

Sprawozdanie z Ogólnopolskiej Akcji Ministra Edukacji Narodowej
„Ćwiczyć każdy może” organizowanej w ramach Roku Szkoła w Ruchu
w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Hutkach.

W ramach lekcji wf prowadzone były zajęcia zgodnie z podstawą programową. Mamy również zajęcia fakultatywne : zgodnie z zainteresowaniami uczniów. Dla dziewcząt piłka siatkowa, dla chłopców piłka nożna halowa oraz fakultet z gier zespołowych.

scenariusz lekcji LA
(zał nr 1)

Prowadzone były zajęcia pozalekcyjne : sobota z piłka halową -zajęcia dla chłopców, gdzie chłopcy doskonalili swoje umiejętności, często z kolegami z zaprzyjżnionych szkół
Zorganizowaliśmy w listopadzie kolejny już Powiatowy Turniej Piłki Halowej o Puchar Wójta Gminy Konopiska. Turniej odbył się na nowo wybudowanej dużej hali sportowej w Konopiskach
(zdjęcia Powiatowy Turniej Piłki Halowej)

Braliśmy również udział w Powiatowych Turniejach Piłki Halowej w Starczy i Poczesnej, gdzie chłopcy mogli się sprawdzić z zawodnikami klubowymi : Czarni Starcza czy Kamienica Polska. Dziewczęta również mogły sprawdzić swoje umiejętności siatkarskie w gminnym turnieju piłki siatkowej w lutym . Zawody odbyły się w naszej sali sportowej, gdzie dziewczęta zajęły I miejsce.
(zdjęcia – siatkówka)

Uczniowie sprawdzali również swoje siły na Powiatowym Mitingu LA w Częstochowie
(zdjęcia)
po raz kolejny wyróżniony został Konrad Henkiel, uczeń wszechstronnie utalentowany sportowo

Po raz pierwszy od kilku lat ruszyło w gimnazjum Koło Taneczne. Dziewczęta z klasy I Gimnazjum postanowiły spróbować swoich sił w tańcu nowoczesnym. Miały okazję zaprezentować się w ramach akcji „Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy” . Po raz kolejny z kolejnym tańcem wystąpiły przed szeroką publicznością na święcie gminy : Dni Konopisk”. Próby uwiecznione są na krótkim filmie.

(film)

W ramach sportu alternatywnego mieliśmy zmagania integrujące uczniów młodszych z uczniami zklas starszych (zdjęcia). Uczniowie rywalizowali w 3 drużynach : każda składała się z 3 uczniów starszych i3 młodszych, a konkurencje miały poprzez wzajemną współpracę propagować różne dyscypliny sportu. (zdjęcia Szkolny Turniej Sportowy)

Poszczególne konkurencje:

1.Rozbierz, włóż

Uczniowie biorący udział w rozgrywkach siedzą w trzech rzędach. Naprzeciw każdego rzędu w odległości 10 metrów znajdują się pachołki.

Pierwszy z każdego rzędu trzyma w rękę koszulkę sportową. Na sygnał ubiera ją i biegnie do pachołka gdzie ją zdejmuje z siebie i zostawia. Następnie biegnie do swojego rzędu. Następna osoba dobiega do pachołka, ubiera koszulkę i biegnie w niej do swojego rzędu. Tam ją zdejmuje i przekazuje kolejnej osobie. Wygrywa rząd w który wszyscy wykonają zadanie jako pierwsi.

2.Sztafeta biegowa

Przenoszenie zawodników – konkurencja siłowa ,jeden z grupy gimnazjalistów ma za zadanie przenieść wszystkich młodszych zawodników ze swojej drużyny od pachołka do pachołka

3.Wyścig rydwanów

Uczniowie w każdej z drużyn dobierają się w pary. Pierwsza para dostaje kocyk. Na sygnał jedna osoba z pary siada na kocyku a druga ciągnie ja w kierunku pachołka. Po minięciu pachołka następuje zamiana. Następna para postępuje tak samo. Wygrywa drużyna w której wszystkie pary jako pierwsze wykonają zadanie.

4.Biathlon

Przybory: chorągiewki, gry rzutne- piłeczki i tablica na rzepy

Opis konkurencji: W odległości 2m, 6m i 12m od startu ustawione są chorągiewki. Na sygnał pierwsza osoba z drużyny biegnie do trzeciej chorągiewki, obiega ją, wraca do pierwszej, obiega ją, jeszcze raz biegnie do trzeciej chorągiewki kładzie się przed linią (równy z chorągiewką) rzuca piłeczką do tarczy. Po rzucie biegiem wraca do pierwszej chorągiewki obiega ją biegnie do trzeciej, rzuca do tarczy stojąc, po czym wraca na metę i klepieniem w dłoń upoważnia kolegę do biegu. W przypadku, gdy zawodnik nie trafi do tarczy musi każdorazowo przebiec rundę dodatkową od miejsca rzutów do środkowego stojaka i z powrotem, dopiero potem kontynuować bieg.

5. Hokej

Przybory: kije i krążki hokejowe, płotki gimnastyczne jako bramki

Opis konkurencji: Na sygnał pierwsza osoba z drużyny prowadzi krążek hokejowy do linii strzału na bramkę, strzela (do skutku). Zabiera krążek i prowadząc go wraca na metę.

6.Drużynowy konkurs skoków narciarskich

Przybory: materace, miara, stoper

Opis konkurencji: Z odbicia obunóż skok w dal z miejsca z lądowaniem telemarkiem (skok musi być ustany 5sek, w przeciwnym wypadku skracamy o 15cm długość skoku). Skoki z miejsca dodawane.

7. Spacer farmera , czyli przenoszenie piłek lekarskich z punktu do punktu

10. triathlon , czyli bieganie, pływanie i jazda na rowerze

tylko dla klas starszych, czyli III i IV

bieg od bramki do bramki, wsiada na rower jedzie od bramki do bramki i 2 długości w czepku i okularkach

W ramach akcji prozdrowotnych uczniowie brali udział :

1. bezpieczne kibicowanie, czyli „ Integracyjna Gwiazdka na sportowo „ w Częstochowie
2. warsztaty profilaktyczne na sportowo „ Stop nałogom” ,gdzie prezentowali swoje umiejętności sportowe i taneczne
3. ogólnopolska akcja „ Cała Polska biega”
4. Dzień Mamy na sportowo – konkurencje sportowe , mam z dziećmi , na wesoło