

HARMONOGRAM

działań w roku szkolnym 2024/25

MODUŁ III: AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA POPRZEZ SPORT I REKREACJE

TREŚCI	FORMY REALIZACJI	PRZEWIDYWANE EFEKTY	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
Znajomość i przestrzeganie regulaminów szkolnych	• Omówienie i zapoznanie uczniów z regulaminami: ✓ sali gimnastycznej ✓ boisk szkolnych ✓ wycieczek szkolnych	Uczeń: ➤ zachowuje się bezpiecznie i higienicznie na sali gimnastycznej i boiskach szkolnych ➤ właściwie zachowuje się w czasie zajęć lekcyjnych ➤ przestrzega zasad BHP	Wychowawcy klas Nauczyciele wychowania fizycznego Nauczyciele
Rozwijanie zainteresowań sportowych na rzecz własnego zdrowia, sprawności fizycznej poprzez uprawianie sportu i propagowanie aktywnych form wypoczynku	• Organizacja Dnia Sportu • Udział w zawodach sportowych, rajdach • Udział uczniów w „Biegu Fair Play”. • Prowadzenie zajęć rozwijających sportowe zainteresowania uczniów. • Podnoszenie świadomości rodziców nt. istotności udziału dziecka w zajęciach wychowania fizycznego	➤ współpracuje w zespole, grupie ➤ zna zasady fair-play ➤ zna alternatywne sposoby spędzania czasu wolnego ➤ chętnie uczęszcza na zajęcia dodatkowe	Wychowawcy klas Nauczyciele wychowania fizycznego

Organizacja wycieczek szkolnych	• Opracowanie programu wyjazdów i wycieczek szkolnych. • Organizacja wycieczek o charakterze sportowym, kulturalnym, dydaktycznym, turystycznym, rodzinnym, rekreacyjnym.	➤ bierze udział w wycieczkach i wyjazdach, jest świadom ich celu ➤ reprezentuje szkołę w zawodach sportowych, ➤ pracuje nad podniesieniem i poprawą ogólnej sprawności fizycznej i aktywności ruchowej ➤ integracja uczniów, współpraca w grupie ➤ ma świadomość potrzeby spędzania czasu wolnego na świeżym powietrzu	Wychowawcy klas Nauczyciele
Szkoła placówką inicjującą rodzinną aktywność fizyczna	• Organizacja „Festynu rodzinnego”.	➤ udział uczniów i ich rodziców w zawodach ➤ pomoc rodziców i uczniów w organizacji festynu ➤ wspólnie z innymi uczniami organizuje i bierze udział w imprezie ➤ dobrze się czuje w otoczeniu innych uczniów ➤ integruje się z grupą ➤ angażuje się w działania szkolne i pozaszkolne ➤ ma satysfakcję z robienia czegoś pożytecznego ➤ wzmacnia poczucie własnej wartości	Dyrektor szkoły, Wychowawcy klas Nauczyciele

Ciekawe formy spędzania czasu wolnego w szkole i poza nią	• Zagospodarowanie przerw międzylekcyjnych – zabawy dla uczniów klas I-III. • Udział uczniów w grach i zabawach zespołowych. • Zajęcia ruchowe w świetlicy szkolnej. • Zajęcia edukacyjne w ogrodzie szkolnym. • Konkursy szkolne. • Udział w konkursie fotograficznym „Ja i moja rodzina aktywna fizycznie”. • Udział uczniów klas I-III w miejskich imprezach sportowych proponowanych przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji.	➤ pracuje nad podniesieniem i poprawą ogólnej sprawności fizycznej i aktywności ruchowej ➤ integracja uczniów, współpraca w grupie ➤ spędza czas wolny w ruchu ➤ potrafi się zrelaksować ➤ zna antystresową rolę aktywności fizycznej ➤ odkrywa i rozwija swoje zainteresowania i talenty ➤ ciekawie i pożytecznie spędza wolny czas ➤ ma możliwość sprawdzenia swoich umiejętności, wiedzy i talentów	Wychowawcy klas Wychowawcy świetlicy Nauczyciele wychowania fizycznego Nauczyciele
Propagowanie zdrowego stylu życia	• Prelekcje pielęgniarki szkolnej. • Udział w zajęciach profilaktyki zdrowotnej • Warsztaty na temat zdrowia. • „Sprawny dzieciak” - aktywne lekcje wychowania fizycznego. • Udział zajęciach prowadzonych przez pedagoga szkolnego pt. „Jak dbać o swój dobrostan”. • Pogadanki na lekcjach języka angielskiego dotyczące słownictwa związanego z nazwami sportów oraz zajęć wykonywanych w czasie wolnym. • Zajęcia kształtujące zdolności motoryczne – „Żyjmy zdrowo na sportowo”.	➤ ma świadomość wpływu aktywności fizycznej na swoje zdrowie ➤ zna podstawowe zalecenia dotyczące uprawiania sportu i stara się je stosować na co dzień ➤ zna zasady zdrowego odżywiania ➤ wie czym może grozić brak aktywności fizycznej	Wychowawcy klas Nauczyciel: biologii, języka angielskiego, Pedagog Psycholog Pedagog specjalny Zaproszeni specjaliści Zespół ds. Szkoły Promującej Zdrowie Nauczyciele wychowania fizycznego Pielęgniarka szkolna

Promowanie sukcesów sportowych	- Realizacja zajęć profilaktyki zdrowotnej na lekcjach wychowania do życia w rodzinie i zajęciach z wychowawcą: ✓ „Zdrowy styl życia” ✓ „Mój styl to zdrowie” ✓ „Zdrowe odżywianie się. Zaburzenia odżywiania” ✓ „Jak żyć świadomie i zdrowo” - Akcje szkolne i ogólnopolskie: ✓ Trzymaj formę ✓ Światowy Dzień Zdrowia ✓ Dzień Ziemi ✓ Sprzątanie świata ✓ Zbiórki ✓ Akcje charytatywne - Gazetki tematyczne.	➤ jest świadomy swoich sukcesów i mocnych stron ➤ wie, że jest niepowtarzalny ➤ wzmacnia poczucie własnej wartości	Wychowawcy klas Nauczyciele wychowania fizycznego
---------------------------------------	--	--	--