

Rozkład materiału klasa 2

1. Zasady bezpieczeństwa w czasie zajęć.	1
2. Utrwalenie zasad fair play.	1
3. Gry i zabawy uczące zachowania w sytuacji zwycięstwa i porażki.	3
4. Gry i zabawy porządkowe.	4
5. Gry i zabawy integracyjne.	4
6. Gry i zabawy biegowe - poruszanie się po boisku.	4
7. Ćwiczenia kształtujące poruszanie się po boisku	2
8. Ćwiczenia oswajające z piłką w formie zabawowej.	4
9. Gry i zabawy ruchowe z piłkami.	4
10. Gry i zabawy szybkościowe.	4
11. Wyścigi rzędów z wykorzystaniem piłki.	4
12. Gry i zabawy z wykorzystaniem kozłowania i toczenia piłki.	4
13. Nauka kozłowania P i L ręką w miejscu.	8
14. Nauka kozłowania P i L ręką w marszu i w biegu.	8
15. Gry i zabawy orientacyjno- przestrzenne.	4
16. Gry i zabawy z piłkami kształtujące koordynację wzrokowo-ruchową.	8
17. Nauka podania i chwytu piłki w miejscu.	8
18. Nauka podań półgórnych i dolnych.	8
19. Gry i zabawy ruchowe kształtujące gibkość.	4
20. Gry i zabawy ruchowe kształtujące zwinność.	4
21. Kształtowanie koordynacji ruchowej – sprawność ogólna	4
22. Kształtowanie szybkości - starty z różnych pozycji wyjściowych.	4
23. Gry i zabawy skocznościowe.	4
24. Gry i zabawy skocznościowe z wykorzystaniem przyborów.	4
25. Gry i zabawy ruchowe z elementami czworakowania	4
26. Gry i zabawy ruchowe z wykorzystaniem różnych przyborów - wyścigi rzędów	5
27. Nauka gry w „Dwa ognie”.	1
28. Nauka kozłowania ze zmianą ręki.	8
29. Gry i zabawy zręcznościowe.	4
30. Gry i zabawy rzutne.	4
31. Nauka gry w „Kwadrat”.	1
32. Nauka rzutu na bramkę z miejsca jednorącz.	5
33. Nauka rzutu na bramkę z marszu jednorącz.	5
34. Rzuty do stałego i ruchomego celu.	5
35. Rzut na bramkę po kozłowaniu.	5
36. Gry i zabawy z wykorzystaniem piłek	4

37. Utrwalanie zasad gry w „Dwa ognie”.	7
38. Nauka wygarnięcia piłki z kozłowania.	5
39. Gry i zabawy biegowe.	4
40. Nauka kroku odstawnego-dostawnego –poruszanie się po boisku	4
41. Gry i zabawy ruchowe w parach.	5
42. Podanie piłki w parach zakończone rzutem.	4
43. Nauka gry do „5 podań” – wprowadzenie podstawowych przepisów	1
44. Gry i zabawy zespołowe z piłkami.	5
45. Gry i zabawy zręcznościowe z elementami mocowania.	5
46. Utrwalanie zasad gry w „Kwadrat”.	7