

Konspekt lekcji pływania z wykorzystaniem języka angielskiego

Prowadzący: Dariusz Kuchta

Miejsce: pływalnia (**swimming pool**)

Liczba ćwiczących: 15 osób

Czas: 45 minut

Pomoce dydaktyczne: piłki gumowe, bramki, makarony krótkie, tablica sucho ścieralna, laptop

Temat lekcji: Zabawy oswajające z wodą, poznanie podstawowych terminów związanych z środowiskiem wodnym (w języku polskim i angielskim)

Cele operacyjne w zakresie:

- **Umiejętności**

Uczeń potrafi:

- samodzielnie poruszać się w wodzie
- zanurzyć twarz i głowę pod wodę
- wyszukać w internecie strony z angielską wymową poznanych terminów

- **Motoryczności**

Uczeń:

- koordynacja, zwinność

- **Wiadomości**

Uczeń zna:

- zasady bezpieczeństwa w wodzie
- zna nazewnictwo stylów pływackich, podstawowe słownictwo związane z tematyką dotyczącą pływania i środowiska wodnego (w języku polskim i angielskim)

- **Usamodzielnienia**

Uczeń:

- uczeń chętnie współdziała w grupie
- nabiera chęci do nauki pływania
- potrafi sam odnaleźć w Internecie właściwą nazewnictwo, i angielską wymowę wyrażeń i zwrotów poznanych na zajęciach

Tok lekcji	Zadania lekcji	Ilość powtórzeń, czas	Uwagi
I część wstępna 1.Zbiórka	Ustawienie w dwuszeręgu, powitanie, sprawdzenie obecności. Zapoznanie z nazewnictwem podstawowych stylów pływackich (w języku polskim i angielskim): • crawl – kraul • backstroke – styl grzbietowy • butterfly – motylek • breaststroke – styl klasyczny, żabka • freestyle – styl dowolny oraz pozostałych terminów używanych na lekcji: • towel – ręcznik • cap – czepek • goggles – gogle • swimsuit – strój kąpielowy • trunks – kąpielówki • flip-flops – klapki ,wejście do wody	3'	Uczniowie wysłuchują prawidłowej wymowy poznawanych wyrażen : https://encjo.pl/2022/03/27/swimming-wyrazenia-po-angielsku/
2.Rozgrzewka (warm up)	1. Krążenia RR w lewą i prawą stronę, makaron (pool noodle) trzymany oburącz 2. Bieg w miejscu z wysokim unoszeniem kolan, makaron trzymany oburącz nad głową 3. Odmachy RR nad głowę, makaron trzymany oburącz 4. Bieg w miejscu z uderzenie piętami o pośladki, makaron trzymany oburącz, RR uniesione przed sobą 5. Przysiady (squats) 6. Podskoki pajaca, makaron trzymany jednorącz, nad głowę następuje przekazanie makaronu z ręki do ręki 7. Rozciąganie (stretching)	7'	Uczniowie ustawieni w rozsypane ćwiczą z krótkimi makaronami, początek i koniec ćwiczenia na gwizdek instruktora pływania (swimming instructor)
II część główna	<u>Zabawy w wodzie</u> 1. „Brodzenie” - uczniowie chodzą w wodzie wysoko podnosząc kolana i zagarniając wodę rękami 2. „Marsz w wodzie” – uczniowie maszerują w wodzie naśladując na hasło nauczyciela różne ruchy: słoń, piłkarz, lokomotywa, żabka, czapla, siedmiomilowe buty	30'	Uczniowie mający słabe umiejętności pływackie zakładają „rękawki” (arm bands)

	3. „Pociąg” – Uczniowie chwytają się za barki i poruszają się w różnych kierunkach, na hasło pociąg przyspiesza, przyspieszają nie rozłączając się 4. „Baraszkujące niedźwiadki” – dzieci uderzają dłońmi wodę wzajemnie się ochlapując (<i>splash around</i>) 5. „Deszcz” – ćwiczący stają w dwóch szeregach naprzeciw siebie i ochlapują się nawzajem, nie wolno się zasłaniać lub odwracać 6. „Szalone koło” – uczniowie trzymają się za ręce w kole, biegną w jednym kierunku, a na sygnał prowadzącego zmieniają kierunek biegu 7. „Gra w piłkę wodną” (<i>water polo</i>) – uczniowie podzieleni na dwie drużyny, celem gry jest umieszczenie piłki w bramce przeciwnika, poruszać się można tylko bez piłki		
III część końcowa 1.Uspokojenie organizmu 2. Czynności organizacyjno-porządkowe	1.Dowolne zabawy w wodzie. 1.Wyjście z wody. 2.Zbiórka. 3.Słowna ocena pracy uczniów. 4.Pożegnanie	5'	Utrwalenie poznanej terminologii w języku polskim i angielskim