

Program aktywizacji ruchowej w szkole i w jej otoczeniu

Cele działania:

- Poprawa kondycji fizycznej i zdrowia uczniów Gimnazjum nr 3 w Tarnobrzegu.
- Pozyskanie dla edukacji prosportowej oraz prozdrowotnej szerokiego grona uczniów, ich opiekunów, a także instytucji i osób z dalszego otoczenia szkoły.
- Zapobieganie patologiom zdrowotnym uczniów, wyrabianie w nich potrzeby dbania o siebie przez całe życie i chęci do systematycznego uprawiania sportu.
- Integracja poprzez sport i rekreację całej społeczności szkolnej: uczniów, nauczycieli, rodziców.
- Zacieśnienie więzi rodzinnych oraz społecznych dzięki wspólnemu uprawianiu ruchu przez młodzież i dorosłych.

Adresaci programu:

- Uczniowie Gimnazjum nr 3 w Tarnobrzegu.
- Nauczyciele i inni pracownicy szkoły.
- Rodzice i opiekunowie uczniów gimnazjum.
- Wszystkie osoby i instytucje zainteresowane rezultatami projektu.

Spodziewane rezultaty programu:

- Nawiązanie i utrwalenie stałej współpracy szkoły z instytucjami partnerskimi, jak również innymi podmiotami powołanymi do propagowania zdrowego stylu życia w społeczeństwie.
- Wzrost ogólnego zainteresowania sportem i rekreacją u uczniów Gimnazjum nr 3 w Tarnobrzegu.
- Zwiększenie udziału uczniów w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego i dodatkowych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.

- Profilaktyka zdrowotna, zapobieganie nadwadze, wadom kręgosłupa i postawy, chorobom układu krążenia, oddechowego spowodowanym brakiem ruchu wśród młodzieży.
- Popularyzacja nowych form aktywności ruchowej, pozwalających ćwiczyć jak najszerszej grupie gimnazjalistów, w tym również uczniom nieprzejawiającym większego zainteresowania sportem, otyłym i cierpiącym na różne dolegliwości chorobowe.
- Podniesienie wśród dorosłych (w gronie pedagogicznym, u rodziców i opiekunów uczniów) teoretycznej wiedzy na temat korelacji między ogólną kondycją fizyczną człowieka a jego aktywnością fizyczną.
- Zapewnienie nauczycielom, rodzicom i młodzieży możliwości udziału w imprezach sportowo-rekreacyjnych organizowanych przez szkołę i inne instytucje bądź stowarzyszenia.
- Integracja całego środowiska szkolnego, zacieśnienie więzi społecznych i rodzinnych.

Sposoby realizacji programu

- Promocja aktywności ruchowej w środowisku gimnazjalistów i wśród dorosłych poprzez przeprowadzenie przy wsparciu instytucji partnerskich i za pośrednictwem nauczycieli wychowania fizycznego, wychowawców poszczególnych klas szkolnych oraz szkolnej higienistki akcji informacyjnej na temat zdrowego stylu życia i roli sportu dla ogólnej psychofizycznej kondycji człowieka.
- Pozyskanie i wyprodukowanie własnych materiałów propagujących zdrowy tryb życia oraz aktywność ruchową (ulotek, broszur, plakatów) dla uczniów, nauczycieli, rodziców i opiekunów młodzieży.
- Zwiększanie zainteresowania uczniów sportem poprzez tworzenie warunków do uprawiania dyscyplin szczególnie przez nich preferowanych, urządzenie jedno- i wielodniowych wyjazdów szkolnych w celu praktykowania ciekawych form aktywności ruchowej.
- Praca z wybranymi grupami młodzieży uprawiającymi określone obszary i dyscypliny sportu (żeglarstwo, taniec, tenis stołowy, siatkówkę).

- Zdiagnozowanie możliwości szkoły w zakresie organizacji wspólnych imprez sportowo-rekreacyjnych dla jej uczniów, nauczycieli i pozostałych pracowników, jak również rodziców i opiekunów młodzieży.
- Aranżowanie i prowadzenie przy wsparciu instytucji partnerskich pikników rodzinnych na świeżym powietrzu, jak również różnorodnych gier i ćwiczeń sportowo-rekreacyjnych z udziałem młodzieży i dorosłych.
- Promocja działań szkoły i instytucji udzielających jej wsparcia w sferze sportu i rekreacji ruchowej w środowisku lokalnym za pośrednictwem dostępnych mediów (strony internetowej, regionalnej prasy, radia, telewizji).