

PROGRAM „MAŁY MISTRZ”

rok szkolny 2016/2017

koordynator: mgr Beata Misiuna kl.I B

koordynator: mgr Małgorzata Świerszcz -Majer kl.II A

koordynator: mgr Jolanta Woźniak kl.III C

n-l wychowania fizycznego: mgr Małgorzata Radzewicz

Program „Mały Mistrz” skierowany jest do dzieci z **klas I-III szkół podstawowych**, a jego idą jest propagowanie aktywnej postawy. Formuła "Małego Mistrza" opiera się na sześciu zasadniczych blokach sportowych z możliwością poszerzania o pokrewne dziedziny. W każdym bloku uczeń ma szansę opanowania określonych umiejętności i wiadomości, za które nagradzany jest odpowiednią odznaką.

Bloki te to: Rowerzysta-Turysta, Gimnastyk-Tancerz, Saneczkarz-Narciarz-Lyżwiarz, Pilkarz, Lekkoatleta, Pływak-Wodniak.

Poszczególne bloki (sporty) przedstawione są w układzie czasowym zgodnym z rokiem szkolnym i dostosowane między innymi do warunków atmosferycznych. Nic jednak nie stoi na przeszkodzie, żeby nauczyciel realizował program według własnej koncepcji dopasowanej do możliwości placówki oświatowej.

Zaproponowane sprawności mogą być prowadzone przez nauczyciela w ciągu trzech lat nauki w klasach I–III, z tym, że z każdym rokiem zwiększają się wymagania, którym powinno sprostać dziecko. Nauczyciel może w kolejnych latach zmieniać niektóre sprawności i np. w I klasie w ramach sprawności "Piłkarz" realizować zajęcia piłki nożnej, a w następnych latach np. koszykówki czy siatkówki.

Uczniowie po opanowaniu kolejnych sprawności i umiejętności ruchowych **otrzymują odznakę**, którą wklejają do specjalnej legitymacji. Zdobywca kompletu sprawności otrzymuje **tytuł Małego Mistrza**.

Program Małego Mistrza pomaga nauczycielom edukacji wczesnoszkolnej i współpracującym nauczycielom wychowania fizycznego w:

- dostosowaniu zajęć w klasach I-III do nowej podstawy programowej,
- monitorowaniu stanu zdrowia, rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej uczniów szkół podstawowych,
- zintegrowaniu zajęć ruchowych z innymi zadaniami edukacyjnymi.

Głównymi celami stawianymi przed programem Mały Mistrz są:

1. poprawa stanu zdrowia sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych uczniów klas I-III;

2. wsparcie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i wychowania fizycznego w zaplanowaniu i przeprowadzeniu ciekawych zajęć wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej;
3. promowanie nowych, atrakcyjnych form zajęć ruchowych zgodnych z nową podstawą programową;
4. monitorowanie stanu zdrowia, rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej uczniów klas I-III szkół podstawowych
5. określenie preferencji w wyborze aktywności fizycznej uczniów;
zachęcenie uczniów do podejmowania nowych form aktywności fizycznej.

Proponowane sporty i przykładowe umiejętności do opanowania przez uczniów w ciągu trzech lat:



Rowerzysta – Turysta

- umiejętność jazdy na rowerze; znajomość zasad bezpiecznego poruszania się na rowerze; znajomość (w podstawowym zakresie) przepisów i znaków drogowych oraz zasad bezpieczeństwa na drogach;
- w klasie III uproszczony test na kartę rowerową,
- udział w wycieczkach turystycznych w obrębie miasta i okolicy oraz udział w programowych wycieczkach turystycznych;
- wykonanie mini-kronik;
- bezpieczeństwo na trasach turystycznych.



Pilkarz – Nożny/ Ręczny/ Koszykarz/ Siatkarz

- opanowanie podstawowych umiejętności gry w piłkę nożną, ręczną, koszykówkę, siatkówkę; udział w grach i zabawach przygotowujących do „gry właściwej” oraz rozwijanie umiejętności współdziałania w zespole;
- podstawowe wiadomości z zakresu przepisów sędziowania i organizacji zabaw i gier sportowych.



Saneczkarz – Narciarz – Łyżwiarz

W zależności od możliwości oraz tradycji:

- jazda na sankach z górki i po terenie płaskim, zabawy ze współwiczącymi;
- spacer na nartach biegowych połączony z lepieniem różnych form ze śniegu oraz mini zawody na nartach biegowych;
- podstawowe umiejętności jazdy na nartach zjazdowych po wyznaczonej trasie, mini zawody z pokonywaniem przeszkód;
- jazda na łyżwach – elementy „Błękitnej sztafety” i „Złotego krążka” (patrz Kalendarz Imprez SZS);
- wiedza z zakresu bezpieczeństwa zajęć na śniegu i lodzie oraz zasadach hartowania organizmu.



Gimnastyk – Tancerz

- nabycie podstawowych umiejętności zgodnie z założeniami podstawy programowej;
- „trzymaj się prosto” – ćwiczenia korekcyjne i wiedza o prawidłowej postawie ciała;
- zapoznanie się z podstawowymi przyborami i przyrządami gimnastycznymi;
- opanowanie prostych form tanecznych – tańców ludowych, „turniejowych” lub młodzieżowych oraz elementów rytmiki.



Lekkoatleta

- nabycie umiejętności związanych z biegami, skokami i rzutami spójnych z podstawą programową WF dla klas I – III,
- udział w szkolnych zawodach lekkoatletycznych,
- zasady bezpieczeństwa podczas zajęć i zawodów na stadionach i w terenie.



Pływak – Wodniak

- podstawy nauki pływania; udział w szkolnych zawodach pływackich;
- w miarę możliwości zapoznanie z kajakami, żaglówkami, z windsurfingiem;
- zasady bezpieczeństwa w wodzie i na akwenach wodnych,
- higiena kąpieli na pływalniach krytych i otwartych,
- ekologia – racjonalne gospodarowanie wodą.

Program realizowany będzie przez kolejne trzy lata przez nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej – Małgorzatę Majer- Świerszcz, Jolantę Woźniak, Beatę Misiunę i nauczyciela wychowania fizycznego -Małgorzatę Radzewicz.

Uczniowie w ciągu roku szkolnego będą opanowywali umiejętności ruchowe i zdobywali kolejne sprawności. Po opanowaniu umiejętności otrzymają odznakę, którą wkleją do specjalnej legitymacji. Zdobywca kompletu sprawności otrzyma tytuł "Małego Mistrza".