

# REGULAMIN TURNIEJU GIER I ZABAW RUCHOWYCH

## ‘WYŚCIGI RZĘDÓW’ KLAS TRZECICH

### SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 1

### IM. MIKOŁAJA KOPERNIKA W IŁAWIE

#### 1. Cel:

- promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia
- propagowanie sportu wśród dzieci
- integracja zespołów klasowych
- umiejętność współpracy w grupie rówieśniczej

#### 2. Organizatorzy

- Wychowawcy klas trzecich: Aleksandra Konicz i Paula Lubecka

#### 3. Miejsce i termin turnieju

- Hala sportowa w Szkole Podstawowej nr 1 im. Mikołaja Kopernika w Iławie
- 17.03.2022 r. o godz. 16:15

#### 4. Nagrody

- **I miejsce** – pamiątkowy puchar oraz voucher na pizzę dla całej klasy
- pozostałe zespoły otrzymują pamiątkowe dyplomy i upominki

#### 5. Uczestnictwo

- Chętne uczennice klas trzecich, przynajmniej 5 z każdej klasy

6. Konkurencje:

- a) bieg z toczeniem obręczy „hula – hop” w obie strony, przekazanie przyboru w strefie zmian
- b) ułożenie piłki między kolanami, skoki obunóż do pachołka, przełożenie piłki do rąk, powrót do rzędu w biegu
- c) bieg po torze, przejście pod płotkiem lekkoatletycznym, dobiegnięcie do pachołka, wykonanie 5 przeskoków przez skakankę dowolnym sposobem, powrót w ten sam sposób- pod płotkiem lekkoatletycznym
- d) na starcie zawodniczka otrzymuje obręcz ‘hula-hop’, piłkę koszykową, piłkę ręczną, piłkę siatkową oraz woreczek gimnastyczny. Z przyborami obiegnięcie pachołka i prawidłowe przekazanie przyborów kolejnej osobie w strefie zmian
- e) w podporze tyłem „wyścigi raków” z piłką koszykową na brzuchu, po minięciu pachołka powrót kozłując
- f) prowadzenie piłki nożnej do pachołka, po minięciu pachołka powrót z piłką w dłoniach
- g) każda z uczestniczek wykonuje rzut woreczkiem do okręgu ( hula- hop) z odległości 5 metrów. Rzut jest zaliczony, gdy woreczek znajduje się w środku bądź dotyka krawędzi okręgu od wewnątrz. Suma rzutów wszystkich reprezentantek drużyny da jej ogólną liczbę punktów