

Program zajęć sportowo - rekreacyjnych podczas ferii zimowych dla uczniów Szkoły Podstawowej w Dąbrówce

Cele zajęć:

- Promowanie aktywnego i zdrowego stylu życia
- Kształtowanie i utrwalanie zachowań prozdrowotnych poprzez wszechstronny rozwój ucznia
- Uświadomienie potrzeby zdrowego stylu życia i dbania o prawidłową postawę ciała.
- Rozbudzanie zainteresowań różnymi formami aktywności fizycznej
- Rozwijanie odpowiedzialności i inwencji twórczej uczniów
- Wpływ aktywności ruchowej na organizm
- Podnoszenie sprawności ogólnej poprzez aktywność fizyczną
- Doskonalenie umiejętności techniczno – taktycznych w grach zespołowych

Czas zajęć 9:00- 13:00

L.p	Data	Tematyka wiodąca zajęć	Miejsce
1.	14. 02.17r. wtorek	Gry i zabawy ruchowe z elementem gier zespołowych. Koszykówka	Duża Sala gimnastyczna
2.	16.02.17r. czwartek	Siatkówka – odbicia sposobem górnym i dolnym. Tenis stołowy – odbicia bekhendem i forhendem, mini turniej	
3.	20.02.17r. poniedziałek	Piłka nożna – prowadzenie piłki, podania, przyjęcia, małe gry. Piłka ręczna – podania, rzuty na bramkę, małe gry	
4.	21.02.17r. środa	Piłka ręczna rozgrywki turniejowe Koszykówka rozgrywki turniejowe	
5.	23.02.17r. piątek	Siatkówka – zagrywka i odbiór, odbicia sposobem górnym i dolnym, mini turniej. Piłka nożna – mini turniej	