

FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY

SZKOŁA DOBRYCH PRAKTYK

TYTUŁ/NAZWA „Dobrej praktyki”	Igrzyska Kalinowszczyzny
NAZWA SZKOŁY/PLACÓWKI	Szkoła Podstawowa nr 23 im. Olimpijczyków Polskich w Lublinie
ADRES SZKOŁY/PLACÓWKI	20-126 Lublin, ul. Podzamcze 9
TELEFON	81 747 18 82
FAKS	81 747 18 82
E-MAIL	sp23@um.lublin.pl
STRONA INTERNETOWA	www.sp23.lublin.pl
DYREKTOR SZKOŁY ZGŁASZAJĄCY PRZYKŁAD „Dobrej praktyki”	Marcin Stec
OSOBA UPOWAŻNIONA DO KONTAKTU (imię, nazwisko, telefon, e-mail)	Berta Belniak, Piotr Koczur, Marcin Stec, 81 747 18 82, sp23@um.lublin.pl

OPIS DOBREJ PRAKTYKI

OPIS DOBREJ PRAKTYKI (opis przesłanek, problemów, potrzeb, które zainspirowały realizację projektu, a także krótka charakterystyka podjętego działania)	<p>Inspiracją do realizacji Igrzysk Kalinowszczyzny, było i jest imię, jakie nosi Szkoła Podstawowa nr 23 w Lublinie – Olimpijczyków Polskich oraz przypadające w 2008 r. 90-lecie naszej szkoły. Chcieliśmy, aby idee olimpijskie były znane wśród uczniów i społeczności lokalnej. Jako wieloletni mieszkaniec dzielnicy Kalinowszczyzna pragnąłem również zintegrować środowisko uczniów i rodziców ze szkół, które mają swoją siedzibę w tej dzielnicy. Igrzyska są doskonałą okazją do kształtowania w uczniach właściwych postaw prozdrowotnych w duchu idei olimpijskiej i zasad fair-play.</p> <p>Każdego roku Igrzyska zaczynamy uroczystym otwarciem: zapaleniem</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

znicza, wniesieniem flagi olimpijskiej oraz odśpiewaniem hymnu olimpijskiego.

W 2008 r. ogień „olimpijski” został przyniesiony ze szkoły do wawozu na Kalinowszczyźnie przez uczniów i lubelskich olimpijczyków – Małgorzatę i Leszka Duneckich, w asyście policji. Następnie odbyło się uroczyste złożenie przysięgi przez reprezentantów drużyn, w której przyrzekli m.in. rywalizować zgodnie z zasadami fair-play.

Podczas **I Igrzysk Kalinowszczyzny** zawody przygotowaliśmy, w taki sposób aby każda drużyna składała się z ucznia, rodzica i nauczyciela – zawody na czas m.in. wyścigi rzędów, biegi, rzut do celu, rzut do kosza, skok w dal, slalom z piłką. Rozegrano również turniej siatkówki.

Medale i nagrody wręczyła p. Małgorzata Dunecka – lubelska olimpijka.

Podczas **II Igrzysk** zdecydowaliśmy się na formułę „Igrzysk na wesoło”.

Konkurencje dla klas I – III: „Prześcieradło z dziurami” – w określonym czasie należało przez otwory w prześcieradle przełożyć jak największą ilość piłeczek; Rzuty do celu – tarcza ułożona na ziemi; „Przelewanie wody kubeczkami” – zawodnicy mieli za zadanie jak najszybciej napełnić butelkę wodą; Strzał na bramkę; Bieg z piłeczką ping-pongową na łyżce; Skok w dal z miejsca.

Konkurencje dla klas IV – VI: Slalom z kozłowaniem; Przejście pod i nad płotkiem lekkoatletycznym z piłeczką ping-pogową na łyżce; Rzut ringiem na tyczkę; „Prześcieradło z dziurami”; Żonglerka – piłka nożna; „Przenoszenie piłek na ręczniku – zawodnicy w określonym czasie mieli przenieść jak największą ilość piłek.

We wrześniu 2010 r. w naszej szkole zostały otwarte nowe obiekty sportowe, dzięki temu mogliśmy zorganizować **III Igrzyska** na terenie szkoły.

Rozegrano następujące konkurencje:

Klasa I: „Sadzenie ziemniaków”- wyścig na czas z wkładaniem do misek i wyjmowaniem woreczków -zawodnik biegnie z woreczkami i wkłada je do poszczególnych misek obiega pacholek i wraca zbierając woreczki, przekazuje je następnemu zawodnikowi, woreczki muszą być włożone do

misek; Slalom pod ławeczką – zawodnik biegnie do ławeczki i wykonuje slalom pod ławeczką obiega pacholek i wraca po prostej do mety, zmiana zawodnika. Punktuje się najlepszy czas; Puzzle – zawodnicy mają po kolei ułożyć dany kształt z sześciu części. Każdy zawodnik układa jedną część. Punktujemy czas oraz dokładność wykonania.

Klasa II: Przenoszenie piłeczek pingpongowych kubkiem z pojemnika do pojemnika. Zawodnik trzymając kubek biegnie do pojemnika z piłeczkami, nabiera kubkiem piłeczki i przenosi je do drugiego pojemnika. Punktujemy ilość piłeczek doniesionych oraz czas; Toczenie slalomem dużej gumowej piłki. Punktujemy czas wykonania zadania przez cały zespół; Rzuty do celu - do ustawionego w odległości pojemnika każdy zawodnik wrzuca piłkę gumową. Punktujemy ilość trafnych rzutów.

Klasa III: Wyścig na czas, skoki na piłce gumowej z uszami. Punktowany jest czas; „Toczenie beczki” – wyścig wahadłowy. Zawodnicy mają jak najszybciej przetoczyć beczkę z jednej strony na drugą. Zawodnicy ustawiają się po trzech naprzeciw siebie w pewnej odległości. Zawodnik startuje w chwili przekroczenia mety przez partnera toczącego beczkę. Punktujemy czas; Rzuty do celu woreczkiem. Na materacu położone jest koło hula-hop a w nim miska. Punktujemy celność rzutu. Za rzut na materac jest 1 pkt., za rzut do koła 2 pkt., za rzut do miski 3 pkt. Zawodnik rzuca tylko raz.

Klasy IV-VI: Rzuty wolne z linii do kosza na czas. Zawodnik rzuca piłkę do kosza, następnie zbiera i podaje kolejnemu zawodnikowi. Czas 2 min. Punktujemy ilość trafnych rzutów; Rysowanie kół olimpijskich na czas. Zadaniem jest wypełnienie konturów kół właściwym kolorem. Ostatni zawodnik określa nazwę kontynentu przy odpowiednim kole. Punktujemy czas oraz poprawność wykonania; Skoki na piłce gumowej z uszami-wyścig na czas. Punktujemy czas wykonania zadania;

Rozegrano również konkurencje na krytej pływalni: Przed rozpoczęciem zawodów na basenie, odbywa się losowanie torów. Na zespół przypada jeden przybór w danej konkurencji. Przy przekazywaniu przyboru zawodnicy wychodzą z wody. We wszystkich konkurencjach punktowany jest czas wykonania zadania. Wszystkie konkurencje – wyścig wahadłowy.

Mała niecka

Klasa I: „Wyścigi Azorków” – przemieszczanie się dowolne w wodzie

	<p>z rękawkami. Wyścig wahadłowy. Start z siadu, wślizg do wody.</p> <p>Klasa II: „Wyścigi makaronów” – przemieszczanie dowolne w wodzie w kole z makaronu.</p> <p>Klasa III: Wyścig desek – przemieszczanie się dowolne w wodzie na deskach.</p> <p>Duża niecka</p> <p>Klasa IV: Wyścigi na makaronach – po skoku do wody na nogi, zawodnicy siadają okrakiem na makaronach i w dowolny sposób przemieszczają się na dystansie 25 m.</p> <p>Klasa V: Wyścigi na deskach – po skoku na nogi do wody zawodnicy układają się na deskach i płyną na dystansie 25 m.</p> <p>Klasa VI: Wyścigi z piłką – po skoku na nogi do wody zawodnicy układają się w wodzie na piersiach, piłkę trzymają w wyprostowanych ramionach, nogi do kraula i płyną 25m</p> <p>Podczas każdego Igrzysk nagradzani byli kibice ze szkół – za transparent, hasło szkoły, stroje. Zawodnicy, którzy rywalizowali w poszczególnych konkurencjach otrzymywali medale i nagrody rzeczowe.</p> <p>Co roku zapraszamy szkoły z dzielnicy Kalinowszczyzna oraz gościnnie szkoły z sąsiednich dzielnic, chcemy w ten sposób zachęcić dzieci do aktywnego uprawiania sportu i rekreacji.</p> <p>Honorowy patronat nad Igrzyskami objęli: Prezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego oraz Przewodniczący Rady Dzielnicy Kalinowszczyzna. Zawsze zapraszamy media do relacjonowania naszych działań.</p> <p>Igrzyskom Kalinowszczyzny towarzyszą również konkursy połączone z tematyką Igrzysk Olimpijskich np. konkurs na latawiec, w związku z IO w Pekinie.</p>
<p>REZULTATY/KORZYŚCI</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Poczucie przynależności do wspólnoty lokalnej dzielnicy. • Integracja szkół podstawowych z dzielnicy Kalinowszczyzna. • Przybliżanie idei olimpijskiej. • Współpraca z Polskim Komitetem Olimpijskim.

	<ul style="list-style-type: none"> • Rywalizacja sportowa w duchu zasad fair-play. • Kształtowanie właściwych postaw kibica – kibicujemy fair. • Propozycja zagospodarowania czasu wolnego ucznia w sposób czynny. • Propagowanie postaw prozdrowotnych. • Uświadomienie potrzeby zdrowego stylu życia. • Ukazywanie pozytywnego wizerunku szkoły.
PROBLEMY I PRZESZKODY W REALIZACJI	Pozyskanie funduszy na nagrody.
RADY I WSKAZÓWKI	Praktyka może mieć zastosowanie w dzielnicach miast oraz gminach.
INSTYTUCJE/ORGANIZACJE WSPÓŁPRACUJĄCE w realizacji działania	Polski Komitet Olimpijski, Rada Dzielnicy Kalinowszczyzny
ZAŁĄCZNIKI (dodatkowe materiały uzupełniające)	Prezentacja w formacie PDF – II Igrzyska Kalinowszczyzny 2009 r. Prezentacja w formacie PDF – III Igrzyska Kalinowszczyzny 2010 r.