



UNIWERSYTET RZESZOWSKI
KOLEGIUM NAUK MEDYCZNYCH
INSTYTUT NAUK O KULTURZE FIZYCZNEJ

DZIENNIK
PRAKTYKI ZAWODOWEJ
W SZKOLE
PONADPODSTAWOWEJ

RZESZÓW 2022

OPRACOWANIE

KRZYSZTOF WARCHOŁ

MAGDALENA KUNYSZ-ROZBORSKA

(do użytku wewnętrznego)

**PRAKTYKA ZAWODOWA W SZKOLE
PONADPODSTAWOWEJ**

Nazwa i adres szkoły

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

.....
Pieczęć szkoły

Student(-ka)
IMIE I NAZWISKO

Dyrektor szkoły

Opiekun praktyki w szkole

Koordinator praktyki UR

.....
Termin złożenia dokumentacji

.....
Data i podpis studenta

.....
Data i podpis koordynatora praktyki UR

CELE I ZADANIA PRAKTYKI ZAWODOWEJ W SZKOLE PONADPODSTAWOWEJ

1. ZAŁOŻENIA PROGRAMOWE

Ważnym elementem kształcenia i wychowania jest praktyka zawodowa, podczas wykonywania której istotne są prawidłowo organizowane kontakty studenta z przyszłym zawodem: nauczyciela, wychowawcy zaangażowanego w proces kształtowania osobowości wychowanków, wspomagane głęboką znajomością teorii.

Przygotowanie studentów do pełnienia ról zawodowych wymaga przemyślanego sterowania, by umożliwić konfrontację wiedzy teoretycznej z kształtowaniem się umiejętności zastosowania tej wiedzy w praktyce.

W ramach praktyki zawodowej w szkole ponadpodstawowej (60 godz.), która jest zaliczana do III semestru, II roku studiów, student:

- a) obserwuje czynności podejmowane przez nauczyciela – opiekuna praktyki, w toku prowadzonych przez niego zajęć w szkole ponadpodstawowej,
- b) zapisuje obserwowane zajęcia w karcie obserwacji,
- c) zapoznaje się z metodami, formami i szczegółowymi tokami lekcji w szkole ponadpodstawowej,
- d) poznaje sposoby wykorzystania oraz przygotowania do zajęć różnorodnych urządzeń i przyborów sportowych,
- e) uczy się sposobów oceniania uczniów w szkole ponadpodstawowej,
- f) analizuje działania związane z zapewnieniem uczniom bezpieczeństwa w trakcie zajęć ruchowych,
- g) asystuje nauczycielowi – opiekunowi praktyki w trakcie lekcji lub innych zajęć ruchowych,
- h) uczy się sposobów realizacji zajęć z edukacji zdrowotnej,

- i) demonstruje ćwiczenia metodyczne związane z realizacją zadania głównego lekcji,
- j) prowadzi całe lekcje wychowania fizycznego lub inne zajęcia ruchowe,
- k) analizuje wymagania szczegółowe podstawy programowej wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej,
- l) zapoznaje się z programem nauczania wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej,
- m) poznaje metody diagnozowania sprawności fizycznej, rozwoju fizycznego i aktywności fizycznej młodzieży w szkole ponadpodstawowej,
- n) analizuje szczegółowy roczny plan pracy dydaktyczno-wychowawczej dla klasy,
- o) poznaje przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego,
- p) sędziuje i pomaga w organizacji szkolnych zawodów sportowych,
- q) prowadzi dokumentację odbywania praktyki (dziennik praktyki).

Praktyka zawodowa w szkole ponadpodstawowej może być odbywana u nauczyciela wychowania fizycznego, który posiada stopień awansu zawodowego nauczyciela mianowanego lub dyplomowanego.

2. WYTYCZNE DO 4-TYGODNIOWEJ PRAKTYKI ZAWODOWEJ W SZKOLE PONADPODSTAWOWEJ

WSTĘPNE UWAGI ORGANIZACYJNE

Program praktyki obejmuje łącznie **60 godzin**.

W pierwszym dniu praktyki student bierze udział w zebraniu z dyrektorem szkoły i opiekunem praktyki w celu omówienia organizacji i przebiegu praktyki. Planowanie powinno obejmować wszystkie rodzaje działalności przewidziane programem praktyki.

W pierwszych dniach praktyki student powinien obserwować lekcje wychowania fizycznego. Obserwacjami należy objąć, oprócz lekcji wychowania fizycznego, także zajęcia SKS/UKS. Byłoby pożądane, aby w ramach obserwacji studenci mogli zobaczyć różne typy lekcji, jak np. podające, doskonalące itp.

Wszystkie obserwowane przez studenta lekcje (zajęcia SKS/UKS) powinny być omawiane szczegółowo z nauczycielem prowadzącym (opiekunem).

W pierwszym tygodniu student powinien zrealizować zadania związane z poznaniem szkoły, młodzieży oraz procesu kształcenia i wychowania.

Student w pierwszych dniach praktyki powinien zapoznać się z planami pracy dydaktyczno-wychowawczej w zakresie wychowania fizycznego w szkole.

Student powinien szczegółowo zaznajomić się z aktualnym realizowanym programem nauczania wychowania fizycznego w poszczególnych klasach, w których ma prowadzić lekcje oraz z programem zajęć SKS/UKS.

Szczegółowe rozplanowanie **60** godzin praktyki jest następujące:

- a) obserwacja zajęć wychowania fizycznego – **4** godz.,
- b) asystowanie w zajęciach prowadzonych przez nauczyciela – opiekuna praktyki - **6** godz.,
- c) samodzielne prowadzenie zajęć wychowania fizycznego – **40** godz.,
- d) udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, wyjazdach na pływalinię itp. – **10** godz.

Najpóźniej do końca pierwszego tygodnia od dnia rozpoczęcia praktyki każdy student przesyła na adres poczty elektronicznej koordynatora praktyki harmonogram odbywania praktyki.

Zaliczenie praktyki nastąpi po przedłożeniu przez studenta wymaganej dokumentacji, uwzględnieniu opinii szkoły o działalności studenta w czasie trwania praktyki. Ocenę z zaliczonej praktyki pedagogicznej w szkole ponadpodstawowej wpisuje do systemu Wirtualnej Uczelni koordynator praktyki.

DYREKCJA SZKOŁY ZOBOWIĄZUJE SIĘ:

- zorganizować i przygotować warunki do realizacji programu praktyki,
- skierować praktykanta do odpowiedniego nauczyciela (minimum mianowanego),
- w miarę możliwości wprowadzać praktykanta w całokształt pracy szkoły, zapoznając go z dokumentacją szkoły, jej organizacją, strukturą, pracą samorządu uczniowskiego oraz szkolnych organizacji młodzieżowych.

NAUCZYCIEL – OPIEKUN PRAKTYKI ZOBOWIĄZUJE SIĘ:

- w pierwszym dniach praktyk **przeprowadzić dla praktykanta lekcje różnych typów i rodzajów** (np. gimnastyki, lekkiej atletyki, zespołowych gier sportowych, zabaw i gier ruchowych i in.) oraz przydzielić studentowi lekcje do prowadzenia i obserwacji podczas praktyki,
- podawać studentowi zadania lekcji do prowadzenia zgodnie z planem dydaktyczno-wychowawczym dla danej klasy,
- na bieżąco **sprawdzać przygotowane przez praktykanta konspekty**, a dopuszczone do prowadzenia lekcji podpisywać. Nauczyciel nie dopuszcza do prowadzenia lekcji praktykanta w przypadku braku zatwierdzonego przez siebie konspektu, braku właściwego stroju do prowadzenia lekcji wychowania fizycznego oraz innych powodów, które uniemożliwiają podjęcie przez praktykanta obowiązków nauczyciela,
- **omawiać** z praktykantem prowadzone lekcje,
- po przeprowadzeniu lekcji wychowania fizycznego w danym dniu podpisywać dziennik praktyki, stwierdzając w ten sposób zgodność zapisu z faktyczną realizacją. Jest to jednocześnie potwierdzenie zaliczenia danego dnia praktyki,
- **angażować studenta do asystowania podczas prowadzonej lekcji**, przydzielić zadania do wykonania,
- **zapoznać studenta z dokumentacją pracy nauczyciela wychowania fizycznego** (plan dydaktyczno-wychowawczy szkoły, program nauczania, plan dydaktyczno-wychowawczy nauczyciela wychowania fizycznego, bieżący zapis w dzienniku, kryteria i sposób oceny uczniów, plan rozwoju zawodowego nauczyciela wychowania fizycznego i in.),
- **dokumentować frekwencję i prowadzić bieżącą ocenę praktykanta**; zapis obecności studenta powinien zawierać informacje dotyczące każdego dnia praktyki z uwzględnieniem każdej godziny zajęć zgodnie z harmonogramem pracy,
- w ostatnim dniu wręczyć praktykantowi **opinię wraz z oceną końcową**. Pozytywną ocenę otrzymuje student po spełnieniu wszystkich obowiązków praktykanta.

**REALIZACJA DODATKOWYCH ZADAŃ W TRAKCIE PRAKTYKI
ZAWODOWEJ**

ZADANIE 1

**FORMY WSPÓŁPRACY DYREKCJI SZKOŁY Z GRONEM
PEDAGOGICZNYM, RODZICAMI I ŚRODOWISKIEM LOKALNYM**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ZADANIE 2

**ZAPOZNANIE SIĘ Z PRZYKŁADOWYM PLANEM PRACY DYDAKTYCZNO-
WYCHOWAWCZEJ SZKOŁY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ZADANIE 3

**DOKUMENTACJA SZKOŁY I NAUCZYCIELA WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ZADANIE 4

**METODY DIAGNOZOWANIA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I ROZWOJU
FIZYCZNEGO MŁODZIEŻY W SZKOLE**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ZADANIE 5

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
(PSO) - CHARAKTERYSTYKA**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ZADANIE 6

**CHARAKTERYSTYKA SZKOLNYCH STOWARZYSZEŃ KULTURY
FIZYCZNEJ NP. UKS, SKS, PROWADZENIE POZALEKCYJNYCH ZAJĘĆ
REKREACYJNO-SPORTOWYCH, UDZIAŁ SZKOŁY W ROZGRYWKACH
I ZAWODACH SPORTOWYCH**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

OBSERWACJE LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I ZAJĘĆ POZALEKCYJNYCH

Planując cykl obserwacji, student – wspólnie z nauczycielem (opiekunem praktyki) – określa główne, najbardziej interesujące go tematy kolejnych obserwacji. Obserwowanie poszczególnych lekcji według wybranych problemów pozwoli na stopniowe przygotowanie się do całościowej wszechstronnej analizy pracy dydaktyczno-wychowawczej nauczyciela wychowania fizycznego.

Tematy obserwacji:

1. Zagadnienia organizacyjne:

- a) rozpoczęcie lekcji i zakończenie – zbiórka, raport, powitanie, podanie zadań, omówienie lekcji,
- b) ustawienie uczniów do ćwiczeń, podział ćwiczących na zespoły i rozmieszczenie ich, organizacja pracy w zespołach, zmiany miejsc ćwiczeń, aktywizacja niećwiczących,
- c) wykorzystanie przyrządów i przyborów – sposób ustawienia i sprzątnięcia przyrządów, pobieranie i odkładanie przyborów, sposób wykorzystania sprzętu,
- d) zorganizowanie ochrony i samoochrony, przestrzeganie bezpieczeństwa,
- e) twórczy charakter działania – czy wprowadzono na lekcji nowe rozwiązania niestosowane powszechnie.

2. Zagadnienia metodyczne:

- a) metodyka nauczania – stosowana terminologia, rozkazodawstwo, sposób objaśniania i pokazu, egzekwowanie poprawności wykonania ćwiczeń, eliminowanie błędów,
- b) gospodarowanie zasobem sił uczniów: stopniowanie wysiłku, tempo, dozowanie i natężenie ćwiczeń, zmienność pracy, czynny wypoczynek, emocjonalność ćwiczeń,
- c) układ poszczególnych części lekcji, płynność i zwartość przeprowadzenia, wykorzystanie czasu na efektywne ćwiczenia,
- d) realizacja zadań dydaktycznych,
- e) formy, metody i środki stosowane w procesie lekcyjnym,
- f) metodyka wychowania – specyfika atmosfery i nastroju lekcji, zdyscyplinowanie uczniów, panowanie nad zespołem, inspirowanie zachowań koleżeńskich, stosowanie nagród i kar, zagadnienia indywidualizacji na lekcji,

g) czy wystąpiło podmiotowe traktowanie ucznia przejawiające się w samodzielnym myśleniu, podejmowaniu decyzji i działaniu oraz czy wystąpiły takie zjawiska, jak: indywidualizacja, współpartnerstwo i samokontrola oraz samoocena.

3. Postawa prowadzącego:

- a) styl kierowania – autokratyczny, demokratyczny, liberalny,
- b) pewność postępowania, dykcja, modulacja głosu, sprawność osobista wykazana podczas pokazu ćwiczeń,
- c) aktywność własna, osobisty przykład i postawa, umiejętność modyfikacji działania, kontakt z zespołem,
- d) ubiór i wygląd zewnętrzny praktykanta.

4. Postawa uczniów w lekcji:

- a) zdyscyplinowanie uczniów,
- b) aktywność – zaangażowanie w lekcji,
- c) współdziałanie z nauczycielem i kolegami,
- d) samokontrola,
- e) stopień opanowania nowych umiejętności.

5. Wyniki lekcji:

- a) wszechstronność pracy, ruchowe wyżycie się uczniów,
- b) rozwijanie sprawności morfofunkcjonalnej, kondycyjnej i koordynacyjnej,
- c) rozwijanie zdolności motorycznych,
- d) kształtowanie nawyku utrzymania prawidłowej postawy i estetyki sposobu poruszania się uczniów,
- e) realizacja zadań dydaktycznych w zakresie umiejętności, sprawności i wiadomości,
- f) działania wychowawcze,
- g) kryterium skuteczności – czy poza funkcją usprawniającą i informacyjną lekcja spełniała pozostałe funkcje: wzorcotwórczą (przygotowanie do edukacji permanentnej), rekreacyjną.

OBSERWACJA LEKCJI NR **KLASA** **DATA**

PROWADZĄCY:

TEMAT LEKCJI:

MIEJSCE ĆWICZEŃ:

LICZBA ĆWICZĄCYCH:

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	UWAGI ORGANIZACYJNO-METODYCZNE

OBSERWACJA LEKCJI NR KLASA DATA

PROWADZĄCY:

TEMAT LEKCJI:

.....

MIEJSCE ĆWICZEŃ:

LICZBA ĆWICZĄCYCH:

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	UWAGI ORGANIZACYJNO-METODYCZNE

OBSERWACJA LEKCJI NR KLASA DATA

PROWADZĄCY:

TEMAT LEKCJI:

MIEJSCE ĆWICZEŃ:

LICZBA ĆWICZĄCYCH:

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	UWAGI ORGANIZACYJNO-METODYCZNE

OBSERWACJA LEKCJI NR **KLASA** **DATA**

PROWADZĄCY:

TEMAT LEKCJI:

MIEJSCE ĆWICZEŃ:

LICZBA ĆWICZĄCYCH:

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	UWAGI ORGANIZACYJNO-METODYCZNE

PROWADZENIE LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

PRAKTYCZNE UWAGI DO PROWADZENIA LEKCJI:

1. Sprawna organizacja lekcji (sprawne rozdawanie sprzętu w formie rywalizacji).
2. Angażowanie niećwiczących do sędziowania i pomocy w czasie lekcji.
3. Nawiązywanie większego kontaktu z dziećmi, mówić do dzieci „swoim” głosem i zachowaniem wyrażać zadowolenie lub niezadowolenie.
4. Egzekwować poprawność wykonywania ćwiczeń.
5. Przy przygotowaniu lekcji przewidywać kłopoty organizacyjne.
6. Prowadzić lekcje sprawnie, w tempie i poprawnie organizacyjnie.
7. Ćwiczenia kształtujące i korektywne prowadzić raczej z przyborami.
8. Każda lekcja obok tematu powinna mieć postawiony cel wychowawczy i zdrowotny, które należy realizować.
9. Ćwiczący powinni mieć świadomość wykonywanych ćwiczeń, znać ich potrzebę i konieczność.
10. Starać się wprowadzić miłą atmosferę na lekcji, zachęcić dzieci do ćwiczeń, ale jednocześnie egzekwować dyscyplinę i porządek.
11. Nie przekrzykiwać grupy, czekać na ciszę nawet kosztem lekcji.
12. Wszechstronność lekcji.
13. Dobierać zastępy pod względem usprawnienia ćwiczących.
14. Poruszać sprawy higieny osobistej.
15. Prawidłowe natężenie lekcji.
16. Rezygnacja z metody „komenderowania” na rzecz umiejętnego kierowania.
17. Wdrażanie uczniów do samooceny, samokontroli.

OMAWIANIE LEKCJI PRZEZ NAUCZYCIELA

Nauczyciel rozpoczyna omawianie lekcji wychowania fizycznego od podania celu i zadań lekcji.

Omawianie treści lekcji:

- zgodność ćwiczeń pod względem estetycznym,
- zgodność ćwiczeń pod względem zdrowotnym,
- zgodność ćwiczeń pod względem efektywności – wykorzystania czasu,
- zgodność ćwiczeń pod względem ruchowym.

Układ lekcji – tok lekcyjny:

- czy przećwiczony został cały organizm,
- rotacja zadań lekcyjnych.

Metody stosowane w czasie lekcji:

- metody realizacji zadań,
- metody nauczania ćwiczeń,
- metody przekazywania i zdobywania wiadomości,
- metody wychowania.

Organizacja lekcji:

- formy organizacyjne: ustawienia, porządkowe, podziału uczniów, prowadzenia zajęć,
- zastosowanie środków dydaktycznych podczas lekcji,
- stan przydatności przyrządów i pomocy naukowych na lekcji,
- czy stosowana była indywidualizacja na lekcji,
- sposoby kontroli uzyskiwanych przez uczniów wyników,
- przestrzeganie zasad BHP.

Oceny sprawności fizycznej uczniów przez nauczyciela – jak i kiedy.

Sprawy wychowawcze na lekcji:

- atmosfera na lekcji – swobodna czy nie,
- zaangażowanie uczniów – wielostronna aktywizacja uczniów,
- zainteresowanie uczniów lekcją,
- dyscyplina młodzieży na lekcji, umiejętność życia w zespole i grupie.

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 1</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 2</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 3</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 4</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 5</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno- wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 6</u>		
Prowadzący:		Rok:
		Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 7</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 8</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 9</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 10</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 11</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 12</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 13</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 14</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 15</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 16</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 17</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 18</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 19</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 20</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 21</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 22</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 23</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 24</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 25</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 26</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 27</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno- wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 28</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 29</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 30</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 31</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 32</u>		
Prowadzący:		Rok:
		Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 33</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 34</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 35</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 36</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 37</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 38</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
	Podpis osoby prowadzącej	

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 39</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

<u>KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NR 40</u>		
Prowadzący:	Rok:	Grupa:
Data lekcji		
Klasa		
Treści programu nauczania (szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej)		
Temat lekcji		
Zadania szczegółowe w zakresie	a) sprawności fizycznej:	
	b) umiejętności:	
	c) wiadomości:	
	e) edukacji zdrowotnej:	
	e) kompetencji społecznych:	
Miejsce lekcji		
Przyrządy/przybory		
Liczba ćwiczących		

Metody realizacji zadań ruchowych			
Metody nauczania ruchu			
Formy porządkowe			
Formy podziału uczniów			
Formy prowadzenia zajęć			
Literatura			
Tok lekcji	Zadania szczegółowe toku lekcji	Czas, dozowanie	Uwagi organizacyjne i metodyczne
1. Czynności organizacyjno-porządkowe			
2. Motywacja do aktywnego udziału w lekcji			
3. Zabawa lub gra ożywiająca			
4. Rozgrzewka (ćwiczenia kształtujące)	Ćwiczenia RR:		

	Ćwiczenia NN:		
	Ćwiczenia szyi:		
	Ćwiczenia T:		
	Ćwiczenia w podskokach i skokach:		
	Indywidualna aktywność ucznia		

5. Nauczanie lub doskonalenie umiejętności ruchowych, kształtowanie sprawności fizycznej, kontrola i ocena, samokontrola i samoocena, rozwijanie zdolności twórczych.			
6. Ćwiczenia uspokajające lub korekcyjne			
7. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe			
8. Podsumowanie dydaktyczne i wychowawcze lekcji. Ocena stopnia zaangażowania ćwiczących w lekcji			
9. Motywacja do aktywności fizycznej w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym. Pożegnanie klasy			
Uwagi o lekcji osoby obserwującej:			

Ocena lekcji osoby obserwującej w skali: bdb, +db, db, +dst, dst, ndst		
	Ocena	Podpis osoby obserwującej
		Podpis osoby prowadzącej

**REALIZACJA DODATKOWYCH ZADAŃ W TRAKCIE PRAKTYKI
ZAWODOWEJ (ZAJĘCIA REKREACYJNO-SPORTOWE, ROZGRYWKI
I ZAWODY SPORTOWE) – 10 GODZIN**

Lp.	Rodzaj zajęć, zawodów i rozgrywek sportowych	Data i miejsce	Liczba godzin

.....

Nauczyciel – opiekun praktyki

**UWAGI WŁASNE O PROWADZONYCH
I OBSERWOWANYCH LEKCJACH**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

OCENA PROGRAMU PRAKTYKI

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

OCENA DOKUMENTACJI PRAKTYKI

.....

OCENA KOŃCOWA PRAKTYKI

.....

DATA I PODPIS

KOORDYNATORA PRAKTYKI

.....

ZALECANA LITERATURA

1. Barański K. (red.), *Technika i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych*, AWF, Warszawa 1989.
2. Bielski J., *Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego*, Impuls, Kraków 2005.
3. Bielski J., *Życie jest ruchem. Poradnik dla nauczycieli wychowania fizycznego*, Agencja Promo-Lider, Warszawa 1996.
4. Bondarowicz M., *Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych*, RCMSKFiS, Warszawa 1994.
5. Bondarowicz M., *Zabawy w grach sportowych*, WSiP, Warszawa 1995.
6. Bondarowicz M., Owczarek S., *Zabawy i gry w korektywie*, WSiP, Warszawa 1997.
7. Bronikowski M. (red.), *Metodyka wychowania fizycznego w reformowanej szkole*, Poznań 2002.
8. Cendrowski Z., *Przewodzić innym. Poradnik dla liderów zdrowia i sportu*, Agencja Promo-Lider, Warszawa 1997.
9. Cendrowski Z., *Będę żył 107 lat (Zdrowie Społeczne)*, Agencja Promo-Lider, Warszawa 1996.
10. Charzewska J., Wajszczyk B., Chabros E., Rogalska-Niedźwiedź M., Jarosz M. (red.), *Aktywność fizyczna w Polsce w różnych grupach według wieku i płci [w:] Otyłość, żywienie, aktywność fizyczna, zdrowie Polaków*, Instytut Żywności i Żywienia, Warszawa 2006, s. 317–340.
11. Charzewski J., *Aktywność sportowa Polaków*, Warszawa 1997.
12. Charzewski J., Przewęda R., *Niektóre społeczne uwarunkowania rozwoju fizycznego i sprawności polskich dzieci [w:] Rozwój sprawności i wydolności fizycznej dzieci i młodzieży*, Zdrowie i kultura fizyczna, 1992, s. 36–50.
13. Dencikowska A., *Piłka ręczna*, Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów 2012.
14. Dencikowska A., Dencikowska B., Dencikowski D., *Samoocena aktywności fizycznej a cechy somatyczne* [w:] LIDER, 216, 1, Warszawa 2009.
15. Dencikowska A., Drozd S., Czarny W. (red.), *Aktywność fizyczna jako czynnik wspomagający rozwój i zdrowie*, Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów 2008.
16. Drabik J., *Sprawność fizyczna i jej testowanie u młodzieży szkolnej*, AWF, Gdańsk 1992.
17. Grabowski H., *Co koniecznie trzeba wiedzieć o wychowaniu fizycznym*, Oficyna wydawnicza „Impuls”, Kraków 2000.
18. Janikowska-Siatka M., *Materiały pomocnicze do ćwiczeń z metodyki wychowania fizycznego*, Wydawnictwo Monograficzne 51, AWF, Kraków 2003.
19. Kołodziej J., Kołodziej M., *Wybrane lekcje wychowania fizycznego w klasach IV–VI*, FOSZE, Rzeszów 2007.
20. Kutzner-Kozińska M., Właźnik K., *Gimnastyka korekcyjna dla dzieci 6–10-letnich*, WSiP, Warszawa 1988.

21. Maszczak T. (red.), *Edukacja fizyczna w nowej szkole*, AWF, Warszawa 1997.
22. Maszczak T. (red.), *Metodyka wychowania fizycznego*, AWF, Warszawa 1993.
23. Pańczyk W., *Biologiczno-zdrowotne i wychowawcze efekty lekcji wychowania fizycznego w terenie i w sali*, PTNKF, Zamość 2000.
24. Pańczyk W., *Zielona recepta*, WZG, Zamość–Warszawa 1996.
25. Pańczyk W., Warchoń K., *W kręgu teorii, metodyki i praktyki współczesnego wychowania fizycznego*, Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów 2006.
26. Pilicz S., *Pomiar ogólnej sprawności fizycznej*, AWF, Warszawa 1997.
27. Przewęda R., *Przemiany kondycji fizycznej młodzieży* [w:] Dencikowska A., Drozd S., Czarny W. (red.), *Aktywność fizyczna jako czynnik wspomagający rozwój i zdrowie*, Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów 2008.
28. Przewęda R., *Uwarunkowania poziomu sprawności fizycznej polskiej młodzieży szkolnej*, AWF, Warszawa 1985.
29. Przewęda R., Dobosz J., *Kondycja fizyczna polskiej młodzieży. Studia i Monografie*, AWF, Warszawa 2003, s. 98.
30. Strzyżewski S., *Proces kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej*, WSiP, wyd. III, Warszawa 1996.
31. Strzyżewski S., *Wychowanie fizyczne poza salą gimnastyczną*, WSiP, Warszawa 1992.
32. Sulisz S., *Wychowanie fizyczne w szkole podstawowej*, WSiP, Warszawa 1991.
33. Tatarczuk J., *Metodyka wychowania fizycznego*, UZ, Zielona Góra 2004.
34. Trześniowski R., *Zabawy i gry ruchowe*, WSiP, Warszawa 1995.
35. Warchoń K., *Autorski program nauczania wychowania fizycznego. Postawa. Aktywność. Wiedza. Umiejętności. Sprawność. Dla I, II, III, IV etapu edukacji wraz z rocznymi planami pracy, konspektami zajęć i przedmiotowymi systemami oceniania*. Wydawnictwo Fosze, Rzeszów 2013.
36. Warchoń K., *Planowanie zajęć wychowania fizycznego w edukacji wczesnoszkolnej z uwzględnieniem nowej podstawy programowej i programu „Mały Mistrz”*. Wydawnictwo Fosze, Rzeszów 2015.
37. Warchoń K., *Podstawy metodyki współczesnego wychowania fizycznego*. Wydawnictwo Fosze, Rzeszów 2015.
38. Warchoń K., *Program nauczania wychowania fizycznego dla liceum, technikum oraz branżowej szkoły I i II stopnia*. Wydawnictwo Fosze, Rzeszów 2019.
39. Umiastowska D., *Lekcja wychowania fizycznego*, Uniwersytet Szczeciński, Szczecin 1998.
40. Zuchora K., *Wychowanie w kulturze fizycznej*, MAW, Warszawa 1980.