**Podstawowe zasady dydaktyczne nauczania wykorzystywane w procesie kształcenia na lekcji w-f**

**(to ogólne normy postępowania dydaktycznego, które określają jak należy realizować cele kształcenia)**

* **ZASADA ŚWIADOMEGO I AKTYWNEGO UDZIAŁU UCZNIA** w lekcji wychowania fizycznego (samodzielności), każdy uczeń powinien wiedzieć i rozumieć, jakie są cele i zadania zajęć oraz świadomie współuczestniczyć w ich realizacji. Wyrażać się to powinno:  
  - właściwym podejściem (aktywnym) ćwiczących do obowiązków i zadań,

- opanowaniem wiadomości i umiejętności z zakresu gry niezbędnych do sprawnego działania w ćwiczeniach lub w grze.

* **ZASADA SYSTEMATYCZNOŚCI** oznacza zachowanie planowego i logicznego porządku w układzie treści nauczania, odnoszącej się głównie do programów edukacyjnych oraz pracy nauczyciela i ucznia. W praktyce oznacza to, że należy opierać się na przerobionych kolejnych częściach materiału.
* **ZASADA POGLĄDOWOŚCI,** ma na celu wytworzenie wyobrażeń ruchowych i kojarzenie słów, poznawanie rzeczy, zjawisk i zdarzeń, z którymi uczeń ma do czynienia podczas ćwiczeń i gry, oraz przetworzenie doświadczenia z tych sytuacji na skuteczne działanie podczas zawodów. Do środków które odgrywają podstawową rolę w realizacji tej zasady, tzn. oddziaływają na zmysły ćwiczącego, przyspieszają i wzbogacają poznanie należą:

- wzorcowy pokaz i objaśnienie danego ruchu,

- wykorzystanie pomocy dydaktycznych takich jak piśmiennictwo, plansze, tablice, sprzęt, filmy video oraz obserwacje i analizy zawodów.

* **ZASADA STOPNIOWANIA TRUDNOŚCI,** zwana zasadą dostępności lub przystępności, przypomina nauczycielowi o obowiązku uwzględniania i dostosowywania się do właściwości rozwojowych ucznia. Polega na właściwym, trafnym doborze parametrów ilościowych i jakościowych ćwiczeń, i dostosowaniu celów, metod, form i środków do rozwoju psychofizycznego ćwiczących. Uwzględniając w/w uwarunkowania, należy przestrzegać następujące reguły postępowania:

- od elementu prostego do złożonego, - od łatwego do trudnego, - od znanego do

nieznanego, - od małego zmęczenia do maksymalnego,

* **ZASADA TRWAŁOŚCI WYNIKÓW,** rozumiana jako stosowanie takich metod, form i środków na lekcji, które prowadzą do utrwalenia, usystematyzowania i doskonalenia umiejętności, sprawności i wiadomości ćwiczących. Podstawową rolę spełnia powtarzalność wyuczonych nawyków ruchowych zawierających elementy techniki i taktyki gry oraz powtarzalność ćwiczeń w różnych sytuacjach boiskowych. Należy pamiętać, że realizacja kolejnych zadań winna mieć miejsce dopiero po opanowaniu poprzednich, o zachowaniu odpowiednich przerw w ćwiczeniu powodujących utrwalenie osiągniętego stanu, o nie wprowadzaniu zbyt wielu ćwiczeń jednocześnie.
* **ZASADA INDYWIDUALIZACJI,** polega na organizowaniu pracy w grupie w oparciu o bardzo dobrą znajomość poszczególnych uczniów, ich poziomu uzdolnień, umiejętności i możliwości psychofizycznych.
* **WSZECHSTRONNOŚCI,** polega przede wszystkim na zachowaniu właściwych proporcji pomiędzy ćwiczeniami wszechstronnymi, ukierunkowanymi i specjalnymi w kolejnych etapach nauczania i doskonalenia gry. Dotyczy również wykonywania ćwiczeń w różnych warunkach klimatycznych, atmosferycznych, terenowych, sprzętowych a także różnych nawierzchniach boiska.

Zapamiętywanie wiadomości przy wybranych metodach kształcenia



Składowe lekcji wychowania fizycznego z zespołowych gier sportowych

