

# SZKOŁA W RUCHU



## „Ćwiczyć każdy może”

Jednym z priorytetowych zadań MEN w zakresie dbałości o zdrowie uczniów, stał się rozwój i upowszechnienie aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży szkolnej.

Aktywność fizyczna połączona ze zdrowym odżywianiem jest warunkiem zachowania zdrowia przez całe życie, korzystnie wpływa na samopoczucie oraz na proces uczenia się, sprzyjając lepszej koncentracji.

**Szkoła Podstawowa w Paszkówce przystąpiła do akcji „Ćwiczyć każdy może”  
organizowanej w ramach Roku Szkoły w Ruchu**

# OBSZAR 1. Wychowanie fizyczne – zajęcia edukacyjne

Regularne uczestnictwo w zajęciach wpływa pozytywnie na sferę ciała i umysłu.

W ramach obszaru 1 przeprowadzono zajęcia , które pokazują, że lekcje wychowania fizycznego mogą być ciekawe i atrakcyjne.

## Scenariusz nr 1:

### KONSPEKT LEKCJI Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLASY V

**Temat lekcji: Rzut do kosza jednorącz z miejsca po kozłowaniu.**

**Cele lekcji:**

1. **Umiejętności:** dobór ćwiczeń kształtujących postawę ciała i przygotowujących organizm do wysiłku fizycznego, opanowanie i doskonalenie elementów w grze.
2. **Motoryczność:** kształtowanie siły, szybkości, zwinności i sprawności koordynacyjnej.
3. **Wiadomości:** wpływu ćwiczeń ruchowych na rozwój sprawności kondycyjno-koordynacyjnej oraz podstawowych zasad i przepisów gry.
4. **Wychowania:** współdziałanie z partnerem, przestrzeganie zasad „fair play” w czasie gry.

**Metody realizacji zadań ruchowych:** zabawowa klasyczna, ekspresji twórczej, bezpośredniej celowości ruchu, naśladowcza ścisła, zadaniowa ścisła.

**Klasa:** V

**Czas trwania:** 45 minut.

**Miejsce ćwiczeń:** sala gimnastyczna.

**Przybory:** piłki do koszykówki ,pachołki, narzutki .

Tok lekcji	Zadania szczegółowe	Czas w min	Uwagi metodyczno-organizacyjne
Zorganizowanie grupy i sprawdzenie gotowości do zajęć.	1.Zbiórka w dwuszeregu. 2.Powitanie. 3.Sprawdzenie obecności i gotowości do zajęć.	2	Ustawienie grupy w dwuszeregu. Powitanie okrzykiem. Kontrola wzrokowa stroju i obuwia sportowego.
Motywacja uczniów do	1.Podanie tematu i celów lekcji. 2.Aktywizowanie uczniów do ćwiczeń		Opis zabawy: każdy uczeń biega kozłując

zajęć.	i współzawodnictwa w grach i zabawach. 3.Zabawa ożywiająca „Wybij piłkę”	3	piłkę, drugą ręką próbuje wybić piłkę kozłowaną przez innego ucznia
Rozgrzewka,	1.Podania piłki ze skrętem tułowia do rąk partnera, raz w prawo raz w lewo. 2.Stojąc w rozkroku podania piłki nad głową do tyłu do rąk partnera, który po skłonie w przód podaje ją dołem między nogami, po kilku podaniach zmiana kierunku. 4.W przysiadzie podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej do partnera. 5.Podania piłki trzymanej oburącz za plecami górną w przód do partnera, po podaniu dotknięcie podłogi rękoma. 6.W siadzie prostym chwyt piłki oburącz, przejście do leżenia tyłem z piłką za głową , powrót do siadu z jednoczesnym podaniem piłki do partnera. 8.W leżeniu przodem podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej przez wypchnięcie do partnera. 9. W leżeniu tyłem, piłka między stopami, przekładamy nogi za głowę z piłką 10. W leżeniu tyłem, przetaczanie piłki pod unoszonym tułowiem.	10	Ustawienie w dwójkach tyłem do siebie. Nauczyciel z wybranym uczniem demonstruje ćwiczenia.  Dwójki jw., ustawienie przodem do siebie w odległości ok.4m.-jedna piłka w dwójce.  W dwójkach jw. w siadzie prostym przodem do siebie.  W dwójkach jw. leżenie przodem, głową w kierunku partnera, w odległości ok.2m
Kształtowanie umiejętności i doskonalenie	1.Rzuty jednorącz do partnera zgodnie z zasadami techniki rzutu z miejsca na przemian, raz jeden raz drugi.		W dwójkach jw. przodem do siebie w odległości ok. 5m.

<p>sprawności.</p>	<p>2.Z pozycji wyjściowej bieg w kierunku partnera, chwyt podanej piłki z zatrzymaniem na jedno tempo i rzut jednorącz z miejsca do podającego, powrót tyłem do pozycji wyjściowej.</p> <p>3.Z pozycji wyjściowej kozłowanie piłki do pachołka, chwyt piłki z zatrzymaniem na jedno tempo i rzut jednorącz z miejsca do partnera, powrót tyłem do pozycji wyjściowej.</p> <p>4.Ćwiczenie jw. lecz kozłowanie piłki odbywa się slalomem pomiędzy ustawionymi pachołkami.</p> <p>5.Ćwiczący z prawego rzędu kozłuje piłkę lewą ręką do pachołka stojącej z lewej strony przed koszem, równocześnie ćwiczący z lewego rzędu przebiega za plecami kozłującego na prawą stronę kosza i po otrzymaniu piłki od kozłującego wykonuje rzut jednorącz z miejsca.</p> <p>Podający biegnie na koniec lewego rzędu a rzucający zbiera piłkę i kozłując prawą ręką biegnie na koniec prawego rzędu.</p> <p>6. Bieg z kozłowaniem piłki, odbiciem w określonym miejscu i rzutem do kosz a jednorącz</p> <p>7.Gra uproszczona doskonaląca poznane wcześniej elementy techniczno-taktyczne.</p>	<p>27</p>	<p>Nauczyciel przypomina i demonstruje technikę rzutu.</p> <p>W dwójkach jw. przodem do siebie po określonej ilości powtórzeń zmiana ról.</p> <p>W dwójkach jw. naprzeciw siebie,</p> <p>Ustawienie w rzędach</p> <p>Według zasad i przepisów minikoszykówki.</p>
--------------------	---	-----------	---

<p>Uspokojenie organizmu.</p> <p>Czynności organizacyjno-porządkowe.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. W marszu dookoła sali podania piłki oburącz w tył za głowę do następnego ćwiczącego.</li> <li>2. Zbiórka w szeregu, rozmowa na temat lekcji, wnioski z realizacji celów, wyróżnienie najbardziej zaangażowanych uczniów.</li> <li>3. Pożegnanie z grupą.</li> </ol>	<p>3</p>	<p>Odstępy między ćwiczącymi ok. jednego kroku.</p> <p>Uporządkowanie sprzętu przez dyżurnych</p>
--	---	----------	---















## Scenariusz nr 2:

### KONSPEKT LEKCJI Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLASY VI

**Temat lekcji:** Ćwiczenia przygotowawcze w nauczaniu techniki piłki siatkowej.

**Cele lekcji:**

**Umiejętności:** odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym w postawie wysokiej i niskiej; kierowanie piłki sposobem górnym na boisko przeciwnej drużyny, zagrywka sposobem górnym i dolnym, gra.

**Motoryczność:** rozwijanie orientacji i szybkości reakcji.

**Wiadomości:** podstawowe zasady gry, różnica w zagrywce sposobem górnym i dolnym, rozwijanie cech motorycznych, orientacji i szybkości, współpraca w zespole dwójkowym.

**Wychowawcze:** współpraca w zespole dwójkowym i w grupie.

**Metody realizacji zadań ruchowych:** zabawowa klasyczna, ekspresji twórczej, bezpośredniej celowości ruchu, naśladowcza ścisła, zadaniowa ścisła.

**Klasa:** VI

**Czas trwania:** 45 minut.

**Miejsce ćwiczeń:** sala gimnastyczna.

**Przybory:** piłki do siatkówki, szarfy

<b>Tok lekcji</b>	<b>Zadania szczegółowe</b>	<b>Czas w min</b>	<b>Uwagi metodyczno-organizacyjne</b>
Zorganizowanie grupy i sprawdzenie gotowości do zajęć.	1.Zbiórka w dwuszeregu. 2.Powitanie. 3.Sprawdzenie obecności i gotowości do zajęć.	2	Ustawienie grupy w dwuszeregu. Powitanie okrzykiem. Kontrola wzrokowa stroju i obuwia sportowego.
Motywacja uczniów do zajęć.	1.Podanie tematu i celów lekcji. 2.Aktywizowanie uczniów do ćwiczeń i współzawodnictwa w grach i zabawach.	3	Ćwiczący w rozsypce na połowie boiska. Dwoje ćwiczących oznaczonych szarfami goni

	3. Zabawa ożywiająca „Berek skrzyżny”		pozostałych. Osoba dotknięta siada skrzyżnie, aby ją wybawić ćwiczący musi usiąść obok
Rozgrzewka,	<p>1. Ćwiczenia ramion - marsz dookoła sali, wymachy ramion w przód i tył.</p> <p>2. Krok odstawno – dostawny przy drabinkach, rozgrzewanie pleców i nadgarstków o szczeble drabinek.</p> <p>3. Ćwiczenia nóg -bieg – na sygnał raz siad skrzyżny, raz siad prosty – poprawna sylwetka</p> <p>4. Ćwiczenia tułowia siad prosty – skłon tułowia w przód z dotknięciem czołem kolan, ramiona w przód.</p> <p>6. Ćwiczenia mięśni grzbietu - leżenie przodem – chwyt za stopy – kołyska.</p> <p>7. Leżenie tyłem – skłon tułowia do przodu z jednoczesnym ugięciem kolan w kierunku tułowia (głowy).</p> <p>8. Ćwiczenia ramion (podania) Pobranie piłek – 1 piłka na parę. Podanie piłki oburącz sprzed piersi. Podanie piłki znad głowy dużym łukiem.</p> <p>9. Ćwiczenia ramion (odbicie) W dwójkach dokładne podania piłki w siadzie. W dwójkach w siadzie przyjęcie piłki nad sobą i oddanie jej odbiciem do partnera. Postawa wysoka – w dwójkach odbicie piłki w miejscu i w ruchu na małej przestrzeni.</p>	10	

<p>Kształtowanie umiejętności i doskonalenie sprawności.</p>	<p>1. Ćwiczenie techniki odbicia - w dwójkach jeden z ćwiczących odbija piłkę sposobem górnym obręcz, zaś drugi ćwiczący odbija piłkę sposobem dolnym. Postawa wysoka i niska.</p> <p>2. Ćwiczenie techniki podania. 1. Zespoły ustawiają się dowolnie na boisku. Kierowanie piłki sposobem górnym na boisko przeciwnika w przód, w tył i na boki przez siatkę.</p> <p>3. Zagrywka sposobem górnym lub dolnym. Ustawienie w zespołach po każdej stronie siatki. Zagrywka przez siatkę do współćwiczących, którzy przyjmują piłkę do pionu nad głową.</p> <p>4. Gra szkolna. „4 x4” zasady takie same, jak w siatkówce. Stosujemy w czasie gry ćwiczenia techniczne poznane w czasie zajęć.</p>	<p>26</p>	<p>Ustawienie w dwójkach</p> <p>Ustawienie w grupach</p> <p>Podział klasy na zespoły czwórkowe</p>
<p>Uspokojenie organizmu. Czynności organizacyjno-porządkowe.</p>	<p>1. Marsz połączony z rytmicznym wdechem i wydechem – wznos ramion w bok, opust w dół.</p> <p>2. Zbiórka w szeregu, rozmowa na temat lekcji, wnioski z realizacji celów, wyróżnienie najbardziej zaangażowanych uczniów.</p> <p>3. Pożegnanie z grupą.</p>	<p>4</p>	<p>Uporządkowanie sprzętu</p>















## **OBSZAR 2. Wychowanie fizyczne- alternatywne formy realizacji zajęć wychowania fizycznego**

Uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach tanecznych oraz poznają nowe dyscypliny sportowe.

Uroczyste wykonanie Poloneza odbywa się co roku z okazji akademii upamiętniającej

Uchwalenie Konstytucji 3 Maja. Taniec ten wykonuje klasa V.

Przygotowany układ taneczny z szarfami został wykorzystany podczas szkolnego przedstawienia jasełkowego.

### **Scenariusz nr 1:**

#### **KONSPEKT LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASIE V**

**Temat lekcji: Nauczanie kroku i figur Poloneza.**

#### **Cele główne lekcji:**

- Umiejętności:** Poznanie kroku i figur Poloneza  
Współtworzenie układu tanecznego
- Psychomotoryka:** Kształtowanie płynności ruchów, koordynacji, nawyku prawidłowej postawy
- Wiadomości:** Poznanie tańców narodowych.
- Wychowawcze:** Uwrażliwienie muzyczno-ruchowe
- Miejsce ćwiczeń:** Sala gimnastyczna.
- Czas:** 45min.
- Liczba ćwiczących:** 12
- Pomoce:** płyta z muzyką Wojciecha Kilara - Polonez z „Pana Tadeusza”

<b>Tok lekcji</b>	<b>Zadania szczegółowe</b>	<b>Czas w min</b>	<b>Uwagi metodyczno-organizacyjne</b>
Zorganizowanie grupy i sprawdzenie gotowości do zajęć.	Zbiórka, powitanie, sprawdzenie obecności, podanie tematu oraz głównych zadań lekcji.	2	Ustawienie grupy w dwuszeregu. Powitanie okrzykiem. Kontrola wzrokowa stroju i obuwia sportowego.

<p>Motywacja uczniów do zajęć.</p>	<p>Krótkie omówienie narodowych tańców polskich (Oberek, Mazur, Polonez, Krakowiak, Kujawiak) ze szczególnym uwzględnieniem Poloneza.</p> <p>Zwrócenie uwagi na estetykę ruchu oraz rolę muzyki w życiu człowieka</p>	<p>5</p>	
<p>Organizacja zajęć</p>	<p><b>KROK I FIGURY POLONEZA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>I. Ćwiczenie kroku bez muzyki</li> <li>II. Ćwiczenie kroku z muzyką</li> <li>III. Ćwiczenie poszczególnych figur bez muzyki</li> <li>IV. Ćwiczenie poszczególnych figur z muzyką</li> <li>V. Układ taneczny wg poniższego porządku</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wejście krokiem poloneza, połączenie w pary na środku</li> <li>2. Para za parą środkiem sali.</li> <li>3. Pary nieparzyste w lewo, pary parzyste w prawo</li> <li>4. Czwórki środkiem sali</li> <li>5. Zatrzymanie, partnerka obchodzi partnera.</li> <li>6. Para w lewo, para w prawo</li> <li>7. Tunel z tyłu</li> <li>8. Tunel z przodu</li> <li>9. Para za parą środkiem sali</li> <li>10. Partnerka w prawo, partner w lewo</li> <li>11. Mijanie rzędów z tyłu</li> <li>12. Mijanie rzędów z przodu</li> <li>13. Młynek</li> <li>14. Para w prawo, para w lewo</li> <li>15. Czwórki</li> </ol>		<p>Pokaz prawidłowo wykonanego kroku oraz figur</p>



	<p>16. Wężyk</p> <p>17. Kółko , trzymanie za ręce</p> <p>18. Połączenie w pary i para za parą środkiem sali</p> <p>19. Para w prawo, para w lewo</p> <p>20 Czwórki środkiem sali, ukłon i zejście para w prawo para w lewo.</p>		
<p>Czynności organizacyjno-porządkowe.</p>	<p>Zbiórka w siadzie prostym na podłodze.</p> <p>Omówienie zadań lekcji, popełnione błędy. Zadanie domowe: kontrola własnej postawy ciała przed lustrem.</p> <p>Sprawdzenie stanu ćwiczących, , pożegnanie.</p>		















## **Scenariusz nr 2**

### **KONSPEKT GIMNASTYKI ARTYSTYCZNEJ DLA DZIEWCZĄT KL. IV-VI**

**Temat lekcji:** Gimnastyka artystyczna z wykorzystaniem szarf gimnastycznych.

**Cele lekcji:**

**Sprawność motoryczna:**- wykona ćwiczenia podnoszących poziom zwinności, zręczności i gibkości, wykona ćwiczenia koordynacji ruchowej i rytmicznej

**Umiejętności:** umie wykonać proste ćwiczenia z szarfą, potrafi wykonać podstawowe kroki w gimnastyce artystycznej

**Wiadomości:** potrafi wyjaśnić pojęcie gimnastyka artystyczna, potrafi wymienić przybory i zna ich celowość zastosowania w gimnastyce artystycznej, wpływ ćwiczeń gimnastycznych na estetykę ruchu, poznanie utworów muzyki poważnej

**Wychowawcze:** wyrabianie wrażliwości artystycznej na piękno i harmonię ciała.

**Metody:** zabawowa, naśladowcza, inwencji twórczej uczniów

**Przybory:** laptop, sprzęt nagłaśniający, szarfy gimnastyczne,

TOK LEKCJI	TREŚĆ	CZAS/ LICZBA ĆWICZEŃ	UWAGI
1. Czynności organizacyjno-porządkowe.	Zbiórka, powitanie. Sprawdzenie obecności i gotowości do zajęć. Podanie tematu i celów zajęć	3 minuty	Uczennice ustawione w szeregu
2. Motywacja	Zwrócenie uwagi, że uzyskane na dzisiejszej lekcji umiejętności wpłyną na estetykę ruchu uczennic i na ich harmonijne ruchy.		
3. Zabawa ożywiająca	„ Twórczy Berek” – wyznaczona osoba goni pozostałych poruszając się określonym sposobem np. krokiem dostawnym, skokami obunóż, biegiem z uderzaniem piętami o pośladki, marszem w przysiadzie. Uciekający poruszają się tak jak berek	2 minuty	Uczennice w luźnej gromadce
4. Rozgrzewka	1. Ćwiczenia kształtujące RR, NN, T, mięśni brzucha i grzbietu przy muzyce 2. Pokaz kilkuminutowego filmu – układu ćwiczebnego z szarfą	7 minut	
5. Ćwiczenia z szarfa gimnastyczną	3. Ćwiczenia z szarfą przy muzyce: - energiczny wymach wstążką przodem w górę ( ramiona w górę i w dół ) - kilkakrotne powtórzenie ruchu przekładając wstążkę z jednej ręki do drugiej - bieg w przód, z równoczesnym wykonaniem wężyka poziomego nad głową – bieg w tył – spirale przed sobą - marsz w przód i w tył – spirale z prawej	30 minut	

	<p>i z lewej strony, potem w miejscu dwa koła z boku, przed sobą ( kolana ugięte ) - przemachy wstążki przed sobą</p> <p>4. Stworzenie układu tanecznego z szarfą do muzyki „Played a live” - Safri Duo</p>		
<p>Czynności organizacyjno-porządkowe.</p>	<p>Siad skrzyżny - ćwiczenia oddechowe</p> <p>Pogadanka na temat estetyki i piękna ruchu podczas ćwiczeń z szarfą gimnastyczną.</p> <p>Pożegnanie</p>	<p>3 min.</p>	

















## OBSZAR 3. Edukacja zdrowotna

Szeroko pojęta edukacja zdrowotna jest od kilku lat jednym z priorytetów naszej szkoły. Szkoła uczestniczy w wielu programach i projektach promujących zdrowie, podejmując liczne działania w tym zakresie. Dwa główne projekty to:

- Comenius pod hasłem „Healthy learning healthy future” „Ucząc zdrowego stylu życia, dbamy o naszą przyszłość”, którego celem jest połączenie sportu, wiedzy, sztuki i zdrowego trybu życia z naciskiem na zdrowe odżywianie

- Szkoła Promująca Zdrowie pod hasłem „Żyj zdrowo i bezpiecznie”, czyli promocja zdrowego stylu życia i stwarzanie warunków umożliwiających prawidłowe żywienie wśród uczniów, rozwijanie aktywności fizycznej, dbanie o środowisko i bezpieczeństwo

Główne cele edukacji zdrowotnej to :

- Kreowanie całościowego podejścia do zdrowia – jako dynamicznych związków między zdrowiem fizycznym, społecznym, psychicznym i duchowym;

- Przekazywanie wiedzy o tym co jest korzystne lub szkodliwe dla zdrowia i kształtowanie umiejętności wykorzystania tej wiedzy oraz tworzenie warunków do ukształtowania postaw i nawyków troski o swoje zdrowie i innych;

- Zachęcanie uczniów do zdrowego stylu życia

- Stwarzanie w szkole warunków i możliwości sprzyjających



zdrowiu

















<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=142>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=136>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=134>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=137>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=141>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=140>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=139>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=135>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=132>

<http://www.sppaszgowka.iap.pl/index.php?id=art&artid=13>

<http://www.sppaszkwka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=240>

<http://www.sppaszkwka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=152>

<http://www.comenius-sppaszkwka.eu/>

## OBSZAR 5. Pozalekcyjne zajęcia sportowe

Nasza szkoła posiada bogatą ofertę zajęć pozalekcyjnych, która dają dzieciom możliwość aktywnego spędzenia czasu po lekcjach.

Osiemnaście godzin tygodniowo przeznaczony jest na pozalekcyjne zajęcia sportowe dla dziewcząt i chłopców z klas 0-VI, na których uczniowie uczą się i bawią doskonaląc swoją sprawność. Na pozalekcyjne zajęcia sportowe uczęszcza 71% uczniów.









23 chłopców z klas I-VI ( 46% wszystkich chłopców naszej szkoły ) systematycznie trenuje w sekcji piłki nożnej w Parafialnym Uczniowskim Klubie Sportowym POBIEDR.

<http://paszkowka.eu/content/blogcategory/38/54>

Przez cały rok szkolny prowadzone jest w naszej szkole również kółko BRD, podczas którego uczniowie przygotowują się do rowerowego Turnieju BRD. Efektem systematycznej pracy jest I miejsce w Międzyszkolnym Turnieju BRD oraz awans do finału powiatowego.

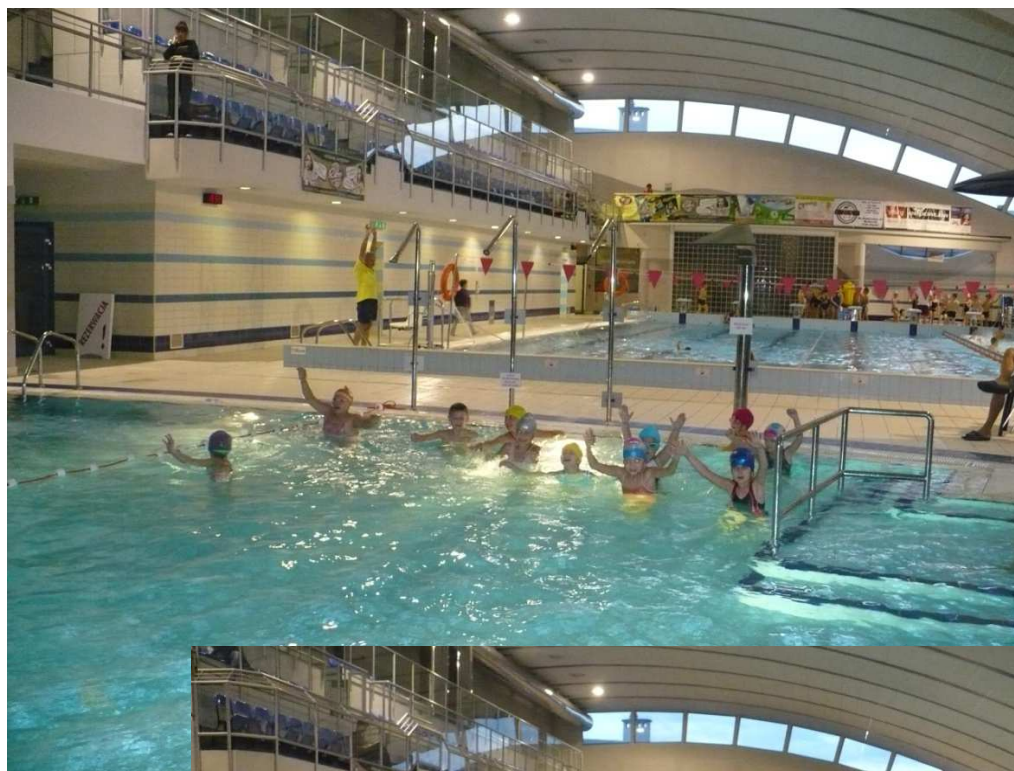


<http://www.sppaszkowka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=325>

Od września 2013 roku nasza Szkoła brała udział w programie „Już pływam”, realizowanym przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

W projekcie 15 uczniów z klasy II, uczestniczyło w zajęciach nauki pływania zorganizowanych na basenie „Delfin” w Wadowicach. Celem programu było poprawienie ogólnej sprawności fizycznej uczniów, nabycie podstawowych umiejętności pływackich, profilaktyka wad postawy i skrzywień kręgosłupa, wzrost bezpieczeństwa dzieci. Efektem programu było opanowanie umiejętności pływania przez uczestników, poprawa bezpieczeństwa na różnego rodzaju kąpieliskach, rozważne i aktywne spędzanie wolnego czasu, oswojenie dzieci z wodą, kąpieliskiem, rozwijanie społecznych zachowań, zdyscyplinowanie i systematyczność.

<http://www.sppaszkwka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=260>





Każdego roku z okazji Dnia Dziecka w naszej szkole odbywa się Dzień Sportu Szkolnego, w którym biorą udział wszyscy uczniowie. Celem imprezy jest umożliwienie dzieciom udziału w otwartej formie aktywności ruchowej, rozwijanie umiejętności współzawodnictwa z rówieśnikami oraz wykorzystania posiadanych umiejętności. W poszczególnych grupach wiekowych dzieci rywalizują w konkurencjach sprawnościowych. Klasy IV-VI walczą o tytuł „Najbardziej Usportowionej Klasy”. Wszystkim towarzyszy przy tym dobry humor.

<http://www.sppaszkwka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=244>

<http://www.sppaszkwka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=151>





Uczniowie klasy II i III już po raz trzeci wzięli udział III Gminnym Mikołajkowym Turnieju Sprawnościowym klas II i III. Głównym celem tego turnieju jest stworzenie warunków do rozwijania zainteresowań i uzdolnień sportowych dzieci oraz kształtowanie form rywalizacji sportowej z zachowaniem zasad fair-play. Klasa druga zajęła I miejsce wśród klas drugich i klasa trzecia również I miejsce wśród klas III.

<http://www.sppaszkowka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=322>



Uczniowie klas IV-VI brali udział we wszystkich zawodach sportowych organizowanych w gminie w ramach Igrzysk Młodzieży Szkolnej zajmując najwyższe miejsca mimo małej liczby uczniów w klasach IV-VI ( 35 uczniów) i awansując do półfinału i finału powiatowego.

27 .03. 2014 r. Zawody Piłki Ręcznej – dziewczynki - półfinał powiatowy – **I miejsce** i awans do finału powiatowego

26 .03. 2014 r. Zawody Piłki Ręcznej – chłopcy - finał gminy – **I miejsce**

26 .03. 2014 r. Zawody Piłki Ręcznej – dziewczynki - finał gminy – **II miejsce**

3.03. 2014r. Zawody Piłki Koszykowej - chłopcy - półfinał powiatowy- **III miejsce**

20.02. 2014r. Zawody Piłki Koszykowej - dziewczynki - finał gminy - **II miejsce**

18.02.2014r. Zawody Piłki Koszykowej - chłopcy - finał gminy - **I miejsce**

4.12. 2013 r. Turniej Mikołajkowy klasa II- **I miejsce**, klasa III - **I miejsce**

3.12. 2013r.Turniej Tenisa Stołowego - finał powiatu - Marika Kudra - **IX miejsce**,  
Jolanta Kowalczyk - **IX miejsce**

10.12.2013r. Zawody Piłki Siatkowej - dziewczynki - finał gminy – **II miejsce**

10 .12. 2013r. Zawody Piłki Siatkowej - chłopcy - finał gminy – **I miejsce**

26.11.2013r.Turniej Tenisa Stołowego - półfinał powiatu Marika Kudra - **III miejsce**,  
Jolanta Kowalczyk - **IV miejsce**

14.11. 2013r.Turniej Tenisa Stołowego - finał gminny - Marika Kudra - **III miejsce**,  
Jolanta Kowalczyk **IV miejsce**

14.11.2013r. Turniej Tenisa Stołowego Drużynowy - finał gminny - chłopcy - **II miejsce**

14.11.2013r. Turniej Tenisa Stołowego Drużynowy - finał gminny - dziewczynki - **II miejsce**

25.10.2013r. Halowa piłka nożna - półfinał powiatowy gminny - chłopcy- **III miejsce**

17.10.2013r. Halowa piłka nożna - finał gminny - chłopcy- **I miejsce**

24.09.2013r. Indywidualne biegi przełajowe - finał gminny Witold Znaj - **II miejsce**,  
Marika Kudra - **III miejsce**

<http://www.sppaszkowka.iap.pl/index.php?id=archiwum&rok=2013>

Dnia 26 lutego 2014r. uczniowie klas IV-VI wybrali się na lodowisko „Biały Orlik” do Kalwarii Zebrzydowskiej. Cele wyjazdu to propagowanie aktywnego spędzania czasu wolnego, doskonalenie techniki jazdy na łyżwach, integracja oraz dobra zabawa.

Uczniowie chętnie oddawali się łyżwiarskim szaleństwom, z ogromną determinacją starali się wygrać z grawitacją na tafli. Prawie każdy zaliczył upadek. Byli również mistrzowie, którzy śmigając na łyżwach zaliczali kolejne okrążenia całego lodowiska.

Wszyscy bawili się znakomicie, dodatkowym atutem była piękna, słoneczna pogoda i całe lodowisko do naszej dyspozycji.

<http://www.sppaszkowka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=317>

[http://youtu.be/p4VHaWn\\_KM8](http://youtu.be/p4VHaWn_KM8)



Żadne inne zajęcia edukacyjne nie posiadają takiego ładunku oddziaływań wychowawczych, jak wycieczki. Szkoła przynajmniej raz w roku organizuje wycieczki turystyczne i rajdy, które są doskonałym sposobem aktywnego spędzania czasu.



Rajd na Leskowiec







Wycieczka do Ojcowa

<http://www.sppaszkwka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=271>







Wycieczka do Leśnego Parku Niespodzianek w Ustroniu

<http://www.sppaszkowka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=250>







Wycieczka w Pieniny

<http://www.sppaszkowka.iap.pl/index.php?id=news&newsid=171>





Poznajemy zasady różnych gier i dyscyplin sportowych:

„Rugby Tag”

<http://www.youtube.com/watch?v=dTHR9F3K5Vw>







„Serwobieg” - to gra trochę podobna do “Palanta”, lecz zamiast odbić piłki kijem wykonuje się zagrywkę tak jak w siatkówce. Każdy zawodnik musi zdobyć poszczególne bazy unikając zbitcia piłką. Ta gra wymaga od zawodników szybkości, celności rzutów oraz umiejętności podejmowania decyzji. Jest to jedna z ulubionych gier drużynowych naszych uczniów.







## OBSZAR 7. Zajęcia niezorganizowane

W naszej szkole również podczas przerw uczniowie wypoczywają aktywnie. Starsi uczniowie chętnie grają w tenisa stołowego, doskonaląc swoje umiejętności, natomiast młodszy spędzają czas w kąciku zabaw „Radosna Szkoła”.







 Rok szkolny  
w ruchu

