



## **SCENARIUSZ DNIA SPORTU DZIEŃ DZIECKA**

### **TEMAT:**

**USTANAWIANIE REKORDÓW SZKOŁY W KLASACH 4-8 W SZEŚCIU  
DYSCYPLINACH SPORTOWYCH**

Termin – 1.06.2022 godzina 9.00

Miejsce – sala gimnastyczna, boisko szkolne

Czas trwania – 4 h

Uczestnicy – uczniowie SP 54 KLASY 4-8 wyłonieni w eliminacjach na zajęciach wf.

Prowadzący – nauczyciele wychowania fizycznego SP 54

### **CELE:**

**Propagowanie aktywności fizycznej wśród dzieci;**

**Wzmożenie współzawodnictwa i rywalizacji wśród dzieci i młodzieży.**

## PROGRAM DNIA SPORTU

1. 8.30 Przygotowanie się uczestników do rywalizacji w zawodach – rozgrzewka.  
Obowiązuje strój sportowy, krótkie spodenki, spodnie lajkry, biała koszulka.
2. 9.00. Oficjalne rozpoczęcie zawodów przez Panią dyrektor Iwonę Bogus –  
Przemówienie.  
Uczniowie nie startujący w zawodach są pod opieką wychowawcy, dopingują kolegów i koleżanki z klasy, przygotowują transparenty, plakaty. Przebywają w wyznaczonej strefie.
3. 9.10. Start konkurencji na 60 metrów dla klas 4-6, pchnięcia kulą klasy 7-8 oraz rzut piłeczką palantową klasy 4-6 i bieg na 60 metrów klasy 7-8.
4. 10.15. Przygotowania do biegu na 400 m klasy 4-8.
5. 11.15. Skok w dal klasy 4-6, skok wzwyż klasy 7-8
6. 13.00. Podsumowanie i zakończenie zmagania uczniów.

## KONKURENCJE SPORTOWE

**BIEG na 60 metrów** – każdy startuje pojedynczo i ma dwa biegi. Startujemy z pozycji startowej niskiej według zasad z bloków startowych. Czas mierzony jest na fotokomórkach.

**Bieg na 400 metrów** – startujemy z pozycji startowej wysokiej. Każdy wykonuje jeden bieg w swoim roczniku. Biegi podzielone na chłopców i dziewczynki. Zaczynamy od klas 4 do 8.

**Skok w dal** – Wszyscy uczestnicy wykonują 2 próby skoku w dal. Przy dwóch skokach spalonych zawodnik może oddać trzeci skok. Każdy sam według uznania wyznacza sobie długość rozbiegu. Zapisujemy dłuższy skok.

**Skok wzwyż** – Zawodnicy mają dwie próby skoków. Przy dwóch skokach spalonych zawodnik może oddać trzeci skok. Notujemy najwyższy oddany skok.

**Rzut piłeczką palantową** – Zawodnicy wykonują po dwie próby rzutów z rozbiegu. Nie można nadepnąć na linię rzutu. Piłka po oddaniu rzutu nie może opuścić oznaczonego terenu taśmą. Spowoduje to rzut spalony. Przy dwóch rzutach spalonych zawodnik może oddać trzeci rzut.

**Pchnięcie kulą** – Zawodnicy wykonują po dwie próby pchnięcia dowolną techniką. Nie można wyjść poza okrąg w czasie pchnięcia. Kula po wykonaniu pchnięcia nie może opuścić oznaczonego terenu taśmą. Spowoduje pchnięcie niezaliczone. Przy dwóch pchnięciach spalonych zawodnik może wykonać trzecie podejście.

**Przydział obowiązków:**

- Nagłośnienie, spiker – Tomasz Korszon;
- Relacja video i zdjęcia – Artur Holewiński, Jerzy Trybiński;
- Organizacja i przeprowadzenie konkurencji sportowych:
  - a.) 60 m Artur Holewiński, zaproszony gość Przemysław Frańczak;
  - b.) Piłeczka palantowa - Krzysztof Kubacki, Paweł Poleszak, Łukasz Gładysz;
  - c.) Pchnięcie kulą – Adam Kulbacki, Patryk Herbuś;
  - d) 400 m – Artur Holewiński, Patryk Herbuś, Adam Kulbacki;
  - e) skok w dal – Adam Kulbacki, Krzysztof Kubacki;
  - f) skok wzwyż – Artur Holewiński, Patryk Herbuś.
- Opiekunowie uczniów – wychowawcy klas;
- Klasy 4B, 6B, 7B będą pod opieką nauczycieli wyznaczonych przez dyrekcję.

**Organizatorzy:  
Artur Holewiński,  
Patryk Herbuś.**