

Program promujący wychowanie fizyczne
sport, turystykę i rekreację

**Puchar przechodni dyrektora szkoły:
„Najbardziej usportowiona klasa w szkole”**

*Kiedy przychodzą do głowy nierozsądne pomysły?
- Wtedy, gdy dopada nas nuda*

ZAŁOŻENIA PROGRAMU

Zgodnie z definicją przedstawioną przez WHO, zdrowie to: „Stan pełnej fizycznej, duchowej i społecznej pomyślności, a nie tylko brak choroby czy defektów fizycznych.”

Widzimy zatem, jak bardzo pojęcie zdrowia jest złożone, co powinno jeszcze bardziej utwierdzić zainteresowanych o potrzebie realizacji programu promującego wychowanie fizyczne sport, turystykę i rekreację w naszej szkole. A o stan zdrowia należy dbać całe życie, dlatego jest potrzeba wyrobienia u naszych wychowanków nawyk dbania o własne zdrowie, a podstawowe obszary o których się mówi to:

- ruch w życiu człowieka
- praca i wypoczynek
- życie w rodzinie: psychologiczne i środowiskowe aspekty Edukacji Zdrowotnej
- zdrowie psychospołeczne
- życie bez nałogów

W dziedzinie wychowania fizycznego każda szkoła mogłaby pochwalić się wspaniałymi osiągnięciami. Gabinety dyrektorów oraz gabloty na korytarzach są pełne pucharów, dyplomów oraz innych pamiątek po wspaniałych osiągnięciach uczniów. Wydawać by się mogło, że sprawność młodzieży rozwija się właściwymi torami. Codzienna rzeczywistość ukazuje jednak wiele braków w tym zakresie. Niestety liczne publikacje alarmują nas o przerażająco wysokiej liczbie uczniów z problemami zdrowotnymi. Wady postawy, choroby cywilizacyjne oraz niska ogólna sprawność fizyczna naszych podopiecznych świadczy o potrzebie podjęcia kroków w kierunku poprawy tego stanu rzeczy. Siedzący, konsumpcyjny tryb życia większości polskich rodzin nie wróży nic dobrego. Jednym z głównych środków zapobiegawczych jakim są niewątpliwie w każdej szkole nauczyciele wychowania fizycznego wyłania się klarowne zadanie. Działając przykładem osobistym oraz podejmując liczne przedsięwzięcia starają się promować zdrowy, aktywny tryb życia.

OGÓLNY CEL PROGRAMU

Program ma zwiększyć zaangażowanie uczniów w życie sportowe szkoły, aktywniejszy udział w zajęciach wychowania fizycznego oraz zachęcać do uprawiania różnych form rekreacji. Program zakłada uczestnictwo w imprezach sportowych szczebla szkolnego powiatowego, rejonowego oraz wojewódzkiego przewidzianych w kalendarzu imprez sportowych szkoły. Założeniem programu jest również uaktywnienie uczniów stwarzając im możliwości wykazania się podczas organizacji, przygotowania oraz przeprowadzania imprez sportowych. Czynnikiem mobilizującym do działania w sferze wychowania fizycznego ma być wprowadzenie w szkole współzawodnictwa sportowego klas. Uwieńczeniem tego współzawodnictwa ma być uzyskanie miana dla najbardziej usportowionej klasy o czym ma świadczyć wręczenie **PRZECHODNIEGO SPORTOWEGO PUCHARU DYREKTORA SZKOŁY**.

REGULAMIN PROGRAMU

1. puchar przechodni dyrektora szkoły zwany dalej pucharem jest wyrazem uznania społeczności szkolnej dla najbardziej usportowionej klasy
2. puchar przyznawany jest za całokształt osiągnięć sportowych po zakończeniu zajęć dydaktycznych w danym roku szkolnym
3. puchar przyznaje dyrektor szkoły na wniosek komisji w składzie: nauczyciele wf i dwóch uczniów wytypowanych przez Samorząd Uczniowski.
4. komisja dokonuje oceny osiągnięć wszystkich oddziałów uczestniczących w programie, biorąc pod uwagę udział w zawodach szkolnych i pozaszkolnych oraz szeroko rozumianą aktywność w sferze kultury fizycznej w środowisku szkolnym.
5. komisja ocenia poszczególne osiągnięcia punktowo według algorytmu który stanowi załącznik do niniejszego regulaminu.
6. puchar jest przekazywany na ręce samorządu klasowego i wychowawcy klasy.
7. W przypadku, gdy jedna klasa zdobędzie puchar trzy razy z rzędu, zachowuje puchar na własność.
8. Wszelkie wątpliwości dotyczące niniejszego regulaminu rozstrzyga dyr. Szkoły.
9. Zwycięska klasa otrzymuje od organizatora gratyfikację pieniężną do wykorzystania na potrzeby klasy.

TREŚCI PROGRAMU I PROPOZYCJA ZADAŃ SŁUŻĄCYCH REALIZACJI ZAMIERZONYCH CELÓW

Algorytm przyznawania punktów za poszczególne osiągnięcia

Objaśnienia:

S1 średnia ocen okresowych

S2 średnia ocen końcowo rocznych

Lz liczba zawodników określona przepisami danej dyscypliny (np. piłka nożna – 11)

Wszystkie obliczenia prowadzi się z dokładnością do 0,1 pkt. A wynik końcowy zaokrągla się do pełnych pkt.

1. za wyniki uzyskane w zawodach wg szkolnego kalendarza imprez sportowych

Szkolne			Pozaszkolne – ranga powiatowa		
miejsce	indywidualne	zespołowe	miejsce	indywidualne	zespołowe
1	5	2,5*Lz	1	10	5 * Lz
			2	8	4 * Lz
2	3	1,5*Lz	3	7	3,5 * Lz
			4	6	3 * Lz
3	2	1*Lz	5	5	2,5 * Lz
			6	4	2 * Lz
udział	1	0,5*Lz	udział	2	5 * Lz

- za zawody rangi rejonowej przyznaje się 2-krotnie, rangi wojewódzkiej 3-krotnie, a rangi krajowej 4-krotnie większą ilość punktów, niż za zawody rangi powiatowej
- Punkty za osiągnięcia zespołowe dzieli się równo pomiędzy członków zespołu

2. za oceny z WF wg wzoru:

$$20*(S1-2)+ 20*(S2-2)$$

3. Za udokumentowany udział w różnych formach pozaszkolnej aktywności fizycznej:

a) systematyczna – 5pkt

(np. treningi w klubach i stowarzyszeniach sportowych)

b) sporadyczna - 2pkt

(np. udział w szkółkach pływackich, aerobik, pomoc w organizacji imprez sportowych, udział w imprezach rekreacyjno-turystycznych, zajęciach pozalekcyjnych)

Jeżeli zawodnik startuje w jednych zawodach, a w kilku konkurencjach punkty otrzymuje jedynie za najlepszą konkurencję.

Opracował: mgr Piotr Przystasz