

Załącznik nr: 11

Olimpiada Sportowa dla dzieci 5, 6 - letnich

w ZPO nr 3 w Mławie

Odpowiedzialna: Marzena Markiewicz, Katarzyna Sęczkowska, Marta Włodarska, Katarzyna Czarnomska,
Daria Duszeńko.

Termin i miejsce olimpiady : olimpiada odbędzie się w lutym w sali gimnastycznej ZPO nr 3 w Mławie.

Cele olimpiady :

- rozwijanie sprawności ruchowej;
- kształtowanie postawy prozdrowotnej ;
- kształtowanie pozytywnych cech charakteru;
- wdrażanie do współdziałania i współzycia w grupie;
- wdrażanie do czynnego wypoczynku;
- propagowanie kultury fizycznej wśród dzieci;
- promowanie sportu jako aktywnego wypoczynku;
- integracja dzieci przedszkolnych;
- wdrażanie do bezpiecznego wykonywania zaplanowanych zadań sportowych.

Postanowienia zawodów:

- w olimpiadzie uczestniczą dzieci 5,6- letnie z ZPO nr 3 w Mławie;
- w konkurencjach biorą udział drużyny 6 – osobowe (reprezentacja grupy) 3 dziewczynki i 3 chłopców, dodatkowo 2 zawodników rezerwowych;
- wszystkich uczestników Olimpiady Sportowej obowiązuje strój sportowy.

Zadania do wykonania przed olimpiadą dla grup 5, 6-latków:

* przygotować oznakowania, które będą charakteryzować daną grupę- różne kolory koszulek;
pompony takiego samego koloru co koszulki;

0 a – żółty

0 b – zielony

0 c – niebieski

0 d – czerwony

0 e – szary

0 f – pomarańczowy

0 g - biały

0 h – fioletowy

0 i - granatowy

- przygotować rymowanki (slogany), za pomocą których grupy przedstawią się na uroczystości otwarcia olimpiady;
- przygotować herb drużyny;
- nauczyć się hymnu olimpijskiego – „Gimnastyka”.

Pozostałe prace przygotowawcze:

- medale dla wszystkich, breloczki i dyplomy dla grup;
- stanowiska na sali gimnastycznej (dla wszystkich konkurencji);
- kolorowa taśma do oznakowania stanowisk;
- sprzęt nagłaśniający;
- dekoracja olimpijska;
- płyta CD z piosenką „ Gimnastyka”;
- karty zadań dla grup.

Punktacja dla sześciolatków:

- I miejsce – 5 pkt.
- II miejsce – 4 pkt.
- III miejsce – 3 pkt.
- IV miejsce – 2 pkt.
- V miejsce – 1 pkt.

Punktacja dla pięciolatków:

- I miejsce – 4 pkt.
- II miejsce – 3 pkt.
- III miejsce – 2 pkt.
- IV miejsce – 1 pkt.

Przebieg uroczystości:

1. Przemarsz grup zerowych przy utworze F. Mercury'ego „We are the chempions”.
2. Powitanie wszystkich grup przez prowadzącego Katarzynę Sęczkowską.
3. Prezentacja grup za pomocą wymyślonego sloganu- rymowanki oraz herbu.
4. Otwarcie olimpiady przez Panią dyrektor Elżbietę Bieńkowską- przecięcie czerwonej wstęgi.
5. Odśpiewanie hymnu olimpiady - „Głowa, ramiona, kolana, pięty”.
6. Rozgrzewka z dopingiem czirliderek.
7. Uroczyste ślubowanie.

**„Obiecuję – wykonywać wszystkie zabawy uczciwie,
Nie płakać, jeżeli nie uda mi się wygrać.
Obiecuję, że będę starać się
Wykonywać wszystkie zabawy
Do końca i dokładnie”**

7a. Piosenka „Rozruszajmy ręce”.

8. Konkurencje sportowe.

Pozycja wyjściowa (siad skrzyżny w rzędzie) całej drużyny obowiązuje przed rozpoczęciem i po zakończeniu pokonywania toru przeszkód przez ostatniego zawodnika. Podczas konkurencji stoi pierwsza osoba, która będzie wykonywała zadanie. Następny zawodnik nie rusza, dopóki nie zostanie klepnięty dłonią przez poprzednika.

➤ Slalom ze sztafetą

Pomoce – pachołki, krążki.

Przebieg - dzieci biegają slalomem w obydwie strony między pachołkami i trzymają w ręku krążek. Następnie dobiegają do następnej osoby i przekazują krążek.

Ocena - zwycięża ta drużyna, która jako pierwsza ukończy zadanie. Należy zwracać uwagę, czy dzieci wykonują prawidłowo slalom.

➤ Przekładanie szarfy

Pomoce - szarfy, pachołki .

Przebieg - na sygnał pierwsi startują- biegają do szarfy, przeplatają szarfę przez całe ciało, następnie biegają do pachołka, który omijają i wracają biegiem. Następny startuje w chwili dotknięcia zawodnika poprzedzającego.

Ocena - zwycięża zespół, który dokładniej i pierwszy ukończy wyścig.

➤ **Turlanie piłki lekarskiej**

Pomoce – piłki lekarskie, pachołki.

Przebieg – dziecko toczy piłkę po ziemi do pachołka, przy pachołku łapie ją i trzymając w ręku wraca do swojej drużyny przekazując piłkę następnej osobie.

Ocena – wygrywa drużyna która pierwsza ukończy wyścig.

➤ **Rzut woreczkiem do hula-hop.**

Pomoce – woreczki, hula-hop.

Przebieg - w odległości 2 metrów ustawiony jest cel – hula-hop, do którego dzieci z wyznaczonego miejsca oddają 1 rzut woreczkiem.

Ocena - za każdy celny rzut dziecko zdobywa 1 pkt. dla swojej drużyny. Jeśli woreczek spadnie na obręcz hula-hop punkt jest zaliczony. Jeśli woreczek wpadnie i wypadnie punkt jest zaliczony.

➤ **Mini hokej**

Pomoce – bramki, krążki, kije hokejowe.

Przebieg - w odległości 3 metrów ustawiony jest cel – bramka, do którego dzieci z wyznaczonego miejsca oddają 1 rzut.

Ocena - za każdy celny rzut do bramki dziecko zdobywa 1 pkt. dla swojej drużyny.

➤ **Podawanie piłki góra**

Pomoce – piłki.

Przebieg – dzieci siedzą w rzędzie jedno za drugim. Na sygnał podają sobie piłkę nad głowę. Ostatnia osoba wraz z piłką przebiega do przodu i ponownie rozpoczyna podawanie. Zabawa trwa tak długo, aż wszystkie dzieci wykonają zadanie.

Ocena - wygrywa drużyna która pierwsza ukończy zadanie.

9. Śpiewanie piosenki „Rozruszajmy ręce”.

10. Występ przedszkolnych czirliderek, taniec woogie-boogie + przyrzeczenie rymowanka z ilustracją ruchową.

11. Ogłoszenie wyników.

12. Rozdanie medali.

13. Zakończenie olimpiady- podziękowanie za zabawę fairplay .

Postanowienia końcowe

Organizatorzy olimpiady zapewniają:

- opiekę medyczną podczas trwania zawodów;
- obsługę sędziowską, techniczną oraz nagłośnienie;
- pamiątkowe medale, dyplomy;
- program rozrywkowy podczas imprezy
- wodę dla uczestników olimpiady.

Opracowały i przeprowadziły:

Marzena Markiewicz

Katarzyna Sęczkowska

Marta Włodarska

Katarzyna Czarnomska

Daria Duszeńko.