PRZEDSZKOLIADA 24 maja 2014

Dzieci zostają podzielone na grupy wiekowe, konkurencje toczą się jednocześnie we wszystkich grupach.

**„Starszaki”**

1. Wyścigi rzędów: (ważne – dzieci w rzędach siedzą)
* podawanie piłki górą (*dzieci siedzą, pierwsze dziecko w rzędzie podaje piłkę górą do tyłu, ostatnie dziecko wstaje, biegnie z piłką na początek, siada i podaje piłkę, itd.)*
* skoki z piłką *(w jedną stronę dziecko skacze z piłką między kolanami, do słupka, wraca niosąc piłkę, przekazuje następnej osobie itd.)*
* bieg z piłką do tenisa na łyżce *(dziecko trzyma w ręce łyżkę z piłeczką i biegnie do słupka i z powrotem, przekazuje następnej osobie itd.)*
1. Zabawy zespołowe „murarz i cegły”

*„Murarz” wyłapuje przebiegające dzieci i ustawia z nich mur zawężając przejście. Wygrywa dziecko, które zostanie ostatnie i teraz ono jest „murarzem”.*
2. Wyścigi rzędów: (ważne – dzieci w rzędach siedzą)
* bieg z szarfą *(dziecko biegnie do słupka, przekłada szarfę, zostawia ją i biegnie z powrotem itd.)*
* bieg – tor przeszkód
	+ dookoła słupka pod płotkiem dookoła słupka ( powrót biegiem)
	+ bieg „na czworakach” do słupka, bieg „rakiem” do słupka, powrót biegiem itd.)
* podawanie piłki dołem *(dzieci stoją,* *pierwsze dziecko w rzędzie podaje dołem, między nogami do tyłu, ostatnie dziecko biegnie z piłką na początek i podaje piłkę, itd.)*
1. Zabawy zespołowe „gąski do domu”.

*Jedna osoba zostaje mamą gąską, druga wilkiem, pozostałe to gąski. Gąski i mama gąska stają
naprzeciwko siebie , pośrodku – wilk.*

*Mama woła: Gąski, gąski, do domu!
Gąski odpowiadają: Boimy się!
Mama: Czego?
Gąski: Wilka złego.
Mama: Gąski, gąski, do domu!*

*Gąski biegną do mamy, a wilk je łapie. Złapane stają sie wilkami. Ostatnia upolowana gąska w następnej turze zostaje wilkiem.*

1. Przeciąganie liny
2. Zabawa:

**

*Ostatnie dziecko z rzędu biegnie w prawo, dobiega do swojego rzędu, przechodzi między nogami pozostałych do przodu i chwyta piłkę.*

*Wygrywa grupa z której dziecko pierwsze chwyciło piłkę.*

*Powtarzamy, aż wszystkie dzieci przebiegną.*

**„Średniaki”**

1. Wyścigi rzędów: (ważne – dzieci w rzędach siedzą)
* podawanie piłki górą (*dzieci siedzą, pierwsze dziecko w rzędzie podaje piłkę górą do tyłu, ostatnie dziecko wstaje, biegnie z piłką na początek, siada i podaje piłkę, itd.)*
* skoki z piłką *(w jedną stronę dziecko skacze z piłką między kolanami, do słupka, wraca niosąc piłkę, przekazuje następnej osobie itd.)*
1. Zabawy zespołowe „murarz i cegły”

*„Murarz” wyłapuje przebiegające dzieci i ustawia z nich mur zawężając przejście. Wygrywa dziecko, które zostanie ostatnie i teraz ono jest „murarzem”.*
2. Wyścigi rzędów: (ważne – dzieci w rzędach siedzą)
* bieg z woreczkiem na głowie *(dziecko z woreczkiem na głowie biegnie do słupka i z powrotem, przekazuje następnej osobie itd.)*
* bieg z szarfą *(dziecko biegnie do słupka, przekłada szarfę, zostawia ją i biegnie z powrotem itd.)*
* bieg – tor przeszkód
	+ dookoła słupka pod płotkiem dookoła słupka ( powrót biegiem)
	+ bieg „na czworakach” do słupka, bieg „rakiem” do słupka, powrót biegiem itd.)
* podawanie piłki dołem *(dzieci stoją,* *pierwsze dziecko w rzędzie podaje dołem, między nogami do tyłu, ostatnie dziecko biegnie z piłką na początek i podaje piłkę, itd.)*
1. Kopanie piłki do bramki (unihokej)
2. Zabawy zespołowe „chodzi lisek”

*Uczestnicy stoją w kręgu twarzami do środka koła. Ręce trzymają z tyłu. Nie wolno się oglądać! Jedna osoba (lisek) trzyma w ręku chusteczkę i bardzo cicho chodzi za plecami grupy. Wszyscy śpiewają:*

*Chodzi lisek koło drogi
Cichuteńko stawia nogi,
Cichuteńko się zakrada,
Nic nikomu nie powiada.*

*Lis w dowolnym momencie wkłada komuś chusteczkę w ręce (lub ją rzuca za kimś na podłogę) i ucieka za plecami pozostałych, a ten, któremu podrzucono chusteczkę, musi ją podnieść i goni lisa. Lis stara się szybko dotrzeć do zwolnionego miejsca i tam stanąć. Jeśli mu się to uda, osoba z chusteczką zostaje lisem. Jeśli zaś goniący złapał lisa, wraca do kręgu, a lis dalej chodzi z chusteczką.*

1. Przeciąganie liny
2. Zabawa:

**

*Ostatnie dziecko z rzędu biegnie w prawo, dobiega do swojego rzędu, przechodzi między nogami pozostałych do przodu i chwyta piłkę.*

*Wygrywa grupa z której dziecko pierwsze chwyciło piłkę.*

*Powtarzamy, aż wszystkie dzieci przebiegną.*

**„Maluchy”**

1. Wyścigi rzędów: (ważne – dzieci w rzędach siedzą)
* podawanie piłki górą (*dzieci siedzą, pierwsze dziecko w rzędzie podaje piłkę górą do tyłu, ostatnie dziecko wstaje, biegnie z piłką na początek, siada i podaje piłkę, itd.)*
* bieg z piłką *(w jedną stronę dziecko biegnie z piłką, zostawia ją przy słupku, wraca, następna osoba biegnie i przynosi piłkę, itd.)*
* bieg z woreczkiem na głowie *(dziecko z woreczkiem na głowie biegnie do słupka i z powrotem, przekazuje następnej osobie itd.)*
1. Zabawy zespołowe „ojciec Wirginiusz”

*Wszyscy stoją w szeregu, a jedna osoba – lub prowadzący zabawę – naprzeciwko. Śpiew:*

*Ojciec Wirginiusz
Uczył dzieci swoje,
A miał ich wszystkich
Sto dwadzieścia troje.
Hejże dzieci, hejże ha,
Hejże ha, hejże ha!
Róbcie wszystko, co i ja,
Co i ja!*

*Teraz prowadzący wykonuje wymyślone przez siebie ruchy lub przyjmuje jakąś postawę, którą wszyscy mają powtórzyć. Wybiera najlepiej wykonującego zadanie do przeprowadzenia następnej rundy zabawy, a sam wraca do szeregu.*

1. Wyścigi rzędów: (ważne – dzieci w rzędach siedzą)
* Wyścigi rzędów: (ważne – dzieci w rzędach siedzą)
bieg do hula-hop *(dziecko biegnie do słupka, przechodzi przez hula-hop, zostawia je i biegnie z powrotem itd.)*
* bieg – tor przeszkód
	+ dookoła słupka pod płotkiem dookoła słupka ( powrót biegiem)
	+ bieg „na czworakach” do słupka, podskoki obunóż do słupka, powrót biegiem itd.)
* podawanie piłki dołem *(dzieci stoją,* *pierwsze dziecko w rzędzie podaje dołem, między nogami do tyłu, ostatnie dziecko biegnie z piłką na początek i podaje piłkę, itd.)*
1. Rzuty piłki do kosza (na śmieci)
2. Zabawy zespołowe „gąski do domu”
*Jedna osoba zostaje mamą gąską, druga wilkiem, pozostałe to gąski. Gąski i mama gąska stają
naprzeciwko siebie , pośrodku – wilk.*

*Mama woła: Gąski, gąski, do domu!
Gąski odpowiadają: Boimy się!
Mama: Czego?
Gąski: Wilka złego.
Mama: Gąski, gąski, do domu!*

*Gąski biegną do mamy, a wilk je łapie. Złapane stają sie wilkami. Ostatnia upolowana gąska w następnej turze zostaje wilkiem.*