

Európai Diáksport Nap 2023.09.29.

Az Aba Sámuel Általános Iskola 5. alkalommal regisztrált a Magyar Diáksport Napjára. Nagy lelkesedéssel készülődtünk az eseményre, amit már a gyerekek is nagyon vártak az előző évek tapasztalatai alapján. Az Aktív Iskola Program keretén belül működik egy Aktív Tanulói Csoport a felső tagozatunkon, így ők is örömmel vettek részt a sportnap szervezésében és lebonyolításában. Felelősöket választottunk, meghatároztuk a helyszíneket és a feladatokat. Figyelembe vettük a tanulók életkori sajátosságait is, ezért több feladatot külön végeztek az alsó és a felső tagozatos tanulók. Szerencsére az időjárás nagyon kedvező volt a sportnap lebonyolításához, így aznap szinte csak szabadtéri programokat tartottunk a gyerekeknek.

A sportnapra ösztönöztük a tanulókat, hogy aktívan jöjjenek reggel iskolába, melyet szerencsére sokan betartottak: érkeztek tanulók gyalog és kerékpárral is. Iskolánk végzős diákjainak egy csoportja előző nap délután az iskolai kerékpárokkal ment haza a szomszédos faluba testnevelő tanárunk vezetésével, reggel pedig együtt bringáztak az iskolába, példát mutatva ezzel kisebb diáktársaiknak. A gyerekek kifejezetten élvezték a reggeli mozgást, melyet valószínű, hogy tavasszal többször meg fogunk ismételni. A délelőtt folyamán megtartott tanóráinkat mozgásos feladatokkal tettük „aktívá”, ezzel is segítve a ráhangolódást a sportnapi programokra. A sportnapi rendezvényünket egy közös zenés tornával kezdtünk, ahol közel 200 tanuló és a pedagógusaink is részt vettek. A gimnasztikát iskolánk aerobik csapata vezényelte az iskolai egyenpólóban. A negyed órás bemelegítést követően megtartottuk a kötelezően előírt 2023 méteres futást verseny formájában, mivel az első 3-3 helyezettet minden évben díjazni szoktuk. Ezt követően az alsó és felső tagozat külön folytatta a rendezvényt: az alsósoknak sportfesztivált szerveztünk, a felsősöknek állomásokon keresztül biztosítottunk minél többféle mozgást: zumba, hullahopp karikázás, ugrókötél verseny, pingpong, kerékpáros akadálypálya, sporttal kapcsolatos online totó, röplabda, focibajnokság, páros ügyességi verseny, krikett, célbodobás, kezeslábás ugrálás. Sportolásra felhívó plakátokat is készítettek az osztályok, melyek iskolánk falújságját díszítik. Kihelyeztünk az aulába egy ötletdobozt a sportnap témájával kapcsolatban, melybe a diákok leírhatták véleményüket: „Szerinted mit jelent ez a mottó? Mi okozhat örömet a sportban? Milyen pozitív hatásai vannak a testmozgásnak?” Nagyon sok szép, motiváló üzenetet írtak a gyerekek a nap végére, melyet a következő tanítási napon értékeltünk. A sportnapon nemcsak a mozgásra igyekeztünk felhívni a tanulók figyelmét, hanem az egészségtudatos életmódra, az egészséges táplálkozásra is. Mindezért előző nap a tanulóktól 1-2 gyümölcsöt vagy zöldséget kértünk, melyekből a sportnapon friss gyümölcs- és zöldségsalátát készítettünk. Az elkészült finomságokat délután az eredményhirdetés előtt osztottuk szét a gyerekeknek. Rendezvényünk végén az intézményvezető és a testnevelők értékelték a napot, valamint a legügyesebb tanulókat kiemeltük.

A futóversenyen leggyorsabb 3 lánynak és 3 fiúnak, a focibajnokság első 3 csapatának, valamint az aktív közlekedőknek oklevéllel és kisebb ajándékokkal kedveskedtünk. A gyerekek nagy örömmel végezték a feladatokat és igyekeztek minden állomáson kipróbálni magukat. Elégedetten, és kellőképpen elfáradva tértek haza.



1. ábra: Zenés bemelegítés

Alsó tagozat sportfesztivál:



2. ábra: Akadálypálya



3. ábra: Labdavezetés



4. ábra: Futó-ugróiskola



5. ábra: Célba rúgás



6. ábra: Szalagszerző fogó



7. ábra: Kötélhajtás csapatban

Felső tagozat:



8. ábra: Aktív közlekedés



10. ábra: Krikett



13. ábra: Karikás ügyességi



9. ábra: Röplabda



11. ábra: Kerékpáros akadálypálya



12. ábra: Focibajnokság



14. ábra: Futóverseny



15. ábra: Gyümölcssláta