Aktywni RAZEM! Krakowskie szkoły promują sport i rekreację

2024-06-25

Pikniki sportowe, gry i zabawy ruchowe, zawody i turnieje, treningi i spacery – w okresie letnim dzieciom i młodzieży nie brakuje motywacji ani pomysłów na to, jak aktywnie spędzać czas na wolnym powietrzu. Dbają o to krakowskie szkoły i młodzieżowe domy kultury, które wzorem poprzednich lat włączyły się w czwartą edycję miejskiej kampanii sportowo-rekreacyjnej „Kraków w formie”.

Kolejny raz kampania „Kraków w formie” zachęca mieszkańców do ruchu i aktywności fizycznej oraz odkrywania możliwości, jakie daje miejska infrastruktura sportowa i rekreacyjna. Pod hasłem „Aktywni RAZEM!” do akcji włączyły się krakowskie szkoły, dysponujące miejscami do uprawiania różnego rodzaju dyscyplin oraz kadrą, która na co dzień szkoli dzieci i młodzież.

Szkoły podstawowe, licea, technika i szkoły branżowe, a także szkoły specjalne oraz młodzieżowe domy kultury przygotowały mnóstwo propozycji aktywnego spędzania czasu na terenie szkolnym i poza nim, a wiele z nich skierowanych jest nie tylko do uczniów, ale też do całych rodzin. Pomysły te pokazują, że sport może być ciekawy, różnorodny i zapewniać wszechstronny rozwój, nie tylko fizyczny, ale także emocjonalny i społeczny.

Propozycje zostały podzielone na cztery bloki tematyczne. Pierwszy to „Aktywna świetlica”, czyli organizowane w ramach zajęć świetlicowych zajęcia ruchowe, z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły, a w przypadku budynków zabytkowych, gdy taka możliwość jest ograniczona – z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (np. Plant, Lasu Wolskiego, parków).

Drugi blok, pod hasłem „Szkoła w ruchu, ruch w szkole” oraz „Poznajmy się w ruchu”, przewiduje różnorodne aktywności sportowe (gry i zabawy, ćwiczenia, treningi fitness, biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe), organizowane w szkole (jako aktywne przerwy między lekcjami) oraz na przyszkolnych terenach sportowych i terenach zielonych. Sportowy charakter będą mieć też święta danej placówki.

„Tu też można ćwiczyć” – to blok zakładający zagospodarowanie trzeciej i czwartej godziny WF na zajęcia ruchowe w rekreacyjnej przestrzeni miasta. Ma pokazać inne, poza szkolnymi boiskami, miejsca, które mogą nas inspirować do aktywności fizycznej i ją wzbogacać, a w dalszej perspektywie zachęcić całe rodziny do ruszenia w miasto. Znajdziemy tu na przykład zaproszenie na marszobiegi, tory przeszkód czy gry terenowe w parkach, wycieczki do parku trampolin czy na parkour, wyjścia na osiedlowe siłownie zewnętrzne czy treningi nordic walking.

Część szkół planuje również organizację turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach lub udział w zawodach organizowanych przez rady poszczególnych dzielnic, kluby oraz ośrodki sportowe (m.in. piłka nożna, siatkówka, tenis stołowy, lekkoatletyka).

Tabela z ofertą zajęć sportowych do pobrania [pdf].