

DO STARTU, GOTOWI, WIELKANOC!

Scenariusz zawodów sportowych dla dzieci 5 i 6 letnich



Cel główny:

- promowanie sportu jako aktywnego wypoczynku.

Cele szczegółowe:

- rozwijanie sprawności fizycznej dzieci,
- tworzenie atmosfery współpracy i współdziałania w zespole,
- integrowanie dzieci z poszczególnych grup,
- zaangażowanie w wykonywanie zadań sportowych,
- odczuwanie radości z podejmowanego wysiłku fizycznego,
- przestrzeganie zasad „zdrowej rywalizacji sportowej”,
- poznawanie i stosowanie zasad właściwego dopingu sportowego,
- rozwijanie odporności emocjonalnej w sytuacjach porażki lub zwycięstwa,
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas zawodów sportowych.

Metody:

- zadaniowa
- konkurencje sportowe i sprawnościowe

Formy:

- indywidualna
- zespołowa

Środki dydaktyczne:

- odtwarzacz CD
- płyty z muzyką
- jajeczka
- hula-hopy
- koszyk
- puzzle

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

1. Powitanie wszystkich grup.
2. Rozgrzewka – ćwiczenia gimnastyczne w rytm muzyki.
3. Konkurencje sportowe:

I. SKOKI ZAJĄCZKÓW - pierwszy uczestnik biegnie do ułożonych na torze hula-hop i obunóż naprzemiennie wykonuje podskoki, podskok nogi razem, podskok nogi w rozkroku (3 podskoki nogi razem, 2 podskoki nogi w rozkroku). Następnie obiega półmetek i wraca biegiem, klepieniem daje sygnał do startu kolejnemu zawodnikowi.

II. ZBIERANIE JAJECZEK - pierwszy zawodnik chwytając koszyk z jajeczkami (3 sztuki) i biegnie do określonych 3 kółek (gniazda) gdzie zostawia po jednym jajku i obiega półmetek, wraca nie ruszając jajek, oddaje koszyk i klepieniem daje sygnał do startu kolejnemu zawodnikowi. Kolejny zawodnik zabiera jajeczka z kółek (gniazda), obiega półmetek i przekazuje koszyk kolejnemu zawodnikowi, klepieniem daje sygnał do startu kolejnemu zawodnikowi; konkurencję wykonujemy do końca naprzemiennie.

III. SLALOM KUREK - zawodnik na starcie otrzymuje jajko na drewnianej łyżce. Na sygnał startu biegnie między pachołkami, obiega półmetek biegnie na linię startu przekazując rekwizyty kolejnej osobie i klepieniem w ramię daje sygnał do startu kolejnemu zawodnikowi.

IV. ZESPOŁOWA UKŁADANKA - każdy zawodnik na starcie otrzymuje jeden puzzel (element układanki o tematyce wielkanocnej) , dobiega z nim do półmetka zostawia na stole, obiega półmetek i biegiem wraca do zespołu, klepieniem daje sygnał do startu kolejnemu zawodnikowi. Kolejny zawodnik wykonuje to samo zadanie. Ostatnim zawodnikiem w tej konkurencji jest opiekun, który dobiega do stolika składa obrazek i biegiem wraca do zespołu, staje na początku zespołu z podniesioną dłonią do góry, co oznacza poprawność wykonania zadania.

4. Zakończenie – podziękowanie za wspólną zabawę oraz rozdanie dyplomów pamiątkowych i nagród.

Opracowanie:

Sylwia Dudzic

MIĘDZYSZKOLNY OŚRODEK SPORTOWY W JASTRZĘBIU-ZDROJU