

FINAŁ programu "Polubić Sport" klas II 2024/2025



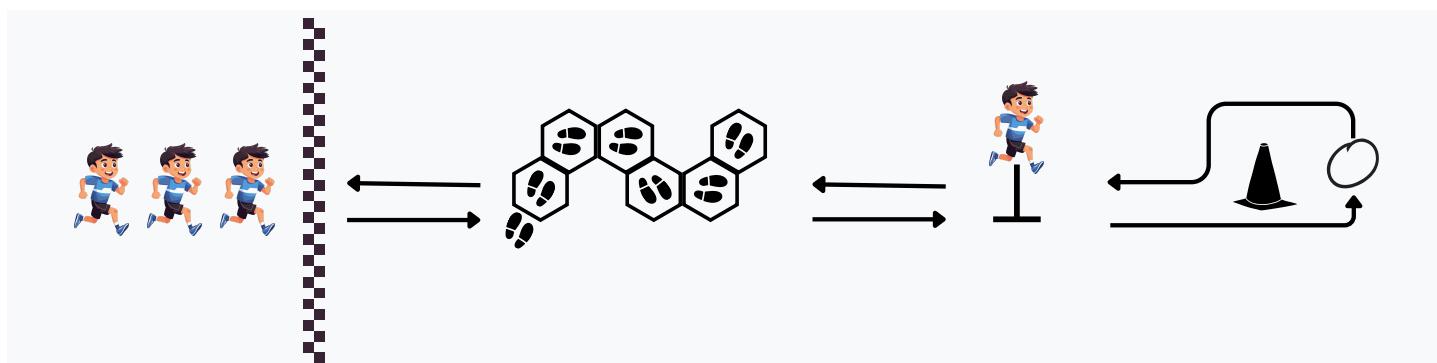
15 stycznia 2025 r., godzina 9:00,

Hala Widowiskowo-Sportowa w Świeciu, ul. Sienkiewicza 3

1. Tor koordynacyjny

Sprzęt: drabinka koordynacyjna, mały płotek, szarfa, pachotek

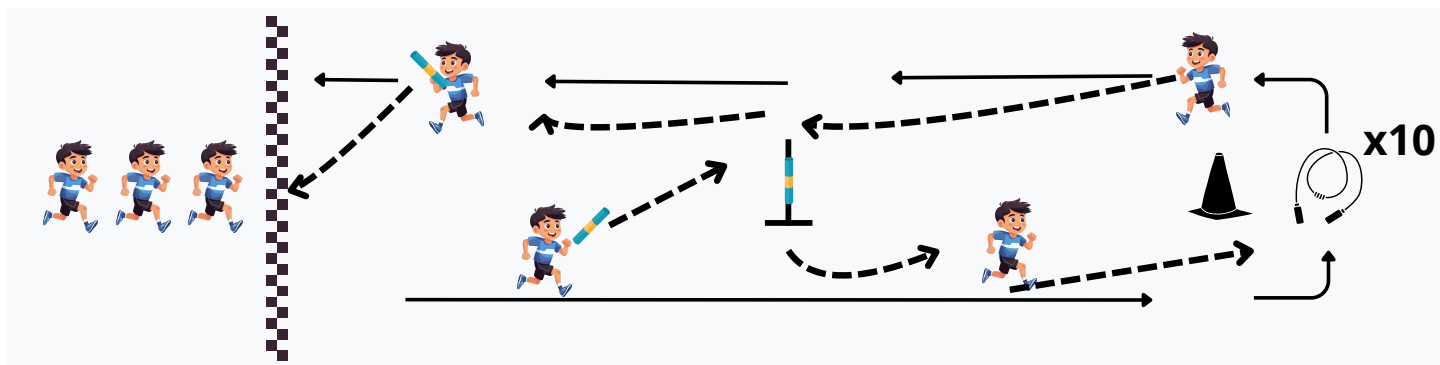
- rozpoczynamy bieg do drabinki koordynacyjnej, którą pokonujemy skacząc obunóż w każde pole, następnie udajemy się do płotka, przeskakujemy go i biegniemy do szarfy, przez którą przechodzimy w dowolny sposób, w drodze powrotnej ponownie, w ten sam sposób pokonujemy przeszkody (płotek, drabinka koordynacyjna)



2. Skakać każdy może

Sprzęt: skakanka, stojak metalowy, pachotek, pałeczka sztafetowa

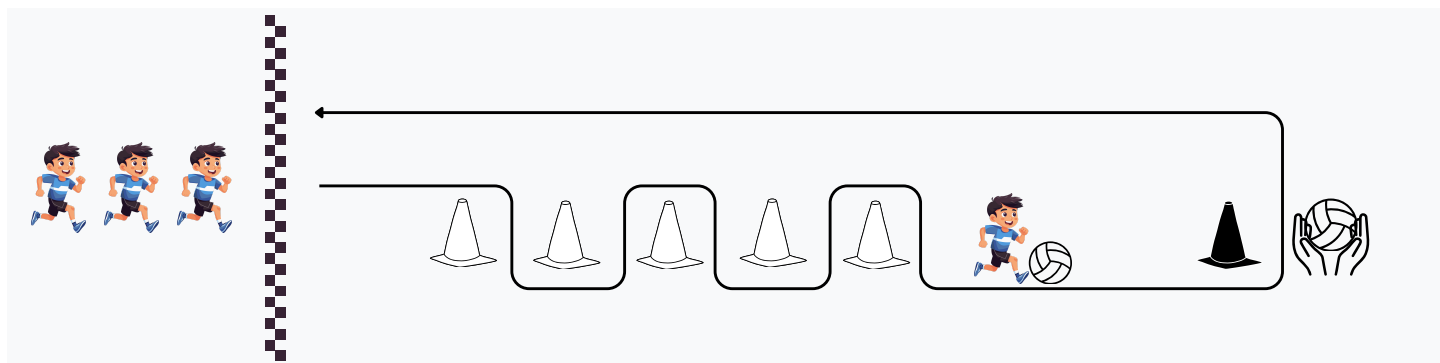
- od linii startu biegniemy z pałeczką sztafetową do metalowego stojaka, wkładamy na niego pałeczkę i biegniemy dalej w kierunku pachotka za którym znajduje się skakanka, wykonujemy **10 skoków** dowolnym sposobem (dozwolone są przerwy między powtórzeniami), odkładamy skakankę na miejsce, wracamy biegiem, w drodze powrotnej zabieramy pałeczkę ze stojaka. Wracamy biegiem na linię startu i przekazujemy pałeczkę kolejnemu uczestnikowi.



3. Toczenie piłki slalomem

Sprzęt: 6 pachotków, piłka siatkowa

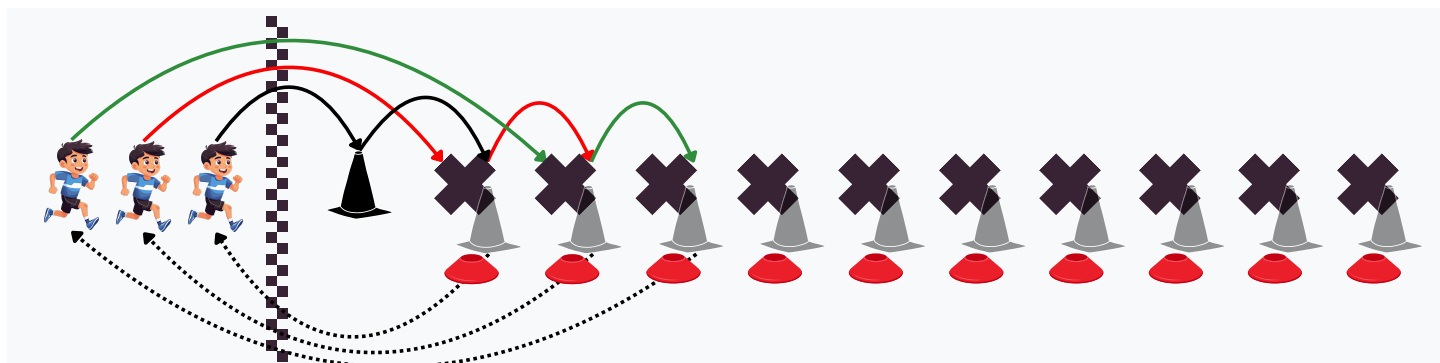
- bieg slalomem pomiędzy pachotkami z toczeniem piłki ręką, omińcie ostatniego pachotka, powrót do linii startu w linii prostej trzymając piłkę w rękach, przekazanie piłki następnej osobie



4. Zabawa z pachotkiem

Sprzęt: 1 pachotek, 10 znaczników.

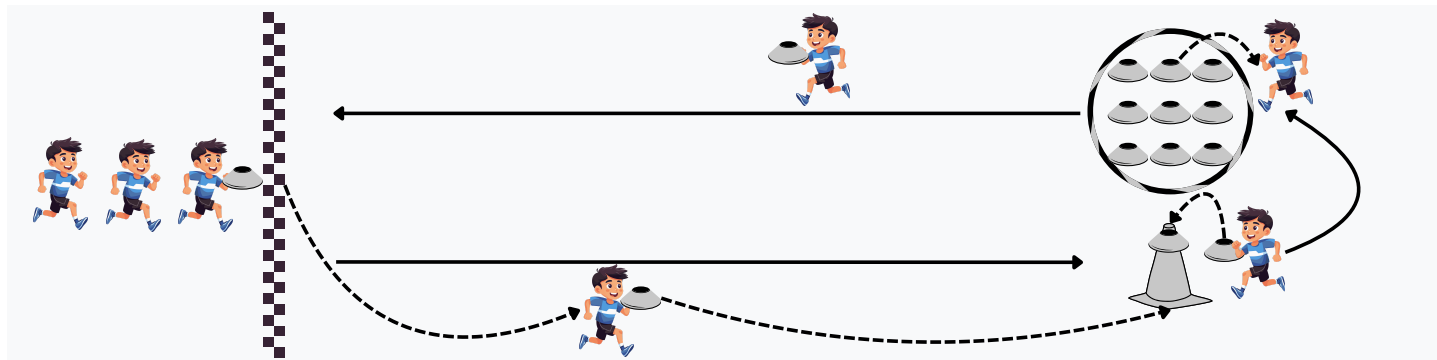
- Dziecko biegnie do pachotka i ustawia go na pierwszym znaczniku, następnie wraca na linii startu i przybija piątkę kolejnemu uczestnikowi, którego zadaniem jest podbiegnięcie do pachotka i przestawienie go na znacznik nr 2 i powrót do swojej drużyny itd. Wygrywa drużyna, która jako pierwsza przetransportuje pachotek w opisany powyżej sposób na znacznik nr 10 a dziecko nr 10 wróci na linii startu.



5. Budujemy piramidę

Sprzęt: 1 duży pachotek, 10 małych pachotków, hula-hop

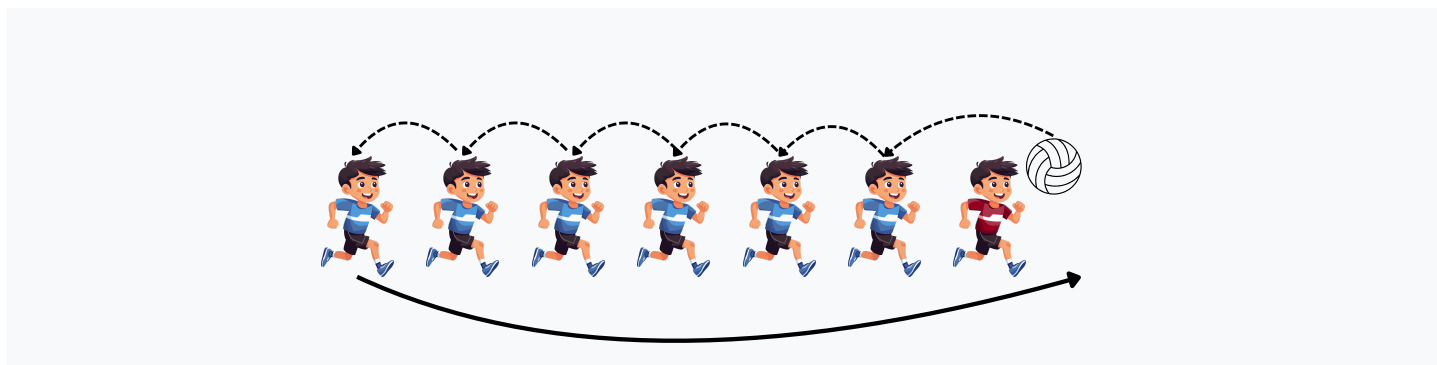
- pierwszy uczestnik na linii startu trzyma w ręku mały pachotek, biegnie włożyć go na duży pachotek. Następnie bierze jeden pachotek z hula-hop i biegnie z nim na linię startu przekazując go kolejnemu uczestnikowi.



6. Podaj piłkę

Sprzęt: piłka do siatkówki

- Uczestnicy siedzą w rzędzie w siadzie skrzyżnym. Pierwsza osoba trzyma piłkę. Podaje ją osobie za jego plecami nad głową. Gdy piłka dotrze do ostatniego zawodnika wstaje i biegnie z piłką na początek rzędu, siada i ponownie piłka podawana jest nad głowami. Zadanie zostaje zakończone gdy zawodnik który rozpoczął zadanie ponownie będzie pierwszy w rzędzie.



7. Konkurencja niespodzianka

- w wyścigu startują uczniowie i jedna osoba dorosła (nauczyciel lub rodzic)

Postanowienia końcowe:

- w poszczególnych konkurencjach startuje 10 osób z klasy,
- do każdej konkurencji można wystawić nowy skład,
- w przypadku mniejszej liczby uczestników w danej klasie, dopuszcza się dwukrotne pokonanie trasy przez 1 zawodnika,
- wszystkie zabawy odbywają się na dystansie 12 m,

- błąd naprawia ten sam zawodnik, który go popełnił,
- sprzęt do zabaw zabezpiecza organizator.