**SCENARIUSZ DNIA AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ**

Poszczególne konkurencje prowadzone są przez sekcję sportową w skład, której wchodzą starsi wychowankowie. Zadaniem ich jest czuwanie nad poprawnością wykonywanych czynności przez grupę oraz punktację.

**Wiek dzieci**: szkoła podstawowa, gimnazjum.

**Cel ogólny:**

* wdrażanie do aktywnego stylu życia.

**Cele szczegółowe:**

* zna i przestrzega zasad fair-play,
* potrafi współpracować w grupie,
* zna dużo nowych zabaw i gier sportowych,
* z zaangażowaniem uczestniczy w konkurencjach.

**Forma:**

* grupowa.

**Metody:**

* ćwiczenia praktyczne,
* problemowe - gry i zasady dydaktyczne,
* aktywizujące.

**Przebieg imprezy:**

1. **Przywitanie** wszystkich drużyn oraz prezentacja przygotowanego hasła drużyny (związanego ze zdrowiem i sportem) oraz znaku-logo drużyny,
2. **„Rzut gazetą” –** konkurencja polega na wyścigu rzędów oraz rzucie z wyznaczonego miejsca do celu, zwiniętą w kulkę gazetą.
3. **Tworzenie układu choreograficznego** do wiersza z wykorzystaniem podkładu muzycznego.
4. **Zabawa „Bieg kelnera"-** polega na wyścigu rzędów z talerzykiem, na którym znajduje się piłeczka do ping-ponga.
5. **„Obrona twierdzy”-** gra sportowaprzeznaczona dla dwóch drużyn o równej liczbie zawodników. Jeden zespół znajduje się na obwodzie koła mniejszego, o średnicy 5 - 6 metrów, drugi na obwodzie koła dużego o średnicy 10-12 metrów. Wewnątrz małego koła znajdują się kręgle, które mają zostać zbite przez drużyną, znajdującą się na obwodzie dużego koła. Drugi zespół broni kręgle przed zbiciem. Po wyznaczonym czasie (3 minuty) lub strąceniu wszystkich kręgli następuje zamiana miejsc w kołach.
6. **„Piłka w tunelu” –** podawanie piłki w dwóch rzędach: nad głowami zawodników, prawą stroną, lewą stroną, w tunelu . Za każdym razem osoba znajdująca się na końcu rzędu biegnie z piłką na początek i podaje ją do czasu, gdy wszyscy zawodnicy wezmą udział w danej konkurencji.
7. „**Wyścig z balonami” –** wyścig rzędów.
8. **„Omnibus sportowy”** – konkurs wiedzy o sporcie.
9. **„Rzut do celu” -** konkurencja polega na rzucaniu do tarczy krążkami.
10. **„Owocowe cudaki” –** młodzież wycina owoce i warzywa z przygotowanych materiałów i układają kreatywnego zdrowego stwora.
11. **„Łowienie rybek” –** wyścig rzędów, uczestnik wachlując gazetą przesuwa rybkę w kierunku pachołka**.**
12. **Podsumowanie wyników i wręczenie nagród.**

Opracowała: Marzanna Orzeł