

PROGRAM GIER I ZABAW SPORTOWYCH DLA KLAS I–III

Cel imprezy

- Popularyzacja aktywności fizycznej wśród dzieci.
- Rozwijanie sprawności ruchowej oraz umiejętności współpracy w zespole.
- Kształtowanie zasad fair play.
- Integracja uczniów szkół podstawowych.

Uczestnicy:

Uczniowie klas I–III szkół podstawowych.

Klasyfikacja zawodów

Zawody drużynowe

- Każda drużyna składa się z 8 zawodników.
- Do każdej konkurencji można zgłaszać innych zawodników.
- O kolejności końcowej decyduje suma punktów zdobytych we wszystkich konkurencjach.

Punktacja drużynowa

Miejsce Punkty

| | |
|------|-------|
| I | 8 pkt |
| II | 7 pkt |
| III | 6 pkt |
| IV | 5 pkt |
| V | 4 pkt |
| VI | 3 pkt |
| VII | 2 pkt |
| VIII | 1 pkt |

Nagrody

Puchary dla sześciu najlepszych drużyn.

Konkurencje drużynowe

1. Bieg sztafetowy 8 × 40 m

Każdy zawodnik pokonuje odcinek 40 m i przekazuje pałeczkę następnemu zawodnikowi.

2. Ślalom z piłką

Zawodnik prowadzi piłkę między pachołkami, wraca na linię startu i przekazuje piłkę kolejnej osobie.

3. Wyścig z woreczkiem na głowie

Zawodnicy pokonują wyznaczony odcinek, starając się nie zgubić woreczka.

4. Przenoszenie piłek

Drużyna przenosi piłki z jednego kosza do drugiego w jak najkrótszym czasie.

5. Skoki obunóż przez obręcze

Zawodnicy pokonują tor składający się z rozłożonych obręczy.

6. Rzuty do celu drużynowe

Każdy zawodnik wykonuje określoną liczbę rzutów do kosza lub obręczy. Liczy się łączna liczba trafień drużyny.

7. Gra w ringo – drużyna 4 osobowa

Gra każdy z każdym po 3 min.

8. Sztafeta „Tunel”

Zawodnicy ustawiają się w rzędzie i podają piłkę między nogami. Ostatni zawodnik biegnie na początek. Zabawa trwa do momentu powrotu pierwszego zawodnika na swoje miejsce.

Zawody indywidualne

Konkurencje

1. Skok w dal z miejsca.
2. Skok wzwyż na wprost
3. Bieg na 40 m.
4. Bieg na 200 m.
5. Rzut piłką lekarską 1 kg.
6. Rzut do celu.
7. Trójskok z miejsca.
8. Rzut laską gimnastyczną na odległość.

Zasady uczestnictwa

Szkoła może zgłosić maksymalnie 2 zawodników do każdej konkurencji.
Jeden zawodnik może startować maksymalnie w dwóch konkurencjach indywidualnych.
Zawodnik może jednocześnie brać udział w konkurencjach drużynowych.

Nagrody

Medale za zajęcie I, II i III miejsca w każdej konkurencji indywidualnej.
Dyplomy dla uczestników.

Postanowienia końcowe

Zawody odbywają się zgodnie z zasadami bezpieczeństwa obowiązującymi podczas zajęć sportowych.

Za zachowanie zawodników odpowiadają opiekunowie drużyn.

W sprawach nieujętych w regulaminie decyzję podejmuje organizator zawodów.

Wszystkich uczestników obowiązuje zasada fair play.

Życzymy wszystkim uczestnikom wielu sportowych emocji i dobrej zabawy!

Organizator
Bogusław Waszkiel