Temat: Rowerem do Troski.

Miejsce: Ścieżka rowerowa w Dolinie Baryczy, użytków ekologicznych w miejscowości Troska.

Sprzęt: rowery, kaski, kamizelki wypożyczone z Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Twardogórze

Czas:90 min

Cele szczegółowe:

-Uczeń doskonali jazdę na rowerze, potrafi poradzić sobie z podstawowymi zadaniami

-Uczeń zna i przestrzega przepisów ruchu drogowego

-Uczeń kształtuje koordynację wzrokowo ruchową, zwinność, orientację w terenie

- Uczeń poznaje jedną z form ochrony przyrody – użytki ekologiczne

- Uczeń uczy się dbałości o swój region

- Uczeń poznaje najbliższą okolicę

|  |  |
| --- | --- |
| **Tok lekcyjny** | **Opis zadania** |
| **I .**Część wstępna   1. Czynności organizacyjno-porządkowe 2. Ćwiczenia przygotowujące organizm do wysiłku   **II.** Część główna  **III.** Część końcowa | * Zbiórka * Sprawdzenie obecności, podanie celu wycieczki, motywacja, sprawdzenie sprzętu * Zabawy ruchowe, orientacyjno- porządkowe * Założenie kasków rowerowych oraz kamizelek odblaskowych * Podział grupy na 15-to osobowe zespoły * Rozpoczęcie wycieczki według ustalonego harmonogramu * Dojazd do Troski * Zapoznanie z formą ochrony przyrody jaką jest użytek ekologiczny * Odpoczynek, oglądanie osobliwości przyrody * Posprzątanie terenu * Powrót do szkoły tą samą drogą * Omówienie wycieczki. Wrażenia z wycieczki * Zdanie sprzętu sportowego * Pożegnanie |