Konspekt imprezy sportowo-rekreacyjnej podczas

„Festynu Rodzinnego” przy Szkole Podstawowej Dębinie

dn. 11 czerwca 2017r.

1. Rozgrzewka ogólna

2. Zajęcia dla dzieci klas 1-6- Gry i Zabawy ruchowe -drużynowe

3. Zajęcia dla dzieci klas 4-6- Mecz Piłki Nożnej

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Treść | Czas trwania | Uwagi |
| 1. | Rozgrzewka ogólnorozwojowa | 10’ | Wszyscy uczestnicy imprezy sportowej |
| 2. | Gry i Zabawy ogólnorozwojowe-drużynowe :  2A. **„Konkurs na najskoczniejszą rodzinę”**  Ustawienie: na linii startu, wykonujemy skoki obunóż z miejsca do końca określonej długości na zmianę Dziecko-Rodzic/Opiekun.  Wygrywa drużyna która najmniejsza liczbą skoków pokona określoną odległości, w przypadku remisu dodatkowo liczona jest odległość skoku ostatniego poza linię mety.  Liczony jest skok od „ostatniego śladu” np. podczas lądowania i podparcie się ręką za sobą- liczymy kontakt ręki z podłożem a nie miejsca lądowania stóp.  2B. **„Konkurs na najsilniejszą rodzinę”**  Przeciąganie liny Dziecko-Rodzic/Opiekun  2C.  **„Konkurs na najszybszą rodzinę”**  Bieg na 30 lub 60m. Wynik= Suma wyniku biegu [s.] dziecko-Rodzic/Opiekun.  2D. „**Konkurs na najdalej rzucającą rodzinę”**  Wynik = Wynik najdalszego rzutu piłeczką do tenisa ziemnego [m] Dziecko+ Rodzic/Opiekun | Łącznie 40 minut | Nauczyciele pomagają sędziować  Rozgrywane fazą pucharową – przegrany odpada  2C.-2D- dwie próby liczona najlepsza |
| 3.mecz Piłki Nożnej | 3A. Dzieci wraz Rodzicami w jednych drużynach  3B. Dzieci kontra Rodzice  Zasada gramy 5+1. Rodzic/opiekun + dziecko na boisku (Pary schodzą razem wchodzi inna para- rodzic/opiekun dziecko). | Łącznie 50minut | Rozgrywki na boisku szkolnym. |
| 4. | Wręczenie nagród | 10’ | Odbywa się na scenie |

REGULAMIN:

- W każdej konkurencji 3A-3B-3C-3D biorą udział dziecko z Rodzicem- w przypadku nieobecności rodzica organizator dopuszcza występ z dzieckiem z opiekunem (rodzina) dopuszczalny wiek opiekuna 30lat i więcej.

-Organizowana kategoria z podziałem na wiek:

Podział na wiek:

* Uczniowie klas 1-3 z Rodzicem/Opiekunem
* Uczniowie klas 4-6 z Rodzicem/Opiekunem

-Mecz Piłki Nożnej dla dzieci klas 4-6 z Rodzicem/Opiekunem.

-Podczas imprezy organizator dopuszcza możliwość udziału w różnych kategoriach, tak by Rodzic/Opiekun mógł wystąpić w dwojgiem lub trojgiem dzieci podczas imprezy sportowej.

- Zapisy u organizatora imprezy do godz. 15:00 dn. 11.06.2017r.

- Każdy chętny uczestnik dostarcza przed zawodami protokół zgłoszenia:

Zapis: Imię i Nazwisko- dziecko z Rodzicem/Opiekunem, Kategoria, udział w konkretnej konkurencji sportowej, podpis ze zgodą o przetwarzaniu danych osobowych oraz o braku przeciwwskazań do uprawiania sportu.

Organizator imprezy:

……………………………………………………….