

Tervezett szakköreink

Képzőművészeti	Gódor András
Természetjáró	Kolozsné Pokornyik Róza
Énekkar	Kustra Hajnalka
Kosárlabda két korcsoport	Bitter Béla
Tömegsport	Bitter Béla, tanítók
Néptánc	Hajdu Zsuzsanna
Íjászat	Gyenes László

A tervezett szakköröket a tanulói érdeklődés (min.12 jelentkező) és anyagi lehetőségeink függvényében indítjuk. A szakkörök saját munkaterv szerint működnek.

Természetesen helyet biztosítunk kívülről jövő kezdeményezéseknek is, melyek közül vannak ingyenesek:

Asztalitenisz	Antók Attila
Labdarúgás 3 korcsoport	Darabont Gyula, Patkó Csaba, Toldi Miklós
Furfangos szakkör	Dobos Csaba

Vannak térítési díjas foglalkozások:

Karate	Fási Tibor
Sakk	Tóth Máté
Tánc	Molnár László
Zongora	Raksányi Ildikó, Tóth Melinda

A mindennapos testmozgás

Cél: A tanulók mind szélesebb körében kialakuljon a mozgásgazdag életmód, a testedzés szerves szükségletté váljon, a sportolás közösségi programként általánosan elfogadott legyen.

A rendszeres testmozgás, testedzés, sportolás élettani és pszichológiai fontosságát mindenki ismeri és elismeri. A mozgásszegény életmód egészségi kárát nemcsak tudja, hanem előbb-utóbb majdnem minden ember érzi is. Mégis a népesség szabadidős fizikai aktivitása átlagosan alig haladja meg a napi tíz percet. A felnőttek nem egészen ötödrésze sportol kisebb-nagyobb rendszerességgel. Természetesen, aki rendszeresen edz, mozog az a fizikai és szellemi teljesítmény növekedésével egyformán ismerkedik.

Feladat:

Az iskolában a mindennapos testmozgás keretében biztosítani kell a tanulók szervezett, irányított rendszeres mozgását. Délutáni, szabadidős programok keretében minél több lehetőséget kell adni a különböző sportfoglalkozások lebonyolításának. Kirándulások, túrák szervezésével kell biztosítani, hogy a tanulók a lehetőségekhez képest minél többet töltsenek a szabad levegőn.

Iskolánk mindennapos testedzés programja:

Az iskolai testmozgás program célja a gyermekek egészséges testi-lelki fejlődésének elősegítése a testmozgás eszközeivel, hiszen tapasztaljuk, hogy a modern kor és az azzal együtt járó technológiák az embert olyan életmódba kényszeríthetik, amely a mozgásszegény életmódhoz, a fizikai képességek hanyatlásához vezethet, áttételesen előidézve ezzel a szellemi teljesítmény romlását is.

Annak érdekében, hogy az egészségfejlesztő testmozgás hatékonyan megvalósuljon, az alábbi sajátos egészségügyi és pedagógiai szempontokat vesszük figyelembe:

- Minden 1-4. évfolyamon tanuló gyermek minden nap részt vesz a testmozgás-programban.
- Minden testnevelés órán és minden egyéb testmozgási alkalmon megtörténik a keringési- és légzőrendszer megfelelő terhelése.
- A testnevelési tananyag egészében a gerinc és ízületvédelem szabályainak betartása, külön figyelemmel a fittség mérések testhelyzeteire és az izomerősítések különböző testhelyzeteire.
- Minden testnevelési óra és egyéb testmozgási alkalom örömet és sikerélményt jelentsen még az eltérő képességű tanulóknak is.
- A testnevelés és sport személyiségfejlesztő hatásai érvényesüljenek a teljes testmozgás-programban.
- A testmozgás során életmód-sportokkal, életminőség-sportokkal, játékokkal, táncokkal ismerkedjenek meg a tanulók.

A fenti szempontok együtt és egyformán jelentősek.

A mindennapos testmozgás programját az órarendbe iktatott heti 3 testnevelés óra, valamint a testnevelés órát nem tartalmazó napokon énekóra, táncóra vagy játékos testmozgás és a délutáni sportfoglalkozások keretében valósítjuk meg.

A testnevelési órák mellett a szabadidő helyes, aktív eltöltésének színterei a különböző délutáni sportfoglalkozások, mozgásos tevékenységek. A közösség formálásán kívül, kiváló színterei ezek a feszültség levezetésére, problémás helyzetek megoldásának, feladatok gazdaságos végrehajtásának megtanulására.

Lehetőségek:

- 1-8. osztályig három labdarúgó csoport
- kosárlabda szakkör
- néptánc modul + szakkör 1. osztálytól
- sakk 1. osztálytól
- természetjárás 1. osztálytól + felnőttek is (HETE)
- gyógytestnevelés – rászorultság szerint
- karate heti 2 alkalom
- asztalitenisz
- tánc
- öntevékeny csoportok bármilyen sportágra igénybe vehetik a tornatermet