

Szentesi Klauzál Gábor Általános Iskola



NTP-SR-0133 sz. pályázat

„Válaszd sporttal az egészséget!”

2017. május 08-12

A pályázat keretén belül iskolánk tanulói ezen a héten különböző programokon vehettek részt.

Célunk volt minél szélesebb körben tájékoztatást nyújtani a városban működő sportegyesületek munkájáról, a sportágválasztási lehetőségekről. A sportágak kipróbálása mellett lehetőség nyílt az egészséges táplálkozási ismeretek elsajátítására, a testösszetétel értékeinek helyes értelmezésére. A rajz és prezentáció készítő versenyen a tanulók a hét élményeit, mondanivalóját örökíthették meg. A program zárásaként első alkalommal vehettünk részt veradáson a Szentesi Vöröskereszt közreműködésével.

Sportág népszerűsítő programok:

A hét folyamán iskolánk tanulói összesen 10 sportággal ismerkedhettek meg. Kipróbálhatták a sportágak eszközeit, újszerű gyakorlatokkal, feladatokkal ismerkedhettek meg. A bemutatókon az egyesületek sportolói között iskolánk volt tanulói is bemutatkoztak, meghívást kaptak. A programok után a gyerekek és az érdeklődő szülők személyes kapcsolatba kerülhettek az egyesület vezetőivel, tájékoztatást kaphattak az edzéslehetőségekről. Bemutatott sportágak: birkózás, úszás- vízilabda, ökölvívás, labdarúgás, asztalitenisz, atlétika, kajak, rögbi, TRX, Spartan Race

Egészségügyi vizsgálatok: vérnyomás, testösszetétel, vércukor mérés. Iskolaorvosunk, dr. Végh Erika irányításával megvalósult mérésen a résztvevők tájékoztatást kaptak az egészségi állapotukról, a testsúly, vérnyomás /pulzus/ mozgás összefüggéseiről, ezen értékek nyugalmi és mozgás utáni változásairól.

Előadások:

Egészség életmód- táplálkozás- sport kapcsolata alsó és felső tagozatosok részére

Az előadásokat szakemberek tartották, akik az egészségvédelem fontosságát tudatosították, az egészséges életmód iránti igény kialakítására hívták fel a figyelmet.

Hasznos információkat hallhattak a tanulók a helyes étkezési szokásokról, a zöldségek, gyümölcsök, vitaminok szerepéről.

A délután folyamán nagyon ízletes, és vitaminokban gazdag ételek kerültek bemutatásra és elfogyasztásra a felső tagozatosok részvételével.

Élsportolói előadás, beszámoló – „Hogyan lettem sikeres a sportban?” címmel

Sztanó György - Gyurika előadása, aki élménybeszámolót tartott a riói paralimpiáról. Beszélt arról az útról is, amíg idáig eljutott, sportága specialitásairól, a versenyek lefolyásáról, további terveiről. A gyerekek ámulva hallgatták a mindenki számára példaértékű sportembert,

aki rengeteget dolgozik eredményeiért, megküzd minden körülménnyel, s a célja mindig az, hogy legyőzze önmagát

Legkedvesebb sportágam- "Sportág ajánló prezentáció" készítő verseny felső tagozatosok részére; Táplálkozás- sport- egészség - rajzverseny alsó tagozatosok részére
Iskolánk tanulói nagy érdeklődéssel vettek részt a versenyeken. Sok tehetséges gyerek rajzmunkáját állítottuk ki iskolánk aulájában, mutattuk be a jól sikerült prezentációkat, melyek a hét programjainak élményeit örökítették meg. Mindkét kategóriában a helyezettek jutalomban részesültek.

Családi Sportágválasztó Nap – Ezen a napon iskolánk tanulói különböző sportaktivitásokon, sportágismertetőkön vehettek részt, bevonva az érdeklődő szülőket is. Ezen a napon került bemutatásra és kipróbálásra a tanulók körében eddig nem ismert Spartan Race bemutató, és verseny. A sportági képviselők nagyszerű felkészültsége, aktivitása a tanulók magasszámú részvételét biztosította. Ezen a napon került bemutatásra, kipróbálásra a birkózás, asztalitenisz, atlétika, asztalitenisz, kajak, rögbi, úszás sportágak. Erre az alkalmora minden tanuló uzsonnacsomagot kapott.

Véradás

A program zárásaként első alkalommal vehettünk részt véradáson a Szentesi Vöröskereszt közreműködésével. Iskolánk több éve tervezi az önkéntes véradást. Fontosnak tartjuk, hogy a gyerekek időben megfelelő tájékoztatást kapjanak az életmentő tevékenység fontosságáról. Bízunk benne, hogy -e kezdeményezés hagyománnyá válik iskolánkban, és a szülők, családtagok aktív részvétele lesz tapasztalható.

Eszköztámogatás: Az NTP-SR-0133sz pályázat keretén belül sportszereinket a következőkkel bővíthettük: Úszósapkák, úszódeszkák, ping pong hálók, ütők, labdák, szögescipők

