

Obszar nr 5 pozalekcyjne zajęcia sportowe:

Zadanie dla nauczycieli WF: Przeprowadzenie trzech udokumentowanych (dokumentacja foto/wideo) akcji związanych z aktywnością ruchową, nieodbywających się w czasie trwania zajęć szkolnych.

1. Futbolowe ferie – akcja mająca na celu aktywizowanie uczniów w sferze sportowej podczas wakacji zimowych zrealizowana w formie dwóch turniejów piłki nożnej.

Dnia 3.02.2013 w poniedziałek w pierwszym tygodniu ferii odbył się turniej klas 3 i 4 naszej szkoły. Udział w nim wzięły 4 drużyny:

- Lodowe Dropsy z klasy 3B
- 3C
- Królewscy 4A
- Błękitne Orły

Zespoły grały ze sobą mecze w systemie „każdy z każdym”, więc odbyło się 6 meczy, które wyłoniły ostatecznie końcowe wyniki turnieju. Pierwsze miejsce zajął zespół Królewskich 4A, drugie miejsce wywalczyli Lodowe Dropsy 3B, trzecie miejsce przypadło chłopcom z SuperKlasy 3C, a na czwartym miejscu uplasowała się ekipa Błękitnych Orłów.

Dnia 10.02.2013 w drugim tygodniu ferii odbył się turniej klas 5 i 6, udział w nim wzięły 4 drużyny:

- FC Mleko
- Białe Orły
- Patyczaki
- Blue King

Zespoły grały również systemem „każdy z każdym”, więc odbyło się 6 meczy po których wyłonione zostały końcowe wyniki turnieju. Pierwsze miejsce zajął zespół Białe Orły, drugie miejsce wywalczyła drużyna FC Mleko, trzecie miejsce przypadło Patyczakom, a na czwartym miejscu uplasowała się ekipa Blue King.

2. Drugą inicjatywą nauczycieli wychowania fizycznego była akcja „Weekendowe bieganie z dwójką” która polegała na aktywności fizycznej w formie biegu przełajowego. W sobotę 1.03.2014 o godzinie 9.00 dzieci wraz z nauczycielem wychowania fizycznego zebrały się pod Szkołą podstawową nr 2 i udały się truchtem

nad pobliskie jezioro Jelonek, gdzie po rozgrzewce wykonywano ćwiczenia koordynacyjne na schodach, które dzieci będą mogły z łatwością wykonywać później we własnym zakresie. Po tych ćwiczeniach nastąpił pierwszy etap marszobiegu na dystansie 1500 metrów, po którym prowadzący wraz z dziećmi wykonywali szereg ćwiczeń rozciągających. Po rozciągnięciu nastąpił drugi etap małej zabawy biegowej podczas którego ćwiczący pokonali 1800 metrów w formie marszobiegu 3x600 metrów, a na koniec w marszu udali się pod szkołę i rozeszli do domów. Akcja miała na celu zaktywizowanie dzieci do rekreacyjnego biegania, miała również na celu przekonanie uczniów, że bieganie nie musi być męczące, a wręcz przeciwnie daje przyjemność i możliwość spędzenia wolnego czasu w sposób aktywny na świeżym powietrzu bez dodatkowego sprzętu i nakładów finansowych. Podczas marszów prowadzący zajęcia nauczyciel przekazywał wiedzę na temat pomiaru tętna i odpowiedniego dobierania proporcji pomiędzy bieganiem i marszem zależnie od stopnia sprawności i zaawansowania.