Διδασκαλία Φυσικής Αγωγής

Διδάσκων: Τοσουνίδης Α.

Φοιτήτρια: Χορταρέα Ειρήνη

ΑΕΜ : 4766

Φλώρινα , 2021

Διδασκαλία σε μαθητές της Δ’ Δημοτικού.

Εξοπλισμός για τη διεξαγωγή της διδασκαλίας:

* Μουσική
* Δύο κουτάλια
* Δύο χάρτινα μπαλάκια
* Κώνους
* Στεφάνια
* Τουβλάκια / Κοντάρια
* Μπαλόνια/Μπάλες

Στόχοι της Διδασκαλίας:

* Να συνδυάζουν την συγκέντρωση , την ισορροπία και την ταχύτητα στη δραστηριότητα που θα συμμετέχουν.
* Να συνεργάζονται αρμονικά μεταξύ τους και να συντονίζονται.
* Μέσω των ομάδων να προάγουν τον συναγωνισμό και όχι τον ανταγωνισμό.

ΕΙΣΑΓΩΓΉ: Συστηνόμαστε στην ολομέλεια της τάξης, αναφέρουμε στα παιδιά τι δραστηριότητες θα κάνουμε στα πλαίσια του μαθήματος.

ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ Διάρκεια: 5’

 Ξεκινάμε το μάθημα με ζέσταμα, χρησιμοποιούμε μουσική και ζητάμε από τα παιδιά να ακολουθήσουν τα βήματα μας. Με το ρυθμό της μουσικής κάνουμε ποικίλες κινήσεις ( καθίσματα , εκτάσεις χεριών ποδιών , άλματα κ.α)

ΚΥΡΙΟ ΜΕΡΟΣ:

1η Δραστηριότητα Διάρκεια: 8’

 Χωρίζουμε τους μαθητές μας σε 4 ομάδες ( 5 παιδιά περίπου ανά ομάδα) ώστε να αποφύγουμε την αναμονή. Ζητούμε από τα παιδιά να σχεδιάσουν γράμματα της αλφαβήτου ( πχ Α, Β , Γ κ.α) με το σώμα τους ενώ είναι ξαπλωμένα στο έδαφος.

2η Δραστηριότητα Διαδρομή μετ’ εμποδίων Διάρκεια:10’

Χωρίζουμε τους μαθητές μας σε δύο ομάδες . Η κάθε ομάδα θα έχει το δικό της κουτάλι και το δικό της μπαλάκι. Αρχίζουν τη διαδρομή ισορροπώντας το μπαλάκι επάνω στο κουτάλι αρχικά με το δεξί χέρι. Η διαδρομή είναι η εξής

Πρέπει να κάνουν ζικ ζακ ανάμεσα από τους δύο κώνους που θα βρίσκονται μπροστά τους. Έπειτα περνούν μέσα από τα δύο στεφάνια και συνεχίζουν στο τρίτο εμπόδιο που είναι τα εμπόδια με τα κοντάρια στα οποία πρέπει να περάσουν από πάνω. Μόλις τελειώσει η διαδρομή γυρνούν και δίνουν το κουτάλι με το μπαλάκι στον επόμενο.

Στη συνέχεια οι μαθητές θα κληθούν να κάνουν την ίδια διαδρομή αλλά κρατώντας το κουτάλι με το αριστερό τους χέρι.

3η Δραστηριότητα Διάρκεια:10 ‘

 Στη τρίτη και τελευταία δραστηριότητα, οι μαθητές θα χωριστούν σε δυάδες και θα κληθούν να περάσουν μία διαδρομή με εμπόδια κρατημένοι χέρι- χέρι με ενωμένες τις πλάτες τους. Να σημειωθεί ότι ανάμεσα στις πλάτες τους θα έχουν ένα μπαλόνι/μπάλα. Η διαδρομή είναι η εξής:

Ξεκινούν από την αφετηρία, μπαίνουν και οι δύο ταυτόχρονα στα στεφάνια , στη συνέχεια περνούν το εμπόδιο με το κοντάρι και γυρνούν στην αρχική τους θέση.

ΤΕΛΙΚΟ ΜΕΡΟΣ Διάρκεια 4’

Αποθεραπεία, διατάσεις και χαλάρωση

Συζήτηση με τους μαθητές για το τι τους άρεσε περισσότερο.

Τους ευχαριστούμε για το μάθημα!