

„Sportowo żyj - żyj kolorowo”



W okresie od 15 czerwca do 14 września 2012 roku Gmina Ochotnica Dolna Projekt będzie realizowała projekt: " Sportowo żyj- żyj kolorowo!" w ramach poddziałania 9.5 Oddolne inicjatywy edukacyjne na obszarach wiejskich Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki.

Zakłada on organizację w czasie wakacji zajęć dla dzieci i młodzieży z terenu naszej gminy poprzez wykorzystanie walorów geograficznych okolicy oraz zaplecza sportowego kompleksu "Orlik" zlokalizowanego przy Szkole Podstawowej w Ochotnicy Dolnej Centrum.

W ramach projektu wsparciem obejmiemy dzieci i młodzież z terenu naszej gminy wyrażającą chęć uczestnictwa w zajęciach sportowych i rekreacyjnych a w przypadku zbyt wielu chętnych weźmiemy pod uwagę wskazania zdrowotne do uczestnictwa w zajęciach (dysfunkcje, wady postawy, niedobór masy ciała) - w pierwszej kolejności z największymi problemami.

Zachęcanie młodzieży do aktywnego spędzania wolnego czasu oraz intensywne promowanie zdrowego stylu życia w tej grupie społecznej może znacząco wpłynąć na redukcję ryzyka chorób cywilizacyjnych wynikających z niskiej aktywności fizycznej. Należy wykorzystać dużą popularność niektórych dyscyplin sportowych wśród młodzieży w celu zwiększenia poziomu aktywności fizycznej - aby zamiast siedzieć godzinami przy komputerze młodzi ludzie polubili wysiłek fizyczny.

Położymy duży nacisk na popularyzację aktywnego stylu życia, a więc rodzinnych zawodów sportowych, weekendów ze sportem i turystyką, zdrowego odżywiania.

Sprzęt sportowy zakupiony w czasie trwania projektu będzie stanowił wyposażenie szkoły i Orlika, wykorzystamy go również przy organizacji zawodów sportowych i imprez międzyszkolnych.

Realizatorem bezpośrednim Projektu będzie Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Ochotnicy Dolnej Centrum.

W ramach Projektu zorganizujemy 16 godzin zajęć gimnastycznych dla 1 grupy dziewcząt z gimnazjum. Gimnastyka zespołowa przy muzyce będzie innowacyjną i atrakcyjną formą prowadzenia zajęć, które poprowadzi profesjonalny instruktor fitness i gimnastyki sportowej.

W dobie rozkwitu schow tanecznego w telewizji, młodzież jest zafascynowana tańcem

nowoczesnym i chcemy to wykorzystać, wprowadzając innowacyjny dla nich sposób zajęć ruchowych. Zajęcia poprowadzi profesjonalna firma zajmująca się nauką tańca. Powstaną 2 grupy 20 osobowe, z których każda będzie uczestniczyła w 16 godzinach zajęć.

Dla 20 osobowej grupy wiekowej 8-10 lat proponujemy zajęcia piłki nożnej, dla uczniów w wieku 10 -15 lat zorganizujemy zajęcia piłki siatkowej i koszykowej (2grupy 20 osobowe po 16 godzin zajęć) a dla młodzieży (16 i więcej lat) zajęcia piłki koszykowej i siatkowej (2 grupy 20 osobowe po 16 godzin zajęć).

Zajęcia piłki nożnej poprowadzi trener piłkarski, a pozostałe zajęcia nauczyciele WF.

Dzieci młodsze (20 osób w wieku 7-10 lat) będą uczestniczyły w zabawach ruchowych prowadzonych przez nauczyciela WF, gdzie poprzez współzawodnictwo będą mogły uczyć się zasad fair play.

Dla starszej młodzieży zorganizujemy 2 wycieczki sprawnościowe w okoliczne góry przygotowane przez profesjonalną firmę z udziałem ratownika górskiego (15 osób). Nauczymy młodzież jak zachować się w czasie powodzi, jak radzić sobie w górach w sytuacjach zagrożenia np.: burza, śnieżycyca, zbłądzenie, spotkanie z dzikimi zwierzętami, gdzie mogą poruszać się bez opieki dorosłych.

Mobilizacją do systematycznego udziału w zajęciach będzie 2-dniowy wyjazd do indiańskiej wioski dla 40 osób. Uczestnicy wezmą tam udział w zabawach i konkurencjach sprawnościowych, nauczą się nowych form aktywności, poznają kulturę Indian.

W sierpniu zorganizujemy rodzinny piknik sportowy, podczas którego rodzice i dzieci będą współuczestniczyli w zmaganiach sportowych. Podczas pikniku będziemy promować zdrowy styl życia, przygotujemy bufet z ekologiczną żywnością.

Zapraszamy do udziału w Projekcie uczniów szkół podstawowych, gimnazjów i szkół średnich zamieszkujących na terenie Gminy Ochotnica Dolna.

Rekrutacja uczestników do projektu rozpocznie się w czerwcu br.

Zachęcamy wszystkich chętnych do aktywnego spędzenia tegorocznych wakacji.