

EFOP-1.3.9-17-2017-00011

„Érezd jól magad a bőrödben!” – Változatos tevékenységformák a Jászai Mari Általános Iskolában”

SZAKMAI BESZÁMOLÓ

Fitt nap

A megvalósítás időszaka: 2018. május 15. - 2018. június 12.

A program időpontja: 2018. június 12. 7³⁰-15³⁰

Az program helyszíne: Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Résztvevő tanulók: A jelenléti ív alapján 191 tanuló

Résztvevő pedagógusok: A jelenléti ív alapján 19 fő

1. A program előkészületei:

Az Ászári Jászai Mari Általános Iskolában évtizedek óta minden év júniusában az éves munkatervnek megfelelően van egy olyan nap, ahol a tanulóink egész napos, főképp sporttal, mozgással, az utóbbi években kiegészülve az egészséges életmóddal kapcsolatos programok főszereplői lehetnek. Az idén ez a nap június 12-n valósult meg. Mint testnevelőt, valamint a kultúra és sport munkaközösség vezetőjét engem ért a megtiszteltetés, hogy szervezzem meg az idei sportnapot, melyet "Fitt nap"-nak neveztünk el. Intézményvezetőm tájékoztatott, hogy az idei sportnapunkat az élőfejben található EFOP 1.3.9-17-2017. pályázat veszi "védőszárnyai" alá. Segítségül kaptam a program lebonyolításához két kolléganőmet, Helbert Anitát és Méhesné György Ildikót. Velük és az Intézményvezetőmmel, aki egyben a projekt szakmai vezetője is, már május közepén elkezdtek a szervezési műveleteket.

Elsőként a szakmai vezetővel egyeztettünk a Fitt-nap struktúrájáról. Ismerve elmúlt

Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár, Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.okt@gmail.com

évek pozitív és negatív tapasztalatait, a következő döntést hoztuk: a nap legfontosabb eleme a mozgás. Középpontba helyeztük a gyerekeink által nagyon kedvelt tájékoztató futást, melyen iskolánk szinte valamennyi tanulója részt vesz. A környéken működő zumba, fitness, különböző (Hip-Hop, Akrobatikus Rock&Roll) táncsoportok a délelőtti órákban várják a helyszínre érkezőket. Az udvari kerékpáros ügyességi verseny, az egészséges étkezés bemutatása kóstolóval a tankönyhában sem maradhat el. A kisebbek (1-4. osztályosok) számára különböző számítógépes interaktív ügyességi játéklehetőségeket szeretnénk biztosítani. Természetesen a csarnokban, salakos pályán az éppen nem foglalkozáson levő tanulók hódolhatnak kedvenc labdasportjaiknak testnevelő kollégáim felügyeletével.

Ezután a "Fitt-nap" plakátját készítettem el, elhelyezve a faliújságokra. Egyeztettem a tánc és mozgáskultúra oktatókkal is, akik nagyon szívesen vállalták a bemutató fellépésüket, valamint tanulóink megmozgatását. A tájékoztató futás programját a "Csipa Szabadidő Sportegyesület" szállította, az interaktív számítógépes programokkal együtt.

Május végén csatlakozott a programhoz a már említett két megvalósító kollégám, akikkel közösen egyeztettünk a rájuk váró feladatokról. A megbeszélés gördülékenyen zajlott le. Mindnyájan tudomást vettünk az előttünk álló megmérettetéstől

A sportnapon igazából csak a tájékoztató futáson elért eredményeket díjaztuk. A projekt keretében kapott érmeiket szalaggal, feliratozott etikett címkével láttam el.

2. A program napja

Az utolsó tanítási hét keddjén, június 12-én reggel kezdetét vette az iskolai "Fitt nap". Elsőként egy reggeli tornával mozgattuk meg a résztvevő diákokat, pedagógusokat.



Ezután a gyerekek több csoportba váltak, és felkeresték a nap folyamán a különböző programhelyeket. Ezeket mutatnám a következőkben be!

Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár, Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.okt@gmail.com

Az aulában a táncok szépségében és nehézségében gyönyörködhetek tanulóink különböző csoportok előadását megtekintve.....



majd természetesen bekapcsolódva a tánctanárok vezette közös produkciókba, mozgáselemekbe. Íme, egy kép a sok közül.



A tájékozódási futást nagyon szeretik iskolánkban, jó néhányan eredményesen is űzik.

Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár, Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.okt@gmail.com

(Az idén áprilisban a Diákolimpia megyei döntőjén 3 aranyérmet szereztek diákjaink egyéniben.) A mai napon Vásárhelyi Tass tájfutó szakember ismét kemény pályákat tűzött ki, teljesen új térképekkel. Vezetésével szinte valamennyi induló tanulónk teljesítette a korának megfelelő penzumot. A legjobbakat éremmel díjaztuk. Ezen a képen éppen a templom közelében.....



.....itt pedig a sulis mögötti réten keresik a tájékozódási pontot a futók.



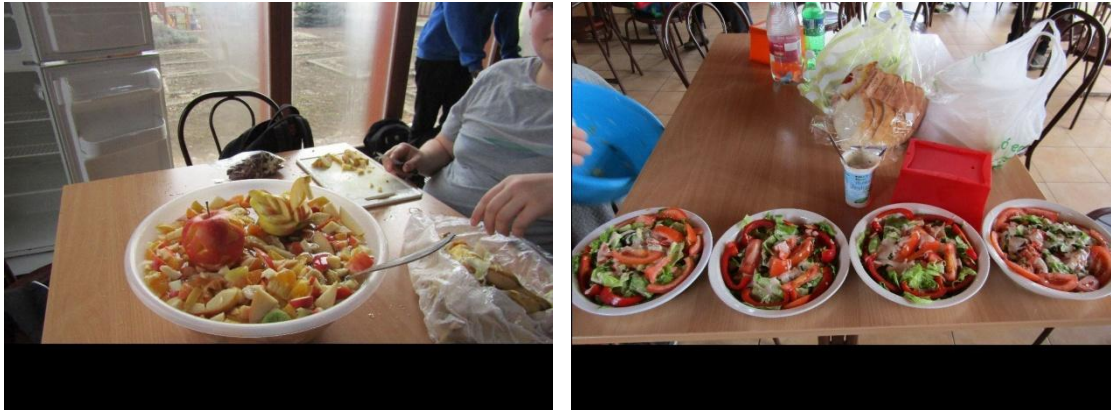
Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár, Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.akt@gmail.com

Rajzszakos kolléganőm említette, hogy "ügyes kezek" fantázianév alatt az idén szakkört indított. Büszkén számolok be arról, hogy a mai napon itt is akadtak hasonló tulajdonsággal rendelkező felsős lánytanulók. Ők a tankonyhában szorgalmas munkájuk eredményeként friss vitaminsalátákat, gyümölcstálakat készítettek el, melyeket az étkezdében önkiszolgálós alapon kóstolhattak tanulóink. Alább láthatók az elkészült finomságok.



Ezekon kívül a projektnek köszönhetően egészséges alapanyagokból készült salátás-sárgarépas-paradicsomos szendvicsek is gazdára találtak, Zséfár Krisztina egyéni vállalkozó szállításában.

Két másik helyszín, a belső udvar és a salakos pálya adott otthont a kerékpáros ügyességi versenynek. Nehéz pályával kellett megbirkózni a részt vevőknek, de a többség, még ha nem is elsőre, de teljesítette a próbát, amelynek alapja: a kijelölt pályán lábat a földre tenni TILOS! Itt láthatunk képeket.

Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár, Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.okt@gmail.com



Az alsós évfolyamok tanulói a tájékozódási futáson és a táncprogramokon kívül interaktív ügyességi helyszíneken vettek részt, mely jelen esetben osztálytermeket jelentett. Itt számítógépes, projektorral kivetített ügyességi pályákon mérették meg magukat a gyerekek, nagy-nagy nevetés közepette. A játékok különleges mozgáskultúrát, ügyességet és koordinációt követelnek a részt vevőktől. Talán a sípálya aratta a legtöbb sikert. Az alábbi fotó is ezen a helyszínen készült.

Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár, Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.okt@gmail.com



Természetesen a csarnokban, salakos pályán az éppen nem foglalkozáson levő tanulók hódolhattak kedvenc labdasportjaiknak testnevelő kollégáim felügyeletével a csarnokban, a lelátón, valamint az iskola melletti füves foci pályán is. Ez a kép a csarnokban készült, az egy nappal ezelőtti kézikupa "életre-halálra" menő kihívásos visszavágóján a 7. és 8. osztályos lányok között.



Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár, Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.okt@gmail.com

Volt pár olyan tanulónk, aki a meleg, a jó idő, de legfőképpen akarata ellenére "beteget jelentett", azaz orvosi vagy szülői kérésre nem tudott részt venni a sportprogramokon. (3 teljes felmentettünk is van) Hogy ők se érezzék magukat számkivetettnek, lehetőséget kaptak a művészeti teremben kézügyességük növelésére, illetve a nagyobb felmentettek nagy segítséget jelentettek a versenyek lebonyolításánál, mint jegyzőkönyvek vezetésénél, vagy éppen a "szétrombolt" kerékpár pálya helyreállításánál. A képen a felmentett kislány tanulónk egy kidobástól (nem melleleg környezetszennyezéstől) megmenekített CD lemezt díszít ki.



A nap végére maradt a tájékozási futóverseny eredményhirdetése. A gyerekek megilletődve vették át a szintén a projekt által biztosított érmeiket.

3. A program zárása, értékelése

Nem csak az én véleményem, pedagógustársaim és a gyerekek körében történt "közvélemény kutatás" szerint a program nagyon jól sikerült. A tájékozási futást,

Ászári Jászai Mari Általános Iskola

Cím: 2881 Ászár. Kossuth Lajos utca 26.

Telefon: +36 (34) 352-386

E-mail: aszar.okt@gmail.com

mint alappillért kiválóan egészítették ki a többi programok. A gyerekek jól érezték magukat. A nyári szünetre kimondottan jó felkészülés volt. A bejövő számlákat (a pályázat fizette, köszönet érte), egyéb dokumentumokat, fényképeket átadtam a szakmai vezető számára. Anita és Ildikó, két megvalósító társam kiválóan látta el a feladatát. Őket és a név szerint nem említett valamennyi pedagógustársamat köszönet illeti a segítőkész munkájukért. Még az élményekkel telve, frissen, a késő délután folyamán készítettük el hárman ezt a beszámolót. A képekkel együtt szintén továbbítottuk a szakmai vezetőnk számára.

Engem, mint testnevelőt mindig öröm tölt el, ha bármely korosztály bármely egyedét mozogni, sportolni látom. A mai napon végig mosoly volt az arcomon, köszönhetően a lelkes tanulóinknak. Közhelynek tűnik, hogy már megszoktuk Tőlük, de az érzést, hogy nem dolgoztunk hiába, ezek a kipirult arcok jelentik számomra.

Többször említettem, és ismételten megköszönöm az EFOP projekttől azt a támogatást, melyet számunkra biztosítottak a program lebonyolításához.

A szakmai vezetővel egyetértésben abban egyeztünk meg, hogy a következő években szeretnénk hasonló sportnapokkal ráhangolni tanulóinkat a jól megérdemelt, nyári szünidőre.

Ászár, 2018. június 12.



Erdősi Gáborné
testnevelő
munkközösség-vezető
szakmai szervező