

# Program MultiSport

Autor: Admin

23.11.2014.

Zmieniony 23.11.2014.

W roku szkolnym 2014/2015 uczniowie naszej szkoły biorą udział w programie aktywności sportowej MultiSport

Głównymi celami programu są:

- wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży poprzez zwiększanie ich aktywności ruchowej prowadzącej do poprawy sprawności fizycznej, stanu zdrowia i związanej z nim jakości życia;
- upowszechnianie sportu poprzez zwiększanie liczby dzieci uprawiających różne sporty w ramach pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęć
- zapoznanie dzieci i młodzieży z różnymi sportami
- stworzenie oraz poprawa warunków dostępu do zorganizowanej aktywności fizycznej

Założenia organizacyjne to m.in.:

- zajęcia zawierające metodyczne podstawy upowszechniania lekkiej atletyki, gimnastyki, jako ćwiczenia kształtujące podstawowe cechy motoryczne: siłę, szybkość, zwinność, gibkość i wytrzymałość.
- gry i zabawy ruchowe oraz gry zespołowe m.in.: piłka nożna, piłka ręczna, piłka siatkowa, koszykówka, unihokej.
- sporty charakterystyczne dla regionu, z lokalnymi tradycjami oraz sporty sezonowe.

Zajęcia realizowane są w wymiarze 3 x 90 minut w tygodniu. w grupach 15-20 osobowych.

Zajęcia w ramach projektu prowadzi Krystyna Zwirn i Zdzisława Łopuszyńska.

Ideą projektu MultiSport jest organizacja i prowadzenie systematycznych, bezpłatnych zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych dla dzieci i młodzieży z klas 4-6 szkół podstawowych. Zajęcia są prowadzone w różnorodnych, nowoczesnych i atrakcyjnych formach, stymulując aktywność fizyczną uczestników.

Zł

{gallery}sport65{/gallery}

