

KONKURS GIER I ZABAW „OLIMPIJKA”

Uwagi:

1. Reprezentacje szkół składają się maksymalnie z 10 dziewcząt i 10 chłopców w każdej z klas I-III. W poszczególnych konkurencjach startują zespoły 8-osobowe.
2. Bezpośrednio przed zawodami odbywa się losowanie torów. O kolejności startu w konkurencjach oddzielnych dla poszczególnych zespołów decyduje numer zajmowanego toru.
3. Długość odcinka od startu do półmetka wynosi 12 m.
4. Każdy zespół startuje w 4 konkurencjach (w tym jedna konkurencja wspólna dziewcząt i chłopców).
5. Każde nieprawidłowe wykonanie ćwiczenia traktowane jest przez sędziów jako błąd, którego konsekwencją jest 1 punkt karny.
6. W konkurencjach, w których występuje slalom, pierwsza chorągiewka musi być ominięta przy lewym barku (z prawej strony).
7. Zawodnik rozpoczyna konkurencję zawsze po lewej stronie chorągiewki, powraca natomiast po jej prawej stronie upoważniając następnego do startu poprzez dotknięcie jego ręki za chorągiewką. Popęlenie falstartu oraz wykonanie zmiany z niewłaściwej strony chorągiewki jest błędem.
8. Błędy popełniane przez zawodników mogą (w zależności od ich znaczenia) wpłynąć na kolejność końcową zespołu w danej konkurencji. Przy znaczącej przewadze na mecie - jeden błąd techniczny nie wpływa na pozycję, jaką zespół zajął w danej konkurencji. Przy niewielkiej przewadze zespół zostaje sklasyfikowany jedną pozycję niżej. Przy 2-3 błędach – obligatoryjnie zespół zostaje sklasyfikowany o jedną pozycję niżej; przy 4-5 błędach dwie pozycje niżej; przy 6 i więcej błędach – zespół zajmuje ostatnie miejsce.
9. W trakcie wykonywania ćwiczeń nie można trzymać chorągiewek. Nauczyciel nie może dotykać startującego zawodnika.
10. W poszczególnych konkurencjach obowiązują następujące zasady punktacji: I miejsce – 6pkt, II miejsce – 4pkt, III miejsce – 2 pkt. Przy remisie następuje podział punktów.
11. Po zakończeniu wszystkich konkurencji podliczane są punkty zdobyte przez zespoły w poszczególnych konkurencjach oraz ustalana klasyfikacja końcowa. W przypadku uzyskania jednakowej ilości punktów przez dwa lub więcej zespołów, między zainteresowanymi przeprowadza się sztafetę, która wyłoni zwycięzcę. Sztafetę przeprowadza się w sposób następujący:

Przybory: chorągiewka na starcie, pachołek na półmetku, pałeczka sztafetowa.

Przebieg sztafety: staruje po jednym zawodniku z każdej grupy : dziewczynka z kl. I, II i III oraz chłopiec z klasy I, II i III. Na sygnał, bieg z pałeczką sztafetową rozpoczyna dziewczynka z klasy I, obiega chorągiewkę na półmetku, wraca i przekazuje pałeczkę chłopcu z kl. I itd. Sztafetę kończy chłopiec z kl. III.

Wykaz niezbędnego sprzętu dla jednego zespołu:
(przybory zapewnić szkoła, w której jest rozgrywany konkurs

- pacholki do wyznaczania półmetka i slalomu – wysokość 30-40cm – 5 szt.,
- chorągiewka na start – wysokość 120cm – 1 szt.,
- ringo standardowe – 1 szt.,
- płotki wys. 50cm szer. 60cm – 3 szt.,
- woreczki płócienne, wypełnione o bokach 10cm – 8 szt.,
- wiadra metalowe – 2 szt.,
- szarfy o średnicy 60cm, szer. taśmy 4-6cm (jednakowe dla wszystkich) – 1szt.,
- piłki lekarskie 2kg - 1 szt.,
- materace standardowe – 1 szt.,
- piłka koszykowa nr 5 – 1 szt.,
- hula-hop – 1 szt.,
- lina - dł. 20m., grubość ok. 3cm – 1 szt.,
- pałeczki sztafetowe – 1 szt.,
- pałeczki pingpongowe – 80 szt.,
- ławeczka gimnastyczna – 1 szt.,

ZESTAW GIER DLA KLASY I	
DZIEWCZĘTA	CHŁOPCY
1. Sadzenie ziemniaków	1. Slalom z czworakowaniem
Przybory:	
chorągiewka na starcie, pachołek na półmetku, wiadra na 4 i 8 metrze, 2 woreczki	chorągiewka na starcie, pachołki na 2, 4, 6, 8 i 10 metrze i na półmetku
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza biegnie z woreczkami w kierunku półmetka wrzucając woreczki do dwóch ustawionych na trasie wiader. Następnie obiega półmetek i w drodze powrotnej wyjmuje woreczki z wiader i przekazuje następnej zawodniczce za pachołkiem.	Zawodnicy ustawieni w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwszy czworakuje slalomem do półmetka, wraca biegiem po prostej upoważniając następnego zawodnika do startu. Pachołki poprawia komisja techniczna.
Uwagi:	
Błędy techniczne: woreczek poza wiadrem, pozostawione przez zawodniczkę przewrócone wiadro.	Błędy techniczne: wstanie z czworakowania przed przekroczeniem linii półmetka (ręce muszą przekroczyć linię półmetka).
2. Wyścig z przekładaniem szarfy	2. Zbieranie piłek
Przybory:	
chorągiewka na starcie, pachołek na półmetku, wiadro na 6 metrze, szarfa w wiadrze	Wiadro na 4 metrze, lina ułożona w kwadrat o wymiarach 4x4m między 8 a 12 metrem, 80 piłeczek pingpongowych
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza biegnie na czworakach do wiadra, wyjmuje szarfę i przeplata ją, po czym wrzuca ją do wiadra i biegnie do półmetka, obiega go i wraca upoważniając następną do startu.	Zawodnicy ustawieni w szeregu na linii startu. Na sygnał startują wszyscy do kwadratu o wymiarach 4x4m, w którym znajdują się piłeczki pingpongowe, zbierają je rękoma do wiaderka. Konkurencja kończy się w momencie, gdy wszystkie piłeczki znajdują się w wiadrze, a zawodnicy przekroczą linię startu.
Uwagi:	
Błędy techniczne: wstanie z czworakowania przed przekroczeniem linii wiadra; szarfa poza wiadrem lub wisi na wiadrze.	Konkurencja odbywa się na czas. Wygrywa zespół, który wykona zadanie w najkrótszym czasie. Drużyny wykonują konkurencję kolejno.
3. Slalom z przejściem pod płotkiem	3. Wyścig z pokonywaniem płotków
Przybory:	
chorągiewka na starcie, 4 pachołki na 2, 4, 6 i 8 metrze, na półmetku płotek o wysokości 50cm	chorągiewka na starcie, pachołek na półmetku, płotki o wysokości 50cm
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza zawodniczka biegnie slalomem. Na półmetku przechodzi pod płotkiem i wraca po linii prostej upoważniając następną do startu. Przewrócone płotki i pachołki poprawia komisja techniczna.	Zawodnicy ustawieni w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwszy pokonując płotki na 4 i 9 metrze biegnie do półmetka, obiega go i wraca po prostej upoważniając następnego do startu.
Uwagi:	
Błędy techniczne: rozpoczęcie slalomu z lewej strony pierwszego pachołka; nie ominięcie pachołka.	Przewrócone płotki poprawia komisja techniczna.
4. Bieg z pałeczką sztafetową – zabawa wspólna dziewcząt i chłopców	
Przybory:	
Pachołki na starcie, pałeczka sztafetowa	
Przebieg konkurencji:	
Zespoły dziewcząt i chłopców ustawione są naprzeciw siebie w odległości 12m. Pierwsza dziewczynka trzyma pałeczkę, na sygnał biegnie po prostej do rzędu chłopców i przekazuje pałeczkę za pachołkiem dla chłopca, Chłopiec wykonuje to samo ćwiczenie w kierunku rzędu dziewczynek. Zabawa kończy się, gdy rzędy zamienią się miejscami.	
Uwagi:	
Błędy techniczne: przekazanie pałeczki przed linią pachołka.	

ZESTAW GIER DLA KLASY II	
DZIEWCZĘTA	CHŁOPCY
1. Wyścig z czworakowaniem	1. Wyścig z przeskokami nad ławeczką
Przybory:	
Chorągiewka na starcie, ringo na półmetku, woreczek, hula-hop o średnicy 80cm	chorągiewka na starcie, pacholek na półmetku, ławeczka na 6 metrze, szarfa ułożona za pacholkiem na półmetku
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza czworakuje do półmetka, gdzie leży ringo, a w nim woreczek. Zawodniczka bierze woreczek, wykonuje celny rzut do hula-hop ułożonego (brzeg hula-hop) 1,5 metra za półmetkiem. Po celnym rzucie zbiera woreczek, kładzie go na do ringo, wraca biegiem upoważniając następną do startu.	Zawodnicy ustawieni w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwszy zawodnik biegnie do ławeczki, wykonuje 3 przeskoki zawrotne obunóż w dowolnym miejscu ławeczki i biegnie do półmetka. Za półmetkiem przekłada szarfę i biegiem wraca do rzędu upoważniając następnego.
Uwagi:	
Błędy techniczne: przekroczona linia półmetka w czasie rzutu; rzut niecelny (rzut jest uważany za celny, gdy woreczek większą częścią znajdzie się wewnątrz koła hula-hop).	Błędy techniczne: szarfa przełożona przed półmetkiem; błędnie wykonane skoki zawrotne.
2. Wyścig z przenoszeniem piłki lekarskiej	2. Rzuty do celu
Przybory:	
chorągiewka na starcie, pacholek na półmetku, odwrócone wiadro na 6 metrze od linii startu, piłka lekarska 2kg.	woreczki dla każdego zawodnika, materac
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza z piłką lekarską biegnie do wiadra, zostawia ją na wiadrze i dalej podąża skokami zajęczymi do linii półmetka, obiega pacholek, wraca biegiem, zbiera piłkę i przekazuje ją następnej zawodnicze.	Zawodnicy ustawieni w rzędzie na linii startu. Każdy ma woreczek. Przed nimi na parkiecie, dłuższym bokiem równoległe do linii startu leży materac. Odległość od linii startu do dalszego, dłuższego boku materaca wynosi 6m. Każdy zawodnik po kolei, dowolnym sposobem oddaje rzut woreczkiem, starając się, by znalazł się on na materacu. Za każdy woreczek, który znajdzie się na materacu Zespół otrzymuje 1 pkt.
Uwagi:	
Błędy techniczne: piłka nie leży na wiadrze, przewrócone wiadro, czworakowanie zamiast skoków zajęczych, wstanie ze skoków przed linią półmetka.	Każdy zespół rzuca oddzielnie. Punkty nie będą przyznawane za woreczki, które leżąc częściowo na materacu będą stykały się z powierzchnią parkietu.
3. Wyścig zwinnościowy	3. Sztafeta kombinowana
Przybory:	
chorągiewka na starcie, pacholek na półmetku, materac na linii startu, szarfa za pacholkiem na półmetku	chorągiewka na starcie, pacholek na półmetku, płotki o wysokości 50cm na 3, 6 i 9 metrze
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał startuje pierwsza zawodniczka, wykonuje przewrót w przód na materacu, biegnie do półmetka, za półmetkiem przekłada szarfę, wraca upoważniając następną do startu.	Zawodnicy ustawieni w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwszy zawodnik biegnie nad płotkiem następnie przechodzi pod płotkiem i ponownie biegnie nad płotkiem. Okrąży półmetek i wraca po prostej upoważniając następnego do startu. (Przewrócone płotki poprawia komisja techniczna).
Uwagi:	
Błędy techniczne: przełożenie szarfy przed półmetkiem; nie obiegnięcie półmetka.	Błędy techniczne: niewłaściwy sposób pokonania płotka.
4. Sztafeta z okrążaniem chorągiewek – zabawa wspólna dziewcząt i chłopców	
Przybory:	
chorągiewka na starcie i na 12 metrze, pacholki na 4 i na 8 metrze, pałeczki sztafetowe	
Przebieg konkurencji:	
Zespoły dziewcząt i chłopców ustawione są naprzeciw siebie w odległości 12m. Na sygnał pierwsza startuje dziewczynka, okrąży pacholki na 4 i 8 metrze, po czym przekazuje pałeczkę pierwszemu zawodnikowi z rzędu chłopców, który wykonuje to samo zadanie w stronę rzędu dziewcząt. Zabawa kończy się, gdy rzędy zamieniają się miejscami. Przewrócone pacholki poprawia zawodnik, który go przewrócił.	
Uwagi:	
Błędy techniczne: przeskoczenie nad pacholkiem zamiast okrążenia go;	

ZESTAW GIER DLA KLASY III	
DZIEWCZĘTA	CHŁOPCY
1. Wyścig z pokonywaniem płotków	1. Skoki dodawane
Przybory:	
chorągiewka na starcie, 2 płotki o wysokości 50cm, pacholek na półmetku	taśma miernicza
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza przeskakuje przez płotki ustawione na 4 i 9 metrze, następnie obiega półmetek i wraca upoważniając następną do startu. (Przewrócone płotki poprawia komisja techniczna).	Każdy zawodnik wykonuje jeden skok obunóż. Pierwszy zawodnik wykonuje skok z linii startu. Każdy następny zawodnik wykonuje skok z miejsca lądowania poprzedniego zawodnika. Suma długości skoków daje wynik końcowy.
Uwagi:	
Błędy techniczne: niewłaściwe pokonanie płotka, nie obiegnięcie półmetka	Nieprawidłowe wykonanie skoku (np. odbicie z jednej nogi, przekroczenie linii startu) powoduje unieważnienie skoku i utratę szansy na zwiększenie wyniku. Wynik skoku liczony jest od ostatniego śladu pozostawionego przez zawodnika po wylądowaniu. Równocześnie na przypisanych torach mogą odbywać się skoki wszystkich zespołów.
2. Wyścig z przeszkodami	2. Wyścig po obwodzie koła
Przybory:	
chorągiewka na starcie, materac na 6 metrze, płotki na 3 metrze i na półmetku	piłka lekarska, chorągiewki
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza przechodzi pod płotkiem na 3 metrze, biegnie do materaca ułożonego na 6 metrze, wykonuje przewrót w przód, dalej przeskakuje nad płotkiem ustawionym na półmetku i wraca biegiem upoważniając następną zawodniczkę do startu. (Materace i płotki poprawia komisja techniczna).	Zawodnicy ustawieni w rozkroku, w rzędach na obwodzie koła o średnicy 3 metrów. W środku koła piłka lekarska. Tuż za każdym rzędem z prawej strony chorągiewka. Na sygnał ostatni z rzędu biegnie w lewo po obwodzie koła, za ustawionymi chorągiewkami, po dobiegnięciu do swojego zespołu, przechodzi pod nogami partnerów, starając się jak najszybciej dotknąć piłki. Po wykonaniu zadania zawodnik ustawia się z przodu swojego rzędu. Za zwycięstwo każdemu zawodnikowi przyznawany jest punkt. Wygrywa zespół, którego zawodnicy zdobyli więcej punktów.
Uwagi:	
Błędy techniczne: nieprawidłowe pokonanie płotków; nieprawidłowe wykonanie przewrotu.	Przeszkadzanie biegnącym po obwodzie koła zawodnikom innej drużyny oraz przewrócenie chorągiewki skutkuje punktem karnym i powtórzeniem biegu bez zawodnika drużyny ukaranej.
3. Wyścig zwinnościowy	3. Wyścig zwinnościowy
Przybory:	
chorągiewka na starcie, szarfa w wiaderku na 6 metrze, woreczek w ringo na półmetku, wiaderko na 13,5 metrze	ławeczka gimnastyczna, chorągiewka na starcie, ringo, woreczek, wiadro, pacholek na półmetku
Przebieg konkurencji:	
Zawodniczki ustawione w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwsza zawodniczka porusza się w podporze tyłem przodem w kierunku ruchu (pajęczek) do szarfy ułożonej w wiaderku, przekłada szarfę, odkłada ją do wiaderka i biegnie do półmetka gdzie wykonuje celny rzut woreczkiem do wiaderka (sprzed linii pacholka). Po celnym rzucie odkłada woreczek do ringo i wraca biegiem upoważniając następną do startu.	Zawodnicy ustawieni w rzędzie na linii startu. Na sygnał pierwszy zawodnik biegnie do ławeczki ustawionej na 3 metrze od linii startu, wykonuje 3 przeskoki zawrotne w dowolnym miejscu ławeczki, następnie przechodzi przez szarfę ułożoną na 9 metrze, dobiega do półmetka, bierze woreczek z ringo i wykonuje celny rzut do wiaderka ustawionego 1,5 metra za półmetkiem. Po celnym rzucie wyjmuje woreczek i kładzie go do ringo, wraca po prostej upoważniając następnego zawodnika do startu.
Uwagi:	
Błędy techniczne: szarfa poza wiaderkiem lub wisi na wiaderku; przekroczenie linii półmetka przy rzucie, niecelny rzut do wiaderka (rzut można wykonywać do skutku), woreczek poza ringo.	Błędy techniczne: nieprawidłowe wykonanie skoków zawrotnych; nie przejście przez szarfę; niecelny rzut woreczkiem (można wykonywać do skutku); przekroczenie linii półmetka przy rzucie.

4. Toczenie piłki w tunelu – zabawa wspólna dziewcząt i chłopców

Przybory:

Chorągiewka na starcie i na 12 metrze, piłka koszykowa nr 5, 5 pacholków na 2, 4, 6, 8 i 10 metrze

Przebieg konkurencji:

Zespoły dziewcząt i chłopców ustawione są w rzędach naprzeciw siebie w odległości 12m. Pierwsza startuje dziewczynka, trzyma piłkę, którą na sygnał toczy między nogami (w tunelu) pozostałych zawodniczek. Ostatnia z rzędu chwytą piłkę i biegnie slalomem do 12 metra, ustawia się za linią startu-mety przed rzędem chłopców i toczy piłkę w tunelu. Ostatni z chłopców chwytą piłkę i biegnie slalomem w kierunku dziewcząt. Zabawa kończy się kiedy zespoły zamieniają się miejscami. Ostatni zawodnik ustawia się na właściwym miejscu i podnosząc piłkę do góry sygnalizuje zakończenie konkurencji. Wszyscy zawodnicy rozpoczynają bieg po lewej stronie chorągiewki. (Przewrócone chorągiewki poprawia komisja techniczna).

Uwagi:

Błędy techniczne: przekroczenie linii startu przez zespół.

