

A TÁMOP-3.1.4.C A1.ii sportnap keretében diákjainknak különböző mozgásformákat szerveztünk és valósítottunk meg versenyszerűen a megfelelő kompetenciák fejlesztésével.

Részvevő osztályok: 9k, 9v, 9sz, a különböző tevékenységeken összesen 72 fő vett részt. A diákjaink a tollaslabdázás, kötélhúzás, ugrókötelezés valamint az asztalitenisz sportágak rejtelmeiben mélyülhettek el.

A tollaslabdázásban a tanulók 1:1 elleni játékban mérték össze tudásukat a röplabda hálónál.5-6 pár helyezkedett el egymással szemben, majd 5 percenként párt cseréltek, így lehetőségük nyílt, hogy saját tudásukat felmérjék társaikhoz viszonyítva. Ezzel segítve az önértékelésük kialakítását. A hagyományos **kötélhúzásnál** különböző kiinduló helyzetekből kellett kezdeni a csapatoknak a húzást, mely izgalmasabbá tette a versengést. Voltak vegyes csapatok, lány és csak fiú csapatok is. **Ugrókötelezés számban** a megmértetés az volt, hogy ki tudott a legtovább páros lábon, jobb lábon, bal lábon szökdelni. Majd két tanuló hajtotta a kötelet a többiek felváltva ugráltak felette. **Asztalitenisz** sportágban főként az 1:1 elleni játékkal próbálkoztak a diákok. A verseny egyenes kiesési rendszerben zajlott, a végén helyosztót játszottak. Az ügyesebb tanulók „forgózással” is próbálkoztak.

Ezek a sportágak és elméleti feladatok szorosan kapcsolódnak az iskolai testnevelés órák tananyagához, a mindennapos testmozgások körébe. A tartalmas szabadidő eltöltésének, és az egészség megőrzésének lehetőségét kívánjuk erősíteni a fent említett mozgásos és szellemi tevékenységekkel. A diákok igényei alapján lett kiválasztva a 4 tevékenységi terület. Ezen a napon a testnevelők irányításával, és segítségével zajlottak a versenyek. A rendezvény rövid tájékoztatóval indult, ahol a tanulók a program menetéről kaptak felvilágosítást, az adott feladatok jellegére, tartalmára, és szabályaira vonatkozó ismertetéssel. A játékszabályok betartásával jó hangulatban zajlottak le ezek a tevékenységek. A gyerekek aktivitása igen jó volt, hiszen ezek a fajta szabadidős tevékenységi formák az egyik legkedveltebbek a tanulóink körében.

Fejlesztésre került a küzdőszellem, megfelelő motoros képességek, társas aktivitás, odafigyelés a társaikra. Felhívtuk a figyelmüket a testedzés fontosságára és lehetőségeire. A tudatos szerepvállalásra a csapatversenyekben kiváló lehetőség adódott. Alapvető technikai – taktikai ismereteket tudatosan sikerült alkalmazni, betartani. Egymásra figyelés, sportszerűség, empátia, nyitottság fejlesztése is szerepelt a tanulói személyiségformálás során. Az önértékelés-önfejlesztés mellett az ellenfél tisztelete, tiszta küzdelem, szabálykövetés, tolerancia, együttműködés is megvalósult a mozgásos tevékenységekben.









