

# Sport i zdrowie

## Treść

“Każdy rodzaj sportu niesie z sobą bogaty skarbiec wartości, które zawsze trzeba sobie uświadamiać, aby móc je urzeczywistnić. Ćwiczenie uwagi, wychowanie woli, wytrwałość, odpowiedzialność, znoszenie trudu i niewygód, duch wyrzeczenia i solidarności, wierność obowiązkom - to wszystko należy do cnót sportowca”

Św. Jan Paweł II

## SZKOLNY KLUB SPORTOWY

Cele programu SKS to:

- a) stymulowanie i kształtowanie nawyku podejmowania aktywności fizycznej przez dzieci i młodzież;
- b) poprawa sprawności fizycznej, stanu zdrowia oraz jakości życia dzieci i młodzieży, w tym profilaktyka nadwagi i otyłości;
- c) promocja zdrowego i aktywnego stylu życia wśród dzieci i młodzieży;
- d) zwiększenie oferty ogólnodostępnych, bezpłatnych zajęć sportowo-rekreacyjnych dla dzieci i młodzieży;

- e) stymulowanie podejmowania aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży mniej aktywnych i mniej sprawnych fizycznie, ze szczególnym uwzględnieniem dziewcząt;
- f) tworzenie warunków dla rozwoju talentów oraz zainteresowań sportowych dzieci i młodzieży;
- g) optymalizacja wykorzystania lokalnej infrastruktury sportowej, w tym infrastruktury przyszkolnej;
- h) promocja różnorodnych sportów wśród dzieci i młodzieży;

W naszej szkole działają dwie grupy SKS:

ZAJĘCIA OGÓLNOROZWOJOWE - GRUPA DZIEWCZĄT,

ZAJĘCIA SKS DWA RAZY W TYGODNIU PO 60 MINUT

PROWADZĄCY: MGR EWA OLEKSY - KUŻMA

HOKEIŚCI - GRUPA CHŁOPCÓW,

ZAJĘCIA SKS DWA RAZY W TYGODNIU PO 60 MINUT

PROWADZĄCY: MGR ANNA PAJOR



## CELE SPORT KLUBÓW

Podstawowymi celami prowadzenia SPORT KLUBÓW są:

- a) przygotowanie programu zajęć aktywizujących dzieci i młodzież

szkolną oraz wdrożenie

dodatkowych zajęć dla uczniów szkół podstawowych

b) poprawa kondycji fizycznej dzieci i młodzieży poprzez ich udział w dodatkowych nieodpłatnych zajęciach sportowych,

c) przeprowadzenie diagnozy wybranych aspektów kondycji fizycznej i stanu zdrowia dzieci

i młodzieży szkolnej na podstawie wykonanych w trakcie realizacji SPORT KLUBÓW pomiarów i ankiet, mającej stanowić podstawę do przygotowania naukowej analizy stanu kondycji fizycznej i zdrowotnej dzieci i młodzieży i przygotowania rekomendacji dla MEiN co do dalszych działań.

**W NASZEJ SZKOLE DZIAŁAJĄ CZTERY DRUŻYNY SPORT KLUBÓW:**

**I GRUPA DZIEWCZĄT - ZAJĘCIA RAZ W TYGODNIU - 90 MINUT**

**II GRUPA DZIEWCZĄT - ZAJĘCIA RAZ W TYGODNIU - 90 MINUT**

**PROWADZĄCA GRUPY: MGR EWA OLEKSY - KUŻMA**

**I GRUPA CHŁOPCÓW - ZAJĘCIA RAZ W TYGODNIU - 90 MINUT**

**II GRUPA CHŁOPCÓW - ZAJĘCIA RAZ W TYGODNIU - 90 MINUT**

**PROWADZĄCA GRUPY: MGR ANNA PAJOR**

WFz  
AWF



Ministerstwo  
Edukacji i Nauki



AKTYWNY POWRÓT DO SZKOŁY IGRZYSKA DZIECI IGRZYSKA MŁODZIEŻY  
SZKOLNEJ 2021/2022.

W ostatnim czasie dzieci oraz młodzież z naszej szkoły brały udział w  
rozmaitych rozgrywkach sportowych:

1. Sztafetowe Biegi Przełajowe
2. Gminne, Międzygminne, Powiatowe Igrzyska Halowej Piłki Nożnej
3. Gminne Igrzyska Dzieci i Młodzieży w Unihokeju
4. Mistrzostwo i podwójne Wicemistrzostwo Powiatu w unihokeju
5. Małopolskie Igrzyska Dzieci w unihokeju chłopców
6. Gminne Igrzyska Młodzieży Szkolnej w koszykówce

[Przewiń do początku](#)