

**Scenariusz mini olimpiady sportowej  
dla dzieci 5,6 – letnich z okazji „ Narodowego Dnia Sportu”  
w ramach akcji „Szkoła w ruchu”**

**Temat:** „Sport to podstawa i dobra zabawa”.

**Prowadzący:** Monika Szuta, Beata Szuszlak, Ewelina Popielnicka, Magdalena Klin

**Cel główny:**

- Rozwijanie sprawności fizycznej oraz współpracy i współdziałania w zespole,

**Cele szczegółowe:**

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

**Metody:**

- zadaniowa
- pedagogiki zabawy
- konkurencje sportowe i sprawnościowe

**Formy:**

- praca zbiorowa i zespołowa
- praca z całą grupą
- indywidualna

**Pomoce:** woreczki, piłki, kosz, tunel, skakanka, hula-hop, obręcze, szarfy, pachołki, gazety, płyta cd „Ciało i przestrzeń” M. Bogdanowicz

**Literatura:**

- „Sport i zabawa w przedszkolu” Renate Zimmer
- „Promocja zdrowia w edukacji dzieci przedszkolnych ” K. Żuchelkowska
- „Zabawy i gry ruchowe” R. Trześniowski;
- „Wychowanie fizyczne w przedszkolu” M. Właźnik;
- Internet.

**Przebieg uroczystości:**

- Powitanie wszystkich grup.
- 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.”

- Rozgrzewka. Zabawa „Moje ciało jest instrumentem” (wg. M. Bogdanowicz)

Wszelki ruch to dobra sprawa,  
dla nas wszystkich to zabawa.  
Ręce w górę, w przód i w bok,  
skłon do przodu, przysiad, skok.

Ref.: Głowa, ramiona, kolana, pięty,  
kolana, pięty, kolana, pięty.  
Głowa, ramiona, kolana, pięty,  
oczy, uszy, usta, nos.

#### •KONKURENCJE OLIMPIJSKIE:

- „NIC NIE WIDZĘ”**- wybieramy z grupy 5 dzieci. Każde dziecko ma na wykonanie zadania 1 minutę. Związujemy dziecku przepaskę na oczy. Rozrzucamy na kocu 10 woreczków gimnastycznych. Dziecko na czworakach szuka woreczków ( z zasłoniętymi oczami). Po minucie zmiana zawodnika.
- RZUTY DO KOSZA**- wybieramy z grupy 5 osób . Każda osoba wykonuje dwa rzuty do kosza. Zliczamy łączną ilość wszystkich celnych rzutów.
- TOR PRZESZKÓD**- wybieramy z grupy 5 osób. Przejście przez tunel, przejście po skakance bieg wokół pachołka, powrót na linię startu. Zliczamy łączny czas pokonania trasy przez 5 osób.
- PRACOWITE MRÓWKI** – wybieramy z grupy 5 osób. Dzieci na czworakach rączką popychają piłeczkę, toczą ją do bramki. Nie wolno wrzucać piłeczki do bramki !Toczmy ją od startu aż do bramki.
- SKOK W DAL**- wybieramy 5 dzieci z grupy, każda osoba staje ma starcie ( przed wyznaczoną linią) i z miejsca wykonuje skok w dal, mierzymy odległość. Zliczamy odległość jaką pokonają wszyscy zawodnicy (tzn. 5 osób).
- SADZENIE MARCHEWEK**- w rzędzie od linii startu w równych odległościach rozłożone małe obręcze a na końcu pachołek. Zawodnicy stoją w rzędzie. Na sygnał pierwszy trzymając trzy woreczki wkłada je kolejno do każdej obręczy po jednym, dobiega do pachołka i z powrotem zbiera woreczki, oddając je kolejnemu zawodnikowi.
- PRZEWRÓĆ – POSTAW**-zawodnik biegnie do pachołka przewraca go i wraca. Następna osoba biegnąca stawia go i wraca z powrotem.
- PRZEWLEKNIE SZARFY**- zawodnicy biegną do szarfy, przewlekają ją w dowolny sposób, okrążają pachołek i wracają na miejsce.
- KULAWY LISEK**- zawodnicy wkładają między kolana gazetę i biegną do pachołka. Z powrotem bieg i przekazanie gazety kolejnemu dziecku.
- Ogłoszenie wyników.
- Rozdanie medali.
- Zakończenie olimpiady- podziękowanie za zabawę fairplay .