

SZKOLNY PROGRAM WSPIERANIA I MOTYWOWANIA MŁODEGO SPORTOWCA

W

SZKOLE PODSTAWOWEJ

IM. KARDYNAŁA STEFANA WYSZYŃSKIEGO

W MANASTERZU

Opracowała mgr Aleksandra Dąbrowny – Czekańska

Spis treści

[WSTĘP 3](#_Toc398102519)

[I. CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU 4](#_Toc398102520)

[II. CELE PROGRAMU 5](#_Toc398102521)

[III. TREŚCI I EFEKTY DZIAŁAŃ OBJĘTYCH PROGRAMEM 6](#_Toc398102522)

[IV. SPOSOBY REALIZACJI PROGRAMU 9](#_Toc398102523)

[V. UCZESTNICY PROGRAMU 11](#_Toc398102524)

[VI. WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI W ZAKRESIE WSPIERANIA ZAINTERESOWAŃ SPOTROWYCH UCZNIÓW 14](#_Toc398102525)

[VII. PROMOCJA UCZNIA 15](#_Toc398102526)

[VIII. EWALUACJA PROGRAMU 16](#_Toc398102527)

**WSTĘP**

Szkoła Podstawowa im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Manasterzu jest placówką która przede wszystkim kładzie nacisk na rozwój intelektualny jak i sportowy swoich wychowanków. W wyniku czego daje młodemu człowiekowi niezbędny zasób narzędzi do rozwijania swoich pasji i zainteresowań. Zadaniem nowoczesnej szkoły jest pobudzanie rozwoju ucznia wyposażenie go w zasób wiedzy i umiejętności tak aby

w przyszłości samodzielnie mógł realizować swoje pasje. Uczniowie naszej szkoły aktywnie uczestniczą w życiu sportowym placówki. Wychodząc na przeciw tym oczekiwaniom pragniemy zapewnić im w tym kierunku wszechstronny rozwój. Według M. Demela kultura fizyczna to wyraz określonej postawy wobec własnego ciała, świadoma i aktywna troska

o swój rozwój, sprawność i zdrowie, to umiejętność organizowania i spędzania czasu

z największym pożytkiem dla zdrowia fizycznego i psychicznego. Biorąc pod uwagę szczególne zainteresowania uczniów sportem szkoła zapewnia szereg inicjatyw sportowych pozwalających młodemu człowiekowi odnaleźć cos dla siebie.

Pragniemy aby praca z uczniem ukierunkowana była pod kątem jego predyspozycji

i zainteresowań, w tym celu zakładamy stosowanie aktywnych metod pracy z uczniem podczas zajęć sportowych. Mamy nadzieję ze przy pomocy działań wynikających ze Szkolnego programu wspierającego i motywowania młodego sportowca wychowamy przyszłego mistrza a pozostałym młodych ludzi ukarzemy właściwe wzorce dbania o aktywną kulturę czasu wolnego.

**I CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU**

Szkolny program wspieranie i motywowania młodego sportowca kierowany jest do uczniów szkoły podstawowej im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Manasterzu. Programem mogą być objęte wszystkie dzieci wykazujące zainteresowaniem sportem oraz ogólnie pojętą kulturą fizyczną. Ma on na celu wyławianie dzieci utalentowanych ruchowo, ukierunkowanie ich pod kątem predyspozycji do danej dyscypliny sportowej, oraz zachęcanie mniej zdolnej młodzieży da aktywnego spędzania czasu wolnego. Szkoła kładzie duży nacisk na zajęcia ruchowe i krzewienie wśród młodych ludzi właściwych postaw sportowych. Program obejmuje ośmioletni cykl nauczania w szkole, uwzględniając tym samym zarówno dzieci z klas młodszych I-III oraz dzieciaki z klas IV-VIII. Zakłada on możliwość ewaluacji po każdym roku szkolnym oraz kompleksowej po ośmiu latach nauki. Jest związany z programem dydaktycznym i wychowawczym szkoły. Uwzględnia specyfikę środowiska oraz wpisuje się w tradycję szkoły oraz środowiska lokalnego opierając sie na tradycjach sportowych Manasterza. Program zakłada rozpoznanie, rozbudzanie i rozwijanie zainteresowań oraz uzdolnień uczniów na każdym etapie kształcenia i w ramach następujących zająć sportowych:

* piłka nożna
* unihokej
* badminton
* gimnastyka sportowa
* piłka siatkowa
* piłka ręczna
* piłka koszykowa
* pływanie

Założeniem programu jest zaangażowanie zarówno nauczycieli, rodziców jaki i całego lokalnego środowiska. Włączenie tych wszystkich podmiotów w realizację zadań wynikających z programu.

**II CELE PROGRAMU**

Głównym celem programu jest ogólny rozwój sprawności fizycznej, poprawa stanu zdrowia, kondycji i koordynacji ruchowej dzieci. Założeniem tego programu jest nie tylko wszechstronny rozwój osobowości, ale i poszerzenie możliwości ruchowych służących doskonaleniu swoich predyspozycji ruchowych . W trakcie aktywności ruchowej ujawniają się potencjalne możliwości młodzieży związane ze zdolnościami motorycznymi i wydolnością fizyczną, dlatego obok rozwoju sprawności ogólnej na zajęciach będzie rozwijana właśnie sprawność ukierunkowana. Uczniowie poprzez pełnienie różnych ról związanych z aktywnością ruchową będą mogli się sprawdzić przy jednoczesnym swoim rozwoju i odkrywaniu uzdolnień i zainteresowań. Podczas zajęć uczniowie nauczą się zdrowej rywalizacji, zasad fair play, umiejętności współpracy i tolerancji przejawiającej się w poszanowaniu innych.

Cele szczegółowe:

* Wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego dzieci
* Wszechstronny rozwój sprawności ruchowej z uwzględnieniem kształtowania cech motorycznych: szybkości, zwinności, siły i wytrzymałości
* Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych
* Wdrażanie do zdrowego współzawodnictwa
* Kształtowanie prawidłowej postawy ciała
* Podnoszenie sprawności fizycznej
* Upowszechnianie wzorców aktywnego spędzania czasu
* Rozwijanie sportowych zainteresowań
* Kształtowanie pozytywnych cech charakteru i osobowości
* Wspomaganie realizacji szkolnych zajęć wychowania fizycznego
* Nauka i doskonalenie elementów taktyki i techniki
* Kontrola sprawności ogólnej i specjalnej
* Przygotowanie organizmu do wysiłku przez ćwiczenia ogólnorozwojowe
* Przygotowanie do samodzielnego organizowania i spędzania aktywni czasu wolnego
* Przygotowanie do udziału w zawodach sportowych
* Upowszechnianie uprawiania sportu
* Podejmowanie innych zadań wynikających z potrzeb szkoły i środowiska

**III TREŚCI I EFEKTY DZIAŁAŃ OBJĘTYCH PROGRAMEM**

Program wspierania i motywowania młodego sportowca częściowo realizowany będzie na zajęciach lekcyjnych, pozostałe godziny będą miały charakter zajęć dodatkowych ukierunkowanych na daną dyscyplinę. Zajęcia odbywać się będą dwa razy w tygodniu z możliwością prowadzenia zajęć na basenie. Program będzie dostosowywany w miarę możliwości do potrzeb i zainteresowań danej grupy dzieci. Treści zajęć będą zgodne z podstawą programową oraz tradycjami szkoły.

Przykładowa tematyka zajęć.

|  |
| --- |
| Piłka koszykowa   * Podstawowe przepisy gry. * Zatrzymanie w biegu na jedno tempo. |
| * Zmiany kierunku biegu z piłką i bez piłki. |
| * Kozłowanie ze zmianą ręki i kierunku. |
| * Nauczanie umiejętności krycia każdy swego. |
| * Podanie piłki jednorącz w miejscu i w ruchu. |
| * Rzut piłki do kosza. * Sprawdzian umiejętności koszykarskich. |
| Piłka ręczna |
| * Podstawowe przepisy |
| * Podania piłki jednorącz górne i półgórne. |
| * Chwyty piłki oburącz w miejscu i w ruchu. |
| * Prowadzenie piłki w dwójkach w miejscu i w ruchu. |
| * Kozłowanie piłki ze zmianą kierunku i ręki kozłującej. |
| * Rzut do bramki z biegu. |
| * Doskonalenie poznanych elementów w grze. PR – gra szkolna. * Gra właściwa. |
| * Sprawdzian umiejętności piłkarza ręcznego.   Piłka siatkowa |
| * Doskonalenie postawy siatkarskiej, sposoby poruszania się po boisku. |
| * Odbicie oburącz górą w parach. |
| * Ćwiczenia ukierunkowane do odbicia piłki sposobem dolnym. |
| * Doskonalenie odbić sposobem górnym i dolnym z zachowaniem ciągłości. |
| * Zagrywka sposobem dolnym-doskonalenie. |
| * Odbicie oburącz górą ze zmianą kierunku. |
| * Doskonalimy odbicia piłki w grze na trzy. |
| * Sprawdzian umiejętności siatkarskich.   Badminton |
| * Przepisy gry. |
| * Zagrywka, odbiór jak ustawiamy się na boisku? |
| * Serw i odbicie lotki parach. |
| * Odbicie lotki bekhendem i forhendem. |
| * Gra podwójna debel. |
| * Poruszanie się na boisku, gra w obronie i ataku. |
| * Gra właściwa – singiel. |
| * Gra właściwa – debel.   Unihokej |
| * Unihokej – prowadzenie piłeczki blendą. |
| * Technika wykonania podania w unihokeju. |
| * Technika przyjęcia krążka. |
| * Unihokej – prowadzenie krążka w parach. |
| * Strzały do bramki z różnych pozycji. |
| * Przestrzegamy przepisów w grze. |
| * Doskonalenie poznanych elementów w hokejowym torze przeszkód. |

Piłka nożna

* Technika gry-prowadzenie piłki.
* Technika i rodzaje prowadzenia piłki.
* Prowadzenie piłki wewnętrznym podbiciem.
* Prowadzenie piłki prostym podbiciem.
* Prowadzenie piłki zewnętrznym podbiciem.
* Uderzenie piłki wewnętrzną częścią stopy.
* Ćwiczenia wewnętrznej części stopy w dwójkach.
* Ćwiczenia wewnętrznej części stopy z wykorzystaniem ściany.
* Podania piłki w dwójkach i trojkach w marszu i biegu.
* Podania piłki wewnętrzną częścią stopy w kole.
* Uderzenia piłki po koźle.
* Podania dwiema piłkami w trojkach.
* Podania piłki z powietrza.

Gimnastyka sportowa

* Ćwiczenia kształtujące gibkość, zwinność
* Ćwiczenia kształtujące koordynację ruchu.
* Przewrót w przód z miejsca, z marszu, z biegu, z odbicia obunóż
* Przewrót w tył z dowolnej pozycji do skłonu podpartego w rozkroku
* Stanie na głowie z dowolnej pozycji wyjściowej
* Stanie na rękach z asekuracją z uniku podpartego
* Doskonalenie stania na rękach z asekuracją z uniku podpartego
* Skok rozkroczny przez kozła
* Łączenie ćwiczeń w układy gimnastyczne.

Pływanie

* Wstępne oswojenie z wodą: brodzenie bez zanurzania głowy do wody, oswajanie twarzy z wodą, zabawowe formy zanurzania się w wodzie oraz otwierania oczu pod wodą, skoki podstawowe.
* Zabawowe formy zapoznania się z wyporem wody i wydechu do wody. Ćwiczenia ułożenia ciała na plecach i brzuchu z „makaronem”.
* Nauka pracy nóg do kraula i grzbietu z różnymi przyborami i w różnych pozycjach w formie zabawowej i ścisłej.
* Nauka leżenie na brzuchu i plecach w różnych pozycjach.
* Skoki podstawowe do wody płytkiej.
* Nauka poślizgu na piersiach i grzbiecie z odbicia od ściany z przyborem i bez przyboru. 7. Nauka nurkowania w dal i w głąb oraz wyławianie przedmiotów z dna basenu.
* Skoki podstawowe do wody głębokiej z przyborem ( „makaron”).

**IV SPOSOBY REALIZACJI PROGRAMU**

. ROZPOZNANIE ZDOLNOŚCI UCZNIÓW

* opracowanie szkolnych procedur kwalifikacji dzieci uzdolnionych ruchowo
* organizowanie zawodów wewnątrzszkolnych,
* organizowanie różnorodnych form aktywności umożliwiających rozpoznawanie zdolności uczniów,
* prowadzeni zajęć wychowania fizycznego w sposób dynamiczny ze zmienną specyfiką pozwalający ocenić motoryką dziecka,
* stwarzanie okazji do aktywności ruchowych podczas prowadzenie dodatkowych zajęć sportowych.

FORMY ZBIERANIA INFORMACJI NA TEMAT UZDOLNIEŃ I ZAINTERESOWAŃ

UCZNIÓW

* obserwacja ucznia, w jakich rolach czuje się najlepiej, gromadzenie opinii oraz spostrzeżeń nauczycieli uczących dziecko,
* analiza osiągnięć i dokumentacji szkolnej każdego ucznia pod kątem zainteresowań, uzdolnień i osiągnięć,
* analiza wyników zawodów wewnątrzszkolnych,
* analiza wyników testów sprawnościowych,
* nominacje nauczycieli,
* nominacje rówieśników,
* nominacje rodziców,
* rozmowa z rodzicami na temat zainteresowań sportowych dziecka,
* rozmowy z uczniem
* zapoznanie się z udokumentowanymi osiągnięciami ucznia w dziedzinach pozaszkolnych,
* konsultacja ze specjalistami z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej,
* dokumentowanie zdarzeń związanych z osiągnięciami i rozwojem ucznia.

FORMY STYMULOWANIA ROZWOJU UCZNIÓW

PODCZAS LEKCJI

* indywidualizacja pracy podczas lekcji,
* stosowanie aktywizujących metod nauczania,
* poszerzanie treści programowych i pozaprogramowych,
* wdrażanie do roli lidera zespołu i asystenta nauczyciela,
* dodatkowe zadania, ćwiczenia,
* projekty uczniowskie,
* stawianie wyzwań,.

PODCZAS ZAJĘĆ POZALEKCYJNYCH

* dodatkowe zajęcia sportowe SKS
* obozy sportowe,
* opieka nad uczniami przygotowującymi się do zawodów,
* wyjazdy na zawody miedzy szkolne,
* wyjazdy na turnieje
* wycieczki na mecze ligowe, turnieje, zawdy - podziwianie mistrzów,
* kształcenie wielopoziomowe w codziennej praktyce szkolnej,
* wykorzystywanie w pracy indywidualnej pomocy dydaktycznych i publikacji naukowych stosownych do poziomu zainteresowań ucznia,
* kontaktowanie się z osobami lub instytucjami wspierającymi rozwój ucznia,
* realizacja projektów edukacyjno - sportowych,
* specjalistyczne zajęcia pozaszkolne np. kluby sportowe

ZASADY WDRAŻANIA PROGRAMU

Zasada otwartości i dostępności - stwarzanie każdemu uczniowi możliwości rozwoju zdolności i talentów poprzez udział w różnych formach zajęć szkolnych i pozaszkolnych. Udzielanie wsparcia psychologiczno-pedagogicznego w procesie uczenia i rozwijania uzdolnień.

Zasada współdziałania i ciągłości - podmioty wspomagające realizację programu współpracują ze szkołą we wspieraniu uzdolnień i talentów ucznia na wszystkich etapach edukacji. Nauczyciele współpracują ze sobą na zasadach partnerstwa i dialogu.

Zasada systematyczności w procesie doskonalenia nauczycieli - w szkole tworzone są warunki ciągłego rozwoju zawodowego w zakresie wiedzy i umiejętności pracy z uczniem zdolnym. Nauczyciele zobowiązani są do systematycznego doskonalenia zawodowego.

Zasada wspomagania rodziców - wspomaganie zainteresowanych rodziców w kierowaniu rozwojem uzdolnień i talentów dzieci poprzez dostęp do informacji i poradnictwa w tym zakresie.

**V UCZESTNICY PROGRAMU**

Podmioty uczestniczące w programie:

* uczniowie, sportowcy
* dyrekcja szkoły,
* rada pedagogiczna,
* samorząd uczniowski,
* pedagog szkolny,
* organ prowadzący szkołę

**VI WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI W ZAKRESIE WSPIERANIA ZAINTERESOWAŃ SPORTOWYCH UCZNIÓW**

* informowanie na bieżąco rodziców o postępach sportowych dziecka,
* organizacja doradztwa dla rodziców w zakresie pracy ze zdolnym dzieckiem, zachęcanie rodziców do wspólnego analizowania osiągnięć uczniów i planowania dalszego ich rozwoju,
* mobilizowanie rodziców do większego zaangażowania się w życie sportowe ich dziecka,
* aktywny udział dziecka i rodzica w dodatkowych zajęciach sportowych,
* opieka rodziców i współpraca ze szkołą w przygotowaniu zajęć dodatkowych z uczniem
* udział rodziców w zawodach, imprezach prezentujących zdobyte osiągnięcia i umiejętności uczniów,
* organizacja spotkań z rodzicami, podczas których dzieci prezentują swoje predyspozycje sportowe i umiejętności ruchowe,
* udział rodziców w zajęciach otwartych,
* kierowanie ucznia na specjalistyczne badania kierujące do uprawiania danej dyscypliny sportowej,
* ukierunkowanie ucznia pod kątem danej dyscypliny sportowej,
* wskazanie rodzicom dalszej drogi rozwojowej młodego sportowca,
* zachęcanie rodziców do aktywnego spędzania czasu wolnego, pokazywanie dzieciom właściwego wzorca,
* kierowanie ucznia zdolnego do szkółek sportowych,
* docenianie własnych inicjatyw rodziców,
* przedstawianie rodzicom wyników przeprowadzonych testów sprawności fizycznej,
* przedstawianie rodzicom wyników przeprowadzonych testów pomiarów somatycznych, wspólna analiza i objaśnienie,
* wspieranie uzdolnionego dziecka w domu.

**VII PROMOCJA UCZNIA**

|  |  |
| --- | --- |
| RODZAJ WYRÓŻNIENIA | FORMA REALIZACJI |
| Tytuł „SPORTOWIEC ROKU” | Przyznawana na koniec roku szkolnego, za uzyskanie w danym roku szkolnym wysokiej średniej ocen, minimum dobre zachowanie oraz wybite osiągnięcia w dziedzinie sportowej, (reprezentowanie szkoły w międzyszkolnych zawodach sporowych na szczeblu minimum powiatu) |
| Dyplomy | Za udział i osiągnięcia w zawodach sportowych, szkolnych i pozaszkolnych przyznawane przez organizatorów |
| Nagrody rzeczowe | Za osiągnięcia w zawodach sportowych różnego szczebla sponsorowane przez Dyrektora, Radę Rodziców |
| Prezentacja osiągnięć uczniów | Prezentacja szkolnych i pozaszkolnych osiągnięć uczniów w Kronice szkoły, holu szkoły i stronach www, facebooku |
| List gratulacyjny | List gratulacyjny przyznawany na koniec roku szkolnego rodzicom uczniów za szczególne osiągnięcia w dziedzinie sportowej |
| Pochwała na forum szkoły | Przyznawana przez dyrektora za wyjątkowe osiągnięcie, ogłaszana na bieżąco podczas szkolnych apeli |

ZASADY PRZYZNAWANIA TYTUŁU "SPORTOWIEC ROKU"

Tytuł jest szczególnym wyróżnieniem jaki może osiągnąć uczeń Szkoły Podstawowej im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Manasterzu. Pretendentem do tytuły może być każdy uczeń klas I-VIII który spełnił określone wymagania:

* jest wybitnym sportowcem
* aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły
* aktywnie uczestniczy we wszystkich zajęciach sportowych organizowanych na terenie szkoły
* angażuje się w życie sportowe lokalnej społeczności
* doskonali swoje umiejętności sportowe uczęszczając do klubów sportowych , szkółek
* wykazuje zaangażowanie i podejmuje własne działania mające na celu szerzenie kultury fizycznej
* zawsze jest gotów służyć radą i pomocą kolegom koleżankom
* jest koleżeński i uczynny wobec rówieśników
* jego postawa jest godna do naśladowania
* osiąga wysokie wyniki w nauce
* angażuje się w życie społeczne szkoły
* udziela się w prace na rzecz szkoły
* jest przykładem do naśladowania

1. Wniosek o przyznanie nagrody może złożyć dyrektor, wychowawca, nauczyciel, członek samorządu szkolnego, członek rady rodziców.
2. Wniosek należy złożyć na klasyfikacyjnym posiedzeniu Rady Pedagogicznej kończącym dany rok szkolny.
3. W oparciu o informacje w drodze głosowania rada przyznaje tytuł jednemu uczniów.
4. Decyzja rady pedagogicznej jest ostateczna i nieodwołalna.
5. Wręczenie tytułu następuje na uroczystym zakończeniu roku szkolnego. Nagrodę wręcz dyrektor szkoły. Zmiany do regulaminu może wprowadzić Rada Pedagogiczna.

**VIII EWALUACJA PROGRAMU**

Ewaluacja programu będzie miała charakter ciągły. Miernikiem i wyznacznikiem stopnia jakości realizacji programu będą osiągnięcia uczniów w dziedzinach sportowych, oraz chęć uczestnictwa w dodatkowych zajęciach sportowych. Ocena przydatności zajęć kontrolowana będzie na bieżąco za pomocą:

* testów sprawności fizycznej
* kontroli uczęszczania uczniów w zajęciach sportowych
* chęć uczestnictwa w programach i projektach sportowych
* zaangażowanie uczniów w podejmowane działania sportowe
* reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych, na różnym szczeblu zarówno gminy, powiatu jak i województwa
* samodzielne przedstawianie przez uczniów inicjatyw sportowych

Zostanie przeprowadzona ewaluacja okresowa mająca na celu wstępną weryfikację zdolności motorycznych uczniów.

Ewaluacja wstępna (wrzesień-październik)

* przeprowadzenie ankiety wstępnej wśród uczniów, nauczycieli i rodziców,
* przeprowadzenie testów sprawności fizycznej klasach na początku roku szkolnego,
* analiza wyników testów pod kontem zdolnosci motorycznych dzieci..

Ewaluacja końcowo roczna (maj-czerwiec)

* przeprowadzenie ankiety otwartej wśród uczniów, rodziców i nauczycieli,
* zebranie informacji i opinii o programie wśród rodziców, uczniów realizujących program, weryfikacja informacji zbieranych w ciągu roku.

Naturalną formą ewaluacji będzie poziom zadowolenia uczniów z własnych dokonań i umiejętności nabytych w trakcie zajęć. Osiągnięcia uczniów będą kontrolowane również w aspekcie motywacyjnym i praktycznym. Zaangażowanie uczniów, chęć uczestnictwa w życiu sportowym szkoły oraz poczucie dobrze wykonanej pracy daje prowadzącemu obraz efektów wspólnej pracy.

załącznik 1

WNIOSEK O PRZYZNANIE TYTUŁU

„SPORTOWIEC ROKU”

Szkoły Podstawowej im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Manasterzu

* 1. Nazwisko i imię ucznia ...............................................................................................
  2. Klasa ...............................................................................................................................
  3. Średnia ocen ………………………………………………………………………………………………………………
  4. Ocena zachowania: ……………………………………………………………………………………………………
  5. Opinia o uczniu: ................................................................................................................

...................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

* 1. Osiągnięcia ucznia: ............................................................................................................ ....................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

…………………………………

*(czytelny podpis wnioskodawcy)*

Początek formularza