

Gál Ferenc Főiskola Szarvasi Gyakorló Általános Iskola és Gyakorlóóvoda, Bölcsőde

ISKOLAI ALSÓ TAGOZATOS SPORTKÖR

A foglalkozásokat vezeti: Bajomi Éva szakvezető tanító-egészségtan szakos tanár

Alsó tagozatban a sportkört elsőtől a negyedik osztályig szervezünk. A sportkörök megszervezésére hétfőn, délutánként kerül sor, heti egy órában. Érdeklődés alapján a tanulók választják ki a mozgásos tevékenységet. A sportkörre jelentkező tanulók egész tanévben rendszeresen részt vesznek a foglalkozásokon.

A sportköri foglalkozások az egészségfejlesztést szolgálják, tömegsport jelleggel szerveződnek, a tanulók mozgásvágyának, játékgigényének kielégítését szolgálják. Célja, hogy minél több tanuló, kedvvel mozogjon, hogy már gyermekkorban igényükké váljon a rendszeres testmozgás. Többen a sportkörre járók közül egyéb edzésekre is járnak rendszeresen.

A csoport mozgásfejlettségük, mozgáskoordinációjuk tekintetében jelentős eltérést mutat az életkori sajátosságok okán. A játékválasztásnál, a tevékenységek megszervezésénél nagyon figyelniük kell arra, hogy minden gyermek számára vonzó mozgáslehetőséget tudjunk biztosítani. A „kicsik” hamar alkalmazkodnak, tudásuk szerint a maximumot nyújtva, a „nagyok” szívesen segítik a kisebbeket.

A mozgásanyagot a tanulók érdeklődéséhez, kívánságaihoz igazítjuk. A talaj és szertorna is megjelenik, de az idő nagyobb részében a labdajátékok előkészítése történik különböző méretű és minőségű labdákkal, változatos játékokkal. Biztosítjuk, hogy a szabadidő hasznos eltöltése mellett a tanulók jól érezzék magukat. A játék közben fejlődik a szabálytudatuk, az együttjátszás közben az együttműködés, a társához való alkalmazkodás gyakorlására nyílt lehetőségük. A mozgáskoordináció fejlődését szolgálják a labdával végzett játékok, de a kondicionális képességek fejlesztésére is lehetőség nyílt a kitartóan végzett mozgásformákkal.

ISKOLAI FELSŐ TAGOZATOS SPORTKÖR

A foglalkozásokat vezeti: Gulyásné Dékán Klára testnevelés, német, földrajz szakos tanár

A tanévben sportköri foglalkozáson vehetnek részt felső osztályos tanulóink, valamennyien lányok. A foglalkozásokra heti egy alkalommal, szerdánként kerül sor. Alapvető célja a mozgás- és játékgigény kielégítése mellett a koordinációs és kondicionális képességek fejlesztése az életkori sajátosságok figyelembe vételével.

A jelenlegi társadalmunkra jellemző mozgásszegény életmód – mely számtalan egészségügyi probléma gyökere - miatt rendkívül fontos, hogy már gyermekkorban kialakuljon a rendszeres testmozgásra való igény. El kell érni, hogy a napi mozgás, a rendszeres sport tanulóink életének

Gál Ferenc Főiskola Szarvasi Gyakorló Általános Iskola és Gyakorlóóvoda, Bölcsőde

szerves részévé váljon, hiszen a gyermekkori tapasztalatok alapul szolgálnak a felnőttkori sportolásra, a szabadidő hasznos eltöltésére és az egészséges életmódra való igénynek.

A felső osztályos tanulók esetében az életkori sajátosságok tükrében a testedzés megalapozásának, tovább erősítésének van kiemelkedő szerepe. A légző és keringési rendszer erőteljes fejlesztése különösen fontos, az állóképesség és az általános izomerősítés lép előtérbe. Ennek megfelelően igyekszünk az egyes foglalkozásokat úgy felépíteni, hogy ezen területek fejlesztése hatékonyan valósulhasson meg, hangsúlyt fektetve az élményközpontúságra, a sikerélmény megszerzésének lehetőségére. Fontosnak tartjuk, hogy a tanulók a mozgásigényeiknek megfelelő mennyiségű és minőségű gyakorlatokat jó hangulatban, kedvvel és aktívan teljesítsék, megalapozva ezzel a mozgás szeretetét és igényét. Az általános és sokoldalú képességfejlesztés során kiemelt szerepet kaptak a labdajátékok, elsősorban a röplabdázás, mely a tanulók egyik legkedveltebb tevékenysége lett. A tornatermi foglalkozások mellett az őszi és tavaszi időszakban kerékpártúrákon, a téli időszakban pedig jégkorcsolyázáson is részt vehettek tanulóink a foglalkozás keretében.

A tanulóink örömmel vettek részt a sportfoglalkozásokon.