Magiczny Kraków

Młodzieżowe Spotkania z Lekką Atletyką

2021-03-25

Wydział Sportu Urzędu Miasta Krakowa i Kraków Athletics Team zapraszają wszystkich chętnych do uczestnictwa w zajęciach upowszechniających lekką atletykę wśród dzieci i młodzieży.

Przejdź do:

OPIS PROGRAMU >>>

Program realizowany jest w celu wzrostu aktywności ruchowej i edukacyjnej, rozwoju indywidualnych zainteresowań dzieci i młodzieży, a także popularyzacji samej lekkiej atletyki jako najprostszej formy uprawiania sportu. Adresowany jest do dzieci ze szkół podstawowych, ponadpodstawowych jak również ich rodziców.

„Młodzieżowe Spotkania z Lekką Atletyką” to upowszechnianie sportu, pobudzenie do aktywności fizycznej młodzieży nie tylko podczas szkolnych zajęć w-f-u, ale takżew czasie wolnym. Popularność „Królowej Sportu” w Polsce i nowatorskie podejście do procesu szkoleniowego, dają nadzieję na sukces. Projekt powstał również po to, by przez ciągłość i dynamikę zajęć propagować zdrowy tryb życia dzieci i młodzieży. Tym bardziej, że lekka atletyka to sport gwarantujący harmonijny rozwój dziecka. Program to również zrównywanie szans rozwoju sportowego młodzieży różnych środowisk.

Głównymi celami programu są m.in.:

a. Wzrost aktywności ruchowej i edukacyjnej wśród krakowskich dzieci i młodzieży – rozwijanie indywidualnych zainteresowań.
b. Popularyzacja lekkiej atletyki wśród krakowskich dzieci i młodzieży.
c. Możliwość uczestniczenia w zorganizowanych, systematycznych i atrakcyjnych zdalnych zajęciach sportowych w postaci
e-konferencji, poprzez portale społecznościowe oraz strony internetowe: www.lekkoatletyka.net.pl, www.krakowathleticsteam.pl
d. Udostępnienie tematycznych paneli filmowych obejmujących różne zestawy ćwiczeń do realizacji podczas zdalnych treningów
w różnych warunkach oraz przy wykorzystaniu różnych przyborów i przyrządów. Materiał dostępny na stronach internetowych: www.lekkoatletyka.net.pl, www.krakowathleticsteam.pl oraz portalach społecznościowych Facebook, Instagram, YouTube.
e. Edukacja dzieci i młodzieży poprzez udział w nowatorskim programie o lekkiej atletyce – prezentacja sylwetek znanych sportowców (sylwetki znanych olimpijczyków, medalistów mistrzostw Świata i Europy). Materiał dostępny na stronach internetowych: www.lekkoatletyka.net.pl, www.krakowathleticsteam.pl oraz portalu społecznościowym Facebook.
f. Zapoznanie uczestników programu z poszczególnymi konkurencjami lekkoatletycznymi - techniką, metodyką i taktyką rywalizacji sportowej. Poznawczym celem jest wzrost wiedzy o lekkiej atletyce, przybliżenie jej wszechstronności oraz poprawa umiejętności ruchowych wśród dzieci i młodzieży.

g. Udostępnienie tematycznych konspektów zajęć obejmujących różne zestawy ćwiczeń do realizacji podczas zdalnych treningów
w różnych warunkach oraz przy wykorzystaniu różnych przyborów i przyrządów.
h. Stworzenie oraz przygotowanie testów sprawności fizycznej do realizacji podczas zdalnych treningów w różnych warunkach oraz przy wykorzystaniu różnych przyborów i przyrządów.
i. Podnoszenie poziomu wiedzy o zdrowotnym wpływie uprawiania Lekkiej Atletyki poprzez udział dzieci i młodzieży w programie.
j. Podnoszenie poziomu zdrowotnego dzieci i młodzieży poprzez ich udział w kierowanych zajęciach lekkoatletycznych.
k. Wzrost świadomości rodzica w zakresie pozytywnego wpływu aktywności ruchowej na prawidłowy rozwój osobowy dziecka.
l. Wyzwalanie pozytywnych cech wolicjonalnych wśród uczestników.
m. Nauka szacunku dla „przeciwnika”, który jest nieodzownym elementem współzawodnictwa sportowego.
n. Zakorzenienie w uczestnikach zasad fair-play w ramach rywalizacji sportowej oraz w życiu codziennym.
o. Przeciwdziałanie patologiom społecznym, m.in.: agresji fizycznej i psychicznej.
p. Zaangażowanie rodziców we wzmacnianie więzi rodzicielskich poprzez realizację wspólnych zainteresowań.
q. Zachęcenie jak największej ilości dzieci i młodzieży do udziału w programie.
r. Poszukiwanie najzdolniejszych uczestników, którzy w przyszłości mogą reprezentować Kraków na najważniejszych imprezach światowych.

Więcej informacji o programie znajduje się na stronie Kraków Athletics Team.