



KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Temat: Integracja polsko-włoska poprzez gry zespołowe – siatkówka i piłka nożna

Data: 7.10.2025

Miejsce: sala gimnastyczna / boisko szkolne

Grupa: uczniowie polscy i włoscy kl. V – VII

Forma: zespołowa, zabawowa

Metody: zadaniowa, praktycznego działania, integracyjna

CELE LEKCJI

Cele ogólne:

- integracja uczniów z różnych krajów poprzez wspólną aktywność fizyczną
- rozwijanie umiejętności współpracy w międzynarodowym zespole
- doskonalenie podstawowych elementów siatkówki i piłki nożnej
- kształtowanie postawy fair play i wzajemnego szacunku

Cele szczegółowe – uczeń:

- współpracuje w zespole mieszanym (polsko-włoskim)
 - komunikuje się z partnerami gestem, słowem i ruchem
 - wykonuje podstawowe elementy techniczne gier zespołowych
 - respektuje zasady gry i decyzje sędziego
-

PRZYBORY I SPRZĘT

- piłki do siatkówki
 - piłki do piłki nożnej
 - siatka do siatkówki
 - znaczniki / koszulki w dwóch kolorach
 - pachołki
 - gwizdek
-

TOK LEKCJI

I. CZĘŚĆ WSTĘPNA (ok. 10 min)

1. Zbiórka i powitanie

- krótkie powitanie w języku polskim i włoskim
- przedstawienie celu lekcji

2. Rozgrzewka integracyjna

- bieg swobodny po boisku
 - zabawa „Przybij piątkę” – uczniowie witają się z jak największą liczbą osób
 - ćwiczenia rozgrzewające w parach mieszanych (polsko-włoskich)
-

II. CZĘŚĆ GŁÓWNA (ok. 30 min)

1. Siatkówka integracyjna (15 min)

- ćwiczenia w parach: odbicia sposobem górnym i dolnym
- gra uproszczona:
 - zespoły mieszane narodowościowo
 - dopuszczalne złapanie piłki
 - punkt zdobywa się po minimum 3 podaniach w zespole
- komunikacja słowna i niewerbalna

2. Piłka nożna integracyjna (15 min)

- prowadzenie piłki w parach
 - strzały do bramki po podaniu od partnera innej narodowości
 - mini-mecze:
 - drużyny mieszane
 - zmniejszone boisko
 - brak klasyfikacji punktowej – liczy się współpraca
-

III. CZĘŚĆ KOŃCOWA (ok. 5 min)

1. Ćwiczenia wyciszające

- spokojny marsz
- ćwiczenia oddechowe

2. Podsumowanie i ewaluacja

- krótkie rozmowy:
 - Jak się współpracowało?
 - Czy język był przeszkodą?
 - podkreślenie roli fair play i integracji
-

UWAGI ORGANIZACYJNE I WYCHOWAWCZE

- zespoły zawsze mieszane narodowościowo
- nauczyciel wspiera komunikację gestem i prostymi zwrotami
- nacisk na pozytywne emocje, nie rywalizację

Symonek