**EURÓPSKY TÝŽDEŇ ŠPORTU NA NAŠEJ ŠKOLE**

**ORGANIZÁCIA A PROGRAM**

**TERMÍN: 1.10-5.10 2018**

* Počas celého týždňa sa budú snažiť žiaci a učitelia chodiť do školy oblečení v športovom.
* V jednom z dní (deň sa stanoví podľa počasia) počas týždňa sa uskutoční športový deň pre žiakov.
* Každý vyučovací deň sa začne náučným okienkom o zdravom životnom štýle a spoločnou rannou rozcvičkou prostredníctvom školského rozhlasu.
* Informácie z náučného okienka budú potrebné počas športového dňa v jednej zo súťažných disciplín.
* Náučné okienko a rozcvička budú vždy začínať presne 5 minút po začatí prvej vyučovacej hodiny (7:35h) prostredníctvom školského rozhlasu.
* Potom sa pokračuje v normálnom vyučovaní.
* V každej triede určí učiteľ, ktorý tam bude mať práve hodinu dvoch žiakov, ktorí budú pred tabuľou počas trvania pesničky predcvičovať ostatným spolužiakom.
* Každá trieda bude za svoju snahu, počas rozcvičky odmenená bodmi, ktoré zapíše na vopred pripravnú kartičku učiteľ na danej hodine.

Tento učiteľ podľa stupnice bodovania vždy rozhodne, koľko bodov si trieda za výkon podaný počas rozcvičky zaslúži.

* V prípade, že budú žiaci rozdelení na skupiny – zarátavajú sa body tej skupine žiakov z triedy, ktorá dosiahla vyšší počet bodov na konkrétnej hodine.
* Každá trieda môže získať v každý deň aj bonusové body za príchod do školy na bicykli. To znamená- za každý bicykel jeden bod. Tieto bonusové body taktiež zapíše učiteľ, ktorý bude mať v danej triede prvú vyučovaciu hodinu.
* **Ten, kto bude cvičiť poctivo, urobí počas pesničky 40 drepov.**
* **Dokopy za 5 dní pri poctivom cvičení je možné urobiť až 200 drepov.**

**STUPNICA BODOVANIA:**

* 10 bodov - cvičila celá trieda
* 7 bodov - do cvičenia sa zapojilo okolo 75% žiakov triedy
* 5 bodov - do cvičenia sa zapojilo okolo 50% žiakov triedy
* 3 body - sa zapojilo okolo 30% žiakov triedy
* 0 bodov – pasivita, odignorovanie rozcvičky

**BONUSOVÉ BODY:** príchod do školy na bicykli - 1 bicykel = 1bod

 **Športový deň organizácia:**

**KATEGÓRIE:**

* + - **Najmladší žiaci**
			* + 1 a 2 ročník
				+ 3,4 a 5 ročník
		- **Mladší žiaci**
			* + 6 a 7 ročník
		- **Starší žiaci**
			* + 8 a 9 ročník

**Princíp súťaženia:**

* Jedna trieda = jedno družstvo
* Triedny učiteľ = kapitán družstva
* Na každom stanovišti súťažia vždy iba štyria členovia družstva – **podmienka: vždy dvaja chlapci a dve dievčatá!!!**
* Každý žiak sa musí zapojiť aspoň do jednej discplíny
* **V TELOCVIČNI OSTATNÍ ČLENOVIA DRUŽSTVA, KTORÍ PRÁVE NEBUDÚ V DANOM OKAMIHU SÚŤAŽIŤ MUSIA SEDIEŤ NA LAVIČKE, KTORÁ BUDE K DISPOZÍCII PRI KAŽDOM STANOVIŠTI!!!**
* Pri nedodržiavaní pravidiel a neprimeranom správaní sa niektorého z členov družstva bude nariadená diskvalifikácia celého družstva na aktuálnom stanovišti.
* Každá trieda obdrží na samom začiatku výkonnostnú kartičku, do ktorej sa im na každom stanovišti zapíše dosiahnutý výkon. Každá trieda absolvuje stanovištia /discplíny vždy v takom poradí, ako ich bude mať uvedené na kartičke.
* Po absolvovaní všetkých disciplín odovzdá kapitán družstva svoju kartičku vedúcemu súťaže.
* Za dosiahnuté výkonny budú pridelené každej triede body nasledovnou formou:
* Trieda, ktorá dosiahla vo svojej kategórii v učitej disciplíne najlepší výkon (napr. čas) obdrží 10 bodov, trieda s druhým najlepším výkonom 9 bodov, trieda s tretím výkonom 8 bodov atď...
* Najmenej bodov vždy dosiahne trieda s najhorším výkonom v danej disciplíne.

**VYHODNOTENIE A VÝSLEDKY :**

* V každej kategórii sa na konci týždňa stane víťazom tá trieda, ktorej sa podarí počas celého týždňa nazbierať najviac bodov.
* Zarátavajú sa body z ranných rozcvičiek, bonusové body a body zo športového dňa.
* Víťaz každej kategórie získa putovný pohár, ktorý bude zdobiť jeho triedu počas celého roka.

**NAJMLADŠÍ ŽIACI (1,2,3,4,5 ročník) – DISCIPLÍNY:**

* TÍMOVÝ SKOK DO DIAĽKY Z MIESTA
* ŠTAFETOVÉ SEDĽAHY (4X 15 ľah-sedov)
* ŠTAFETOVÝ ČLNKOVÝ BEH – 4x10m
* PODÁVANÁ
* HOD LOPTIČKOU NA PRESNOSŤ (4x3pokusy)
* VEDOMOSTNÁ ÚLOHA
* ŠTAFETOVÁ PREKÁŽKOVÁ DRÁHA

**MLADŠÍ ŽIACI (6,7 ročník) – DISCIPLÍNY:**

**SÚŤAŽNÉ DISCIPLÍNY V TELOCVIČNI:**

* TÍMOVÝ SKOK DO DIAĽKY Z MIESTA
* TÍMOVÁ STREĽBA NA BASKETBALOVÝ KÔŠ -1min.
* ŠTAFETOVÉ SEDĽAHY (4X 15 ľah-sedov)
* ŠTAFETOVÝ ČLNKOVÝ BEH – 4x10m
* TÍMOVÝ ŠPLH NA TYČI

**SÚŤAŽNÉ DISCIPLÍNY V ŠPORTOVOM AREÁLI:**

* VEDOMOSTNÁ ÚLOHA
* TÍMOVÝ CEZPOĽNÝ GOLF
* TÍMOVÁ ŠTAFETA - BEH NA 4 X 1kolo
* TÍMOVÁ CHODZA NA DREVENÝCH LYŽIACH
* PODÁVANÁ

**STARŠÍ ŽIACI(8,9 ročník) – DISCIPLÍNY:**

**SÚŤAŽNÉ DISCIPLÍNY V TELOCVIČNI:**

* TÍMOVÝ SKOK DO DIAĽKY Z MIESTA
* TÍMOVÁ STREĽBA NA BASKETBALOVý KÔŠ -1min.
* ŠTAFETOVÉ SEDĽAHY (4X 15 ľah-sedov)
* ŠTAFETOVÝ ČLNKOVÝ BEH – 4x10m
* TÍMOVÝ ŠPLH NA TYČI

**SÚŤAŽNÉ DISCIPLÍNY - ŠPORTOVÝ AREÁL:**

* VEDOMOSTNÁ ÚLOHA
* HOD PLNOU LOPTOU
* TÍMOVÝ CEZPOĽNÝ GOLF
* TÍMOVÁ ŠTAFETA - BEH NA 4 X 1kolo
* TÍMOVÁ CHODZA NA DREVENÝCH LYŽIACH
* PODÁVANÁ

**Poznámka :**

V každej disciplíne sa vyžaduje tímový duch a dobrá spolupráca.

 Mgr.Habovštiak Lukáš