYK DYDAKTYCZNYCH DLA STUDENTÓW WYDZIAŁU KULTURY FIZYCZNEJ I ZDROWIA NA STUDIACH NIESTACJONARNYCH

1. Każdy student zobowiązany jest do realizacji praktyk dydaktycznych objętych wymaganiami programu studiów potrzebnych do uzyskania pełnych kwalifikacji pedagogicznych.
2. Praktyki dydaktyczne realizowane są zgodnie z programem studiów i umieszczeniem ich w planach konkretnych semestrów. Nie ma możliwości zmieniania kolejności zaplanowanych praktyk.
3. Praktyki dydaktyczne realizowane są w wyznaczonych szkołach na terenie Szczecina.
4. Opiekunem praktyk dydaktycznych z ramienia szkoły jest wyznaczony przez Dyrektora Szkoły nauczyciel, a opiekunem z ramienia uczelni – wyznaczony nauczyciel akademicki.
5. Praktyki dydaktyczne dla studentów studiów niestacjonarnych są odpłatne, chyba że zainteresowany student otrzyma pisemną zgodę Dyrektora Szkoły i wyznaczonego przez niego opiekuna studenta na realizację nieodpłatnej praktyki dydaktycznej (Załącznik 2 zamieszczony na stronie internetowej Wydziału Kultury Fizycznej i Zdrowia).
6. Wszyscy studenci zobowiązani są dostarczyć do Sekcji Kształcenia (pokój 11) w terminie określonym w programie praktyki plan zajęć w szkole. W planie należy określić godziny pobytu w szkole. Plan powinien być potwierdzony przez Dyrektora Szkoły i nauczyciela–opiekuna.
7. Student podczas trwania praktyki dydaktycznej w szkole ma obowiązek codziennego uczestniczenia w zajęciach lekcyjnych lub realizacji innych zadań określonych w programie praktyki.

8. Student praktykant i nauczyciel opiekujący się nim w szkole podpisują kontrakt, który określa zasady współdziałania podczas trwania praktyki.
9. Każdorazowa nieobecność w szkole podczas trwania praktyki powinna być zgłoszona nauczycielowi opiekunowi z ramienia Uczelni.
10. Po praktyce w terminie do 1 tygodnia od jej zakończenia należy dostarczyć do Sekcji Kształcenia (pokój 11) pełną dokumentację wraz z opinią nauczyciela opiekuna podpisaną przez Dyrektora Szkoły. Dostarczenie dokumentacji w następnym tygodniu po wyznaczonym terminie powoduje obniżenie oceny.
11. Student, który zrealizował praktykę dydaktyczną, a nie dostarczył z nieusprawiedliwionych powodów dokumentacji w wymaganym terminie otrzymuje ocenę niedostateczną i ma możliwość przystąpienia do zaliczenia poprawkowego zgodnie z Regulaminem Studiów. Taka możliwość przewidziana jest jedynie dla tych studentów, którzy dostarczą dokumentację praktyk dydaktycznych nie później niż do dwóch tygodni po zakończeniu praktyk.
12. Student, który nie przedstawił wymaganej dokumentacji w wyznaczonym terminie musi powtórzyć praktykę dydaktyczną na własny koszt w terminie niekolidującym z innymi zajęciami programowymi wymaganymi programem studiów.
13. Wprowadzony regulamin obowiązuje z dniem jego zatwierdzenia przez Radę Dydaktyczną oraz po zaznajomieniu się i podpisaniu przez każdego studenta.

KONTRAKT
MIĘDZY NAUCZYCIELEM-OPIEKUNEM PRAKTYK W SZKOLE
A STUDENTEM ODBYWAJĄCYM PRAKTYKĘ DYDAKTYCZNĄ

Student:

1. Zobowiązuję się do przestrzegania regulaminu praktyk pedagogicznych.
2. Zobowiązuję się do terminowego wywiązywania się ze swoich obowiązków studenta-praktykanta.

Nauczyciel:

1. Zobowiązuje się do opieki merytorycznej nad powierzonym mi studentem.
2. Zobowiązuję się do systematycznego potwierdzania przedstawionej mi codziennie dokumentacji.
3. W ostatnim dniu trwania praktyki zobowiązuję się do wystawienia studentowi opinii za zrealizowaną praktykę oraz potwierdzenia wykonanych zadań zgodnych z programem w Dzienniku Praktyk.

Podpis studenta:.....

Podpis nauczyciela:.....

.....

miejsowość , data

II. PLAN PRAKTYKI

1 tydzień

Dzień tygodnia	Godziny od - do	Hospitacje lekcji	Prowadzenie lekcji	Inne zadania	Podpis nauczyciela
PONIE- DZIAŁEK
WTOREK
ŚRODA
CZWARTEK
PIĄTEK

.....
Podpis nauczyciela opiekuna

2 tydzień

Dzień tygodnia	Godziny od - do	Hospitacje lekcji	Prowadzenie lekcji	Inne zadania	Podpis nauczyciela
PONIE-DZIAŁEK
WTOREK
ŚRODA
CZWARTEK
PIĄTEK

.....
Podpis nauczyciela opiekuna

3 tydzień

Dzień tygodnia	Godziny od - do	Hospitacje lekcji	Prowadzenie lekcji	Inne zadania	Podpis nauczyciela
PONIE- DZIAŁEK
WTOREK
ŚRODA
CZWARTEK
PIĄTEK

.....
Podpis nauczyciela opiekuna

4 tydzień

Dzień tygodnia	Godziny od - do	Hospitacje lekcji	Prowadzenie lekcji	Inne zadania	Podpis nauczyciela
PONIE- DZIAŁEK
WTOREK
ŚRODA
CZWARTEK
PIĄTEK

.....
Podpis nauczyciela opiekuna

III. HOSPITACJE LEKCJI I ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH

Spis tematów hospitowanych lekcji i zajęć fakultatywnych

Lp.	Klasa	Temat
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		

Protokoły hospitowanych lekcji i zajęć fakultatywnych nr 1 – 8

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 1

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 2

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 3

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 4

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 5

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 6

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 7

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

PROTOKÓŁ HOSPITACJI LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 8

Cel hospitacji: *Data:*

Temat lekcji: *Klasa:*

..... *Miejsce:*

Zadania dydaktyczne: *Czas trwania:*

..... *Liczba ćwiczących:*

.....

.....

Prowadzący:

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	+ - ?	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Ocena lekcji pod kątem celu hospitacji:

.....

.....

.....

.....

Ocena poziomu umiejętności uczniów i ich zachowania

.....

.....

.....

.....

Co najbardziej podobało mi się w lekcji?:

.....

.....

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

IV. SAMODZIELNE PROWADZENIE LEKCJI I ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH

Spis tematów lekcji i zajęć fakultatywnych prowadzonych przez studenta

Lp.	Klasa	Temat
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		

Lp.	Klasa	Temat
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		
23.		
24.		
25.		

Konspekty samodzielnie prowadzonych lekcji i zajęć fakultatywnych nr 1 - 25

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 1

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 2

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa: Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....
.....
.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 3

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 4

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa: Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 5

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 6

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 7

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa: Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....
.....
.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 8

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa: Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 9

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 10

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 11

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 12

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 13

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 14

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 15

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 16

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....
.....
.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 17

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 18

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa: Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....
.....
.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 19

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 20

Temat:.....

Data:..... Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących:..... Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 21

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....
.....
.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 22

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 23

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....
.....
.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 24

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 25

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Klasa: Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania lekcji:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część toku lekcyjnego	Nazwa i opis ćwiczenia	Cza s	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o lekcji:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

V. DOKUMENTACJA UZUPEŁNIAJĄCA

Poznanie pracy wychowawcy klasowego

(rozmowa z wychowawcą klasy o zakresie obowiązków, prowadzonej dokumentacji, rozwiązywanych problemach wychowawczych itp.)

Hospitacja godziny wychowawczej

Temat lekcji:.....

.....

Cel hospitacji: Data:

Klasa: Miejsce:

Prowadzący:

Przebieg lekcji	Czas	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Przebieg lekcji	Czas	Uwagi, spostrzeżenia, pytania dotyczące przebiegu lekcji

Analiza lekcji:

Jakie problemy rozwiązywał nauczyciel?

.....

Jakie omawiał sprawy organizacyjne?

.....

Co zwróciło moją szczególną uwagę?

.....

.....
Podpis nauczyciela prowadzącego

Konspekt godziny wychowawczej

Temat lekcji:

Cele:

Data:

Klasa: Miejsce:

Wykorzystane metody: Czas trwania:

Czynności nauczyciela	Czas	Czynności uczniów

Ocena i uwagi nauczyciela:

Przygotowanie i poprowadzenie imprezy sportowej

(szczegółowy opis imprezy sportowej, harmonogram minutowy, sposób przeprowadzania eliminacji, protokoły z przebiegu eliminacji i finału)

Przygotowanie i poprowadzenie imprezy sportowej

(szczegółowy opis imprezy sportowej, harmonogram minutowy, sposób przeprowadzania eliminacji, protokoły z przebiegu eliminacji i finału)

Przygotowanie i poprowadzenie imprezy sportowej

(szczegółowy opis imprezy sportowej, harmonogram minutowy, sposób przeprowadzania eliminacji, protokoły z przebiegu eliminacji i finału)

Organizacja imprezy turystycznej

(wykaz i analiza dokumentów wymaganych do organizacji imprezy turystycznej, przykładowo wypełnione wymagane dokumenty, samodzielnie ułożony plan rajdu, wycieczki, marszobiegu itp.)

Organizacja imprezy turystycznej

(wykaz i analiza dokumentów wymaganych do organizacji imprezy turystycznej, przykładowo wypełnione wymagane dokumenty, samodzielnie ułożony plan rajdu, wycieczki, marszobiegu itp.)

Organizacja imprezy turystycznej

(wykaz i analiza dokumentów wymaganych do organizacji imprezy turystycznej, przykładowo wypełnione wymagane dokumenty, samodzielnie ułożony plan rajdu, wycieczki, marszobiegu itp.)

Edukacja zdrowotna w szkole

(przygotowanie 3 prezentacji multimedialnych i potwierdzenie poprowadzenie z ich wykorzystaniem pogadań na temat zdrowego stylu życia, aktywności ruchowej i odżywiania w trzech klasach (I, II i III))

SCENARIUSZ PREZENTACJI NR 1

Edukacja zdrowotna w szkole

(przygotowanie 3 prezentacji multimedialnych i potwierdzenie poprowadzenie z ich wykorzystaniem pogadank na temat zdrowego stylu życia, aktywności ruchowej i odżywiania w trzech klasach (I, II i III))

SCENARIUSZ PREZENTACJI NR 2

Edukacja zdrowotna w szkole

(przygotowanie 3 prezentacji multimedialnych i potwierdzenie poprowadzenie z ich wykorzystaniem pogadank na temat zdrowego stylu życia, aktywności ruchowej i odżywiania w trzech klasach (I, II i III))

SCENARIUSZ PREZENTACJI NR 3

Ocena umiejętności ruchowych ucznia i stopnia opanowania wiadomości z zakresu kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej

(opracowanie wymogów sprawdzianu umiejętności z gimnastyki, lekkiej atletyki i dowolnej zespołowej gry sportowej - dokładne wymagania na kolejne oceny oraz testu wiadomości zawierającego treści z kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej)

SPRAWDZIAN UMIEJĘTNOŚCI Z GIMNASTYKI

Ocena umiejętności ruchowych ucznia i stopnia opanowania wiadomości z zakresu kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej

(opracowanie wymogów sprawdzianu umiejętności z gimnastyki, lekkiej atletyki i dowolnej zespołowej gry sportowej - dokładne wymagania na kolejne oceny oraz testu wiadomości zawierającego treści z kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej)

SPRAWDZIAN UMIEJĘTNOŚCI Z LEKKIEJ ATLETYKI

Ocena umiejętności ruchowych ucznia i stopnia opanowania wiadomości z zakresu kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej

(opracowanie wymogów sprawdzianu umiejętności z gimnastyki, lekkiej atletyki i dowolnej zespołowej gry sportowej - dokładne wymagania na kolejne oceny oraz testu wiadomości zawierającego treści z kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej)

SPRAWDZIAN UMIEJĘTNOŚCI Z WYBRANEJ GRY ZESPOŁOWEJ

**Ocena umiejętności ruchowych ucznia i stopnia opanowania wiadomości
z zakresu kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej**

(opracowanie wymogów sprawdzianu umiejętności z gimnastyki, lekkiej atletyki i dowolnej zespołowej gry sportowej - dokładne wymagania na kolejne oceny oraz testu wiadomości zawierającego treści z kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej)

TEST WIADOMOŚCI Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ I EDUKACJI ZDROWOTNEJ
(PYTANIA)

**Ocena umiejętności ruchowych ucznia i stopnia opanowania wiadomości
z zakresu kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej**

(opracowanie wymogów sprawdzianu umiejętności z gimnastyki, lekkiej atletyki i dowolnej zespołowej gry sportowej - dokładne wymagania na kolejne oceny oraz testu wiadomości zawierającego treści z kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej)

TEST WIADOMOŚCI Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ I EDUKACJI ZDROWOTNEJ
(POPRAWNE ODPOWIEDZI)

Prowadzenie zajęć w Szkolnym (Uczniowskim) Klubie Sportowym

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT ZAJĘĆ SPORTOWYCH NR 1-2

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Sekcja:Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania zajęć:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część zajęć	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część zajęć	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część zajęć	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o zajęciach:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

Zatwierdzenie konspektu przed poprowadzeniem lekcji

DATA I PODPIS NAUCZYCIELA

KONSPEKT ZAJĘĆ SPORTOWYCH NR 3-4

Temat:

Data: Miejsce ćwiczeń:

Sekcja: Płeć ćwiczących: Liczba ćwiczących:

Zadania zajęć:

Umiejętności:

.....

Motoryczność:

.....

Wiadomości:

Postawy:

Przybory i przyrządy:

Część zajęć	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część zajęć	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Część zajęć	Nazwa i opis ćwiczenia	Czas	Uwagi organizacyjno- -metodyczne

Opinia nauczyciela o zajęciach:

.....

.....

.....

Ocena:.....

.....
Podpis nauczyciela hospitującego

**Sprawozdanie z przebiegu zawodów sportowych, w których uczestniczyli
uczniowie szkoły**

(harmonogram zawodów, sprawozdanie z przebiegu zawodów, opis zadań wypełnianych przez
studenta)

**Sprawozdanie z przebiegu zawodów sportowych, w których uczestniczyli
uczniowie szkoły**

(harmonogram zawodów, sprawozdanie z przebiegu zawodów, opis zadań wypełnianych przez
studenta)

Indywidualne sprawozdanie do wypełnienia po zakończeniu praktyki przez studenta

I. Z czym miałam/em **największe trudności** w czasie praktyki (proszę podkreślić właściwe odpowiedzi):

1. z analizą lekcji hospitowanej,
 2. z przygotowaniem lekcji pod kątem:
 - a) doboru ćwiczeń kształtujących,
 - b) doboru ćwiczeń korekcyjno-wyprostnych,
 - c) doboru ćwiczeń stosowanych z gimnastyki, lekkiej atletyki, piłki ręcznej, piłki siatkowej, piłki koszowej, piłki nożnej lub pływania,
 - d) doboru zabaw ruchowych,
 - e) doboru metod nauczania
 - f) doboru form organizacyjnych,
 3. z pisemnym przygotowaniem konspektu lekcji,
 4. z rozplanowaniem ustawienia i wykorzystania miejsca ćwiczeń
 5. z analizą lekcji samodzielnie prowadzonej,
 6. z nawiązaniem kontaktu z chłopcami,
 7. z nawiązaniem kontaktu z dziewczętami,
 8. z utrzymaniem dyscypliny,
 9. z prowadzeniem lekcji:
 - a) na sali gimnastycznej,
 - b) na części sali gimnastycznej,
 - c) na korytarzu,
 - d) na boisku szkolnym,
 - e) na pływalni,
 10. z sędziowaniem w grach (współzawodnictwo rzędów, gry zespołowe),
 11. inne
- (proszę wymienić jakie)*
12. nie miałam/em z niczym trudności.

II. Oceń w skali 1 - 5 pkt, które umiejętności i wiadomości były najbardziej potrzebne podczas praktyki w szkole:

1. wiadomości z ćwiczeń z metodyki wychowania fizycznego,
2. wiadomości z zajęć praktycznych z różnych dyscyplin sportowych,
3. umiejętność hospitowania i analizowania lekcji,
4. wiadomości z psychologii i pedagogiki.

III. W jakim zakresie wystąpiły braki w przygotowaniu przed rozpoczęciem praktyki?

.....
.....
.....

(proszę wymienić jakie)

IV. Prace wykonywane podczas praktyki poza hospitowaniem i prowadzeniem lekcji:

1. prace konserwacyjne i porządkowe,
2. udział w organizacji zawodów sportowych,
3. udział w dyżurach nauczycielskich,
4. udział w wycieczce szkolnej,
5. udział w zebraniu z rodzicami,
6. udział w radzie pedagogicznej
7. inne:

(jakie?)

ZMODYFIKOWANY TOK LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Budowa lekcji wychowania fizycznego

Część lekcji	Ogniwo lekcji
Część wstępna (10 minut)	1. Ćwiczenia porządkowo-wychowawcze 2. Ćwiczenia, zabawa lub gra o charakterze ożywiającym 3. Ćwiczenia kształtujące wolne
Część główna (28 minut)	1. Ćwiczenia wprowadzające do danej dyscypliny 2. Ćwiczenia nauczane 3. Ćwiczenia doskonalone 4. Zastosowanie poznanych elementów w praktycznym działaniu (gra drużynowa, pokonanie toru przeszkód, konkurs skoków lub rzutów)
Część końcowa (7 minut)	1. Ćwiczenie o charakterze uspokajającym 2. Ćwiczenia porządkowe i podsumowanie lekcji

Propozycje konstruowania toków lekcyjnych w zależności od dyscypliny sportu

Gimnastyka	Ogniwo lekcji	Lekka atletyka
<ol style="list-style-type: none"> Ćwiczenia kształtujące według Jezierskiego, Szota, Młokosiewicz Ćwiczenia stosowane: równoważne, zwinnościowe, podpory, zwisy, skoki Zastosowanie poznanych elementów w praktycznym działaniu: układ ćwiczeń wolnych, zwinnościowy tor przeszkód, piramidy dwójkowe i trójkowe 	<ol style="list-style-type: none"> Ćwiczenia wprowadzające do danej dyscypliny Ćwiczenia nauczane Ćwiczenia doskonalone Zastosowanie poznanych elementów w praktycznym działaniu 	<ol style="list-style-type: none"> Bieg Skok Rzut Zastosowanie poznanych elementów w praktycznym działaniu: konkurs skoku w dal, konkurs skoku wzwyż, mała zabawa biegowa, duża zabawa biegowa, gra w palanta, gra w kwadranta, wyścigi rzędów, sztafety wahadłowe
Zespołowe gry sportowe	Ogniwo lekcji	Gry i zabawy ruchowe
<ol style="list-style-type: none"> Ćwiczenia kształtujące z piłkami Elementy techniki wykorzystywane w grze Elementy taktyki gry Zastosowanie poznanych elementów w praktycznym działaniu: gra ruchowa, wyścigi rzędów (z kozłowaniem, prowadzeniem piłki nogą itp.), małe gry, gra szkolna, gra uproszczona, gra właściwa 	<ol style="list-style-type: none"> Ćwiczenia wprowadzające do danej dyscypliny Ćwiczenia nauczane Ćwiczenia doskonalone Zastosowanie poznanych elementów w praktycznym działaniu 	<ol style="list-style-type: none"> Ćwiczenia kształtujące w formie zabawowej dla dzieci młodszych Zabawy i gry ruchowe orientacyjno-porządkowe, na czworakach, z mocowaniem, bieżne, skoczne, rzutne, kopne (stosowane do wieku uczniów) Zastosowanie poznanych elementów w praktycznym działaniu: gry drużynowe, wyścigi rzędów z przyborami konwencjonalnymi i niekonwencjonalnymi

Zaproponowane ćwiczenia w poszczególnych dyscyplinach wymagają pewnego komentarza:

1. Lekcja gimnastyki – rozpoczynające część główną ćwiczenia kształtujące powinny być oparte kolejność proponowaną przez metodyków gimnastyki, ponieważ spełniają one także rolę ćwiczeń ogólnorozwojowych i wymagają więcej czasu niż w innych tokach. Dowolna kolejność realizowania ćwiczeń stosowanych spowodowana jest organizacją lekcji i formami jej prowadzenia (praca w zastępach, praca w zastępach z zadaniami dodatkowymi). Konieczne jest realizowanie praktycznych zastosowań elementów gimnastycznych, ponieważ stanowi to zachętę dla uczniów często niechętnie nastawionych do ćwiczeń gimnastycznych.
2. Lekcja lekkiej atletyki – opierać się powinna na triadzie „bieg – skok – rzut”, ale nie powinna ograniczać się tylko do elementów technicznych, np. skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową, biegi na różnych dystansach. Po zajęciach uczniowie powinni pokochać lekkoatletykę – „królową sportu” i kojarzyć tylko z kolejką do skoku w dal lub rzucania piłeczką palantową na odległość. Zadaniem nauczyciela jest pokazanie walorów biegu w terenie, joggingu, radości z gry w palanta, w której doskonali się bieg rzut. Nie powinniśmy obawiać się lekcji, w których zamiast skoku w dal lub wzwyż wprowadza się turnieje wieloskoków, ustanawianie szkolnych rekordów ilości osób jednocześnie skaczących przez skakankę. Przygotujmy naszych uczniów do takich form lekkoatletycznych, które będą całościową aktywnością.
3. Lekcja zespołowych gier sportowych – rozpoczęcie części głównej ćwiczeniami z piłkami jest łagodnym przejściem od ćwiczeń kształtujących do ćwiczeń oswojających z piłkami. Pozwalają one na przyzwyczajenie dłoni do piłki, na doskonalenie „czucia piłki”. Zawierać ona powinna elementy techniki i taktyki, a w drugim fragmencie części głównej konieczne są elementy gry lub innych form z rywalizacją. Współzawodnictwo w tej lekcji jest bardzo ważne, bo przygotowuje uczniów do umiejętności „przegrywania i wygrywania”. Należy zwrócić szczególną uwagę na formy ustawienia, bo dość często stosuje się konwencjonalną uliczkę lub dwa rzędy i zapomina o tym, aby te formy zmieniać.
4. Lekcja gier i zabaw ruchowych – daje możliwość wskazania jak bawić się ruchem. Powinna być ona dostosowana do zainteresowań uczniów. Maturzyści uczestniczący w typowej lekcji gier i zabaw ruchowych będą się świetnie bawić, gdyż potrafią zrozumieć intencje nauczyciela. Warto pamiętać, że właściwie dobrane zabawy ułatwiają przygotowanie ucznia do opanowania różnych umiejętności ruchowych.

Danuta Umiastowska