



Klebsberg Intézményfenntartó Központ

Szakmai beszámoló

Sportprogram

A TÁMOP-3.1.4.C-14-1015-0464 jelű pályázat sportprogramjai közül koordinátorként bonyolítottam le az alábbi tevékenységeket:

Mezei futóváltó: a megvalósítás az iskola melletti füves területen történt. A gyerekek ötös csapatokban váltóbotot használva futották le a kb. négyszáz méteres távot. A versenyt megelőzte bemelegítés, gimnasztika, csapatkialakítás. Törekedtem arra, hogy vegyes, kb. azonos futóerősségű gyerekek legyenek egy csapatban, így hatodikostól elsőig bezárólag vettek részt a jó hangulatú sportversenyen. A kisebbeknek újszerű volt, hogy az iskolát elhagyva, kijelölt pályán, fűben futhattak. Mindenki – eredménytől és helyezéstől függetlenül – jól érezte magát, nem maradt el a szurkolás, drukkolás sem.

Célpadobó- és kapura rúgó verseny lebonyolításánál fontos volt a karok bemelegítése, a gimnasztika alapossága. Minden, ami labdával kapcsolatos tevékenység, élvezetes a gyerekek számára, így volt ez ennél a sportversenynél is. A kisebbek is kipróbálhatták a kikapura rúgást, a legfontosabb a pontos célzás és a megfelelő erővel rúgás és dobás kivitelezése volt. A dobás- és rúgás esetében is sok pontos találat született a kezdeti gyengébb próbálkozások után. A gyerekek így megfelelő sikerélményt szerezhettek, attól függetlenül, hogy ténylegesen ki nyert. A részvétel volt a fontos és ezt tudatosítottuk is a gyerekekkel.

A **zenés torna** lebonyolításánál jó ritmusú aerobik zenére tornáztunk. Sok volt a táncos elem, ami játékosá tette a nehezebb feladatok végrehajtását is. Eleinte nem tűnt erőt próbálónak ez a fajta mozgás, azonban a huszadik perctől már érezhető volt a pulzusszám emelkedés és jóleső fáradtság. A kicsik és a nagyok is szívesen vettek részt ebben a sportprogramban, mert szeretik a zenét és a mozgást, könnyű volt őket erre motiválni.

A **kötélhúzás** programunk lebonyolításában szintén koordinátori feladatokat oldottam meg. A kötélhúzás nem volt ismeretlen a gyerekek számára és nagy buzgalommal alakították ki a csapatokat. Egy-egy menet rövid ideig tartott csak, de sok energiát felemésztett, hiszen koncentráltan fejtettek ki erőt. A többszöri ismétlés és körmérkőzések jólesően elfárasztották a kis sportolókat. Természetesen ezt is megelőzte bemelegítés és egy levezető futás kör is, így nem csupán a karizmokat mozgattuk meg, hanem az egész testünket. Jó hangulatú sportdelután volt, a gyerekek természetesen várják a folytatást és az ismétlést az esetleges visszavágókkal.

A többi sportos megmozdulásban a következő feladatokat láttam el:





Klebsberg Intézményfenntartó Központ

Időpont	Sportprogram	Feladatom	Helye
09.03.	Számháború	számok elkészítése, fotózás, csapatok segítése	Berhida, Kis-tó
09.07.	Ingafutás	bemelegítés, gimnasztika, fotózás	sportpálya
09.08.	Népi játék	segítés, együtt mozgás a gyerekekkel	iskola sportudvar
09.10.	Futóverseny	bemelegítés, gimnasztika	Berhida, Kis-tó
09.11.	Gyalogtúra I.	kísérő	Berhida, Kis-tó
09.14.	Akadályverseny	bemelegítés, gimnasztika	sportpálya
09.15.	Kerékpáros ügyesség	fotózás, felügyelet	iskola sportudvar
09.21.	Labdarúgás	cserejátékosok koordinálása	sportpálya
09.22.	Gyalogtúra II.	kísérő	Peremarton-gyártelep
09.23.	Floorball	eszközfelelős	sportpálya
09.24.	Zenés torna	koordinátor	iskola sportudvar
09.28.	Kötélhúzás	koordinátor	Bezerédi tér
09.29.	Ugróiskola	segítés, fotózás	iskola sportudvar
09.30.	Kislabda hajítás	eszközfelelős	sportpálya
10.01.	Mezei futóváltó	koordinátor	Bezerédi tér
10.02.	Füleslabda-dobás	csapatok irányítása	sportpálya
10.05.	Zsámolylabdázás	bíró	sportpálya
10.06.	Szivacsgerely-hajítás	bójaállítás	sportpálya
10.07.	Sorverseny	bíró	sportpálya
10.08.	Kispályás-labdarúgás	bemelegítés	sportpálya
10.14.	Kidobó	eszközfelelős	sportpálya
10.15.	Labdabomba	vonalbíró	iskola sportudvar
10.19.	Célba dobás és rúgás	koordinátor	sportpálya
10.21.	Tánc	hangosítás biztosítása	iskola sportudvar



Klebelsberg Intézményfenntartó Központ



Kedvezményezett: Klebelsberg Intézményfenntartó Központ
 Támogatással érintett intézmény:
 Ady Endre Német Nemzetiségi Nyelvoktató Általános Iskola
 8181 Berhida, Kossuth Lajos utca 11.



Klebelsberg Intézményfenntartó Központ



Berhida, 2015.10.21.

Somogyiné Lukács Emőke
szakmai megvalósító



Kedvezményezett: Klebelsberg Intézményfenntartó Központ
Támogatással érintett intézmény:
Ady Endre Német Nemzetiségi Nyelvoktató Általános Iskola
8181 Berhida, Kossuth Lajos utca 11.

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE