

VI GMINNY TURNIEJ GIER I ZABAW „OLIMPIJKA 2006”

KLASA I – ZESTAW GIER I ZABAW

1. SZTAFETA- Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu biegnie do stojaka – omija go i wraca biegiem. Na linii startu – mety, uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi.
2. SKOKI Z WORECZKIEM - Ustawienie j.w. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu trzymając woreczek między kolanami skacze obunóż do stojaka. Za stojakiem zostawia woreczek i wraca biegiem. Uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi, który dobiega do stojaka, a następnie wkłada woreczek między kolana i wykonuje skoki do linii startu – mety, gdzie przekazuje go następnemu zawodnikowi.
3. CZWORAKOWANIE - Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu czworakuje do stojaka. Za stojakiem wstaje i wraca biegiem. Na linii startu – mety uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi.
4. RZUTY DO CELU – Zespoły ustawione w rzędach. Każdy zawodnik wykonuje dwa rzuty woreczkiem do hula – hop. Odległość od linii rzutu 3m. Celny rzut to 1 pkt. Gdy woreczek znajdzie się na obręczy rzut uznaje się za celny.
5. SKOKI Z WORECZKIEM - Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu wykonuje skoki z woreczkiem pod kolanem (noga dowolna) do stojaka. Za stojakiem bierze woreczek w rękę i wraca biegiem przekazując go na linii startu – mety następnemu zawodnikowi.
6. PRZEŁOŻENIE SZARFY - Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu biegnie do stojaka, za którym znajduje się szarfa. Przekłada szarfę **od dołu do góry**, omija stojak i wraca biegiem na linię startu – mety i uderzeniem w dłoń pozwala wystartować koledze.

KLASA II - ZESTAW GIER I ZABAW

1. SZTAFETA - Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu trzymając w prawej ręce **paleczkę sztafetową** biegnie do stojaka, obiega go, wraca na linię startu i przekazuje ją następnemu zawodnikowi.
2. ŁAWECZKA - Zespoły ustawione w rzędach. W odległości 3-4m od linii startu ustawiona jest odwrócona ławeczka gimnastyczna. Na komendę „START” zawodnik dobiega do ławeczki, **2 razy** przechodzi pod ławeczką (czołganie). Następnie dobiega do stojaka, obiega go i wraca biegiem na linię startu – mety. Uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi.
3. SKOKI ZAJĘCZE - Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu wykonuje skoki zajęcze do stojaka, omija go i wraca biegiem na linię startu - mety. Uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi.
4. RZUTY DO CELU - Zespoły ustawione w rzędach. Każdy zawodnik wykonuje **dwa rzuty** do kosza, który znajduje się w odległości 3m od linii rzutu. Celny rzut to 1 punkt. Wygrywa ta drużyna, której suma zdobytych punktów po rzutach wszystkich zawodników jest większa.
5. TOCZENIE PIŁKI LEKARSKIEJ - Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu wykonuje toczenie piłki lekarskiej (1kg) głową na czworaka do stojaka. Za stojakiem bierze piłkę do rąk i wraca biegiem na linię startu – mety i przekazuje ją następnemu zawodnikowi.
6. BIEG Z PIŁKĄ - Zespoły ustawione w rzędach. Pierwszy zawodnik trzyma w ręku piłkę do piłki ręcznej. Na komendę „START” biegnie do stojaka, przy którym leży ringo i zostawia w nim piłkę tak, aby się nie toczyła. Obiega stojak i wraca na linię startu - mety. Uderza w dłoń kolegę, który biegnie do stojaka, chwytą piłkę i wraca na linię startu przekazując kolejnemu zawodnikowi i tak na zmianę.

KLASA III - ZESTAW GIER I ZABAW

1. **SLALOM** - Zespoły ustawione w rzędach. Na komendę „START” pierwszy zawodnik z rzędu biegnie slalomem pomiędzy 4 pachołkami, dobiega do stojaka, omija go i wraca **także slalomem** na linię startu – mety. Uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi.
2. **ŁAWECZKA** - Zespoły ustawione w rzędach W odległości 3-4m od linii startowej ustawiona jest ławeczka gimnastyczna. Na sygnał zawodnik dobiega do ławeczki, wykonuje 3 skoki zawrotne na całej długości ławki, obiega stojak i wraca biegiem na linię startu – mety. Uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi.
3. **SKAKANKA** - Zespoły ustawione w rzędach. Pierwszy zawodnik trzyma skakankę. Na sygnał bieg z przeskokami przez skakankę(rowerkiem) do stojaka, zostawienie skakanki za stojakiem i powrót biegiem na linię startu – mety. Uderzeniem w dłoń pozwala wystartować następnemu zawodnikowi, który dobiega do stojaka i wraca jak najszybciej przeskokami przez skakankę do linii startu – mety i przekazuje ją następnemu zawodnikowi.
4. **RZUT DO CELU** - Zespoły ustawione w rzędach. Każdy zawodnik wykonuje **2 rzuty** piłką (do gry w mini piłkę ręczną) w 3 kg piłkę lekarską, która znajduje się w odległości 5 m do linii rzutu. Rzut celny - 1pkt.
5. **KOZŁOWANIE** - Zespoły ustawione w rzędach. Pierwszy zawodnik trzyma piłkę do mini koszykówki. Na sygnał bieg z kozłowaniem (dowolną ręką) do stojaka (ominięcie go) i z powrotem. Przekazanie piłki na linii startu –mety.
6. **WĄŻ** - Zespoły ustawione w rzędach trzymają się za biodra. Na sygnał wąż biegnie do stojaka, omija go i wraca na linię startu – mety. Wąż podczas biegu nie może się rozerwać.

Opracowali:
mgr Janina Kozakiewicz
mgr Marek Jamiołkowski