



Ideą projektu „**MultiSport**” jest organizacja i prowadzenie systematycznych zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych dla dzieci i młodzieży z klas IV-VI szkół podstawowych. Zajęcia są prowadzone w różnorodnych, nowoczesnych i atrakcyjnych formach, stymulując aktywność fizyczną uczestników.

Dostępna oferta sportów uwzględniać powinna regionalne i lokalne tradycje oraz zakładane w realizacji projektu cele i priorytety. Istotnym założeniem jest również, aby realizowane zajęcia odbywały się na różnych obiektach sportowych, dających możliwość upowszechniania wielu sportów, zachęcając uczestników projektu do wyboru preferowanej formy aktywności fizycznej zgodnie z zainteresowaniami i indywidualnymi predyspozycjami.

Główne cele i oczekiwane efekty realizacji projektu:

- wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży poprzez zwiększenie ich aktywności ruchowej prowadzącej do poprawy sprawności fizycznej, stanu zdrowia i związanej z nim jakości życia;
- upowszechnienie sportu wśród uczniów szkół podstawowych poprzez zwiększenie liczby dzieci i młodzieży uprawiających różne sporty w ramach pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęć sportowych;
- poprawa i rozwijanie zdolności motorycznych dzieci i młodzieży;
- zapoznanie dzieci i młodzieży z różnymi sportami;
- stworzenie oraz poprawa warunków i dostępu do uprawiania zorganizowanej aktywności fizycznej, rozwoju talentów oraz zainteresowań sportowych dzieci i młodzieży;
- wyrównywanie szans dzieci i młodzieży w dostępie do sportu, niezależnie od statusu materialnego rodziców;
- profilaktyka i korygowanie wad postawy;
- zapobieganie zjawiskom patologii społecznych;
- optymalne wykorzystanie terenowej infrastruktury sportowej;
- wzrost liczby dzieci i młodzieży uczestniczących w różnych formach aktywności fizycznej;
- identyfikacja i rozwijanie talentów sportowych.

**Minister Sportu i Turystyki rekomenduje
następującą strukturę realizacji projektu:**

- **blok 1**

zajęcia zawierające metodyczne podstawy upowszechniania lekkiej atletyki, gimnastyki i sportów walki, jako ćwiczenia kształtujące podstawowe cechy motoryczne: siłę, szybkość, zwinność, gibkość i wytrzymałość,

- **blok 2**

gry i zabawy ruchowe oraz gry zespołowe m.in.: [piłka nożna](#), [piłka ręczna](#), [piłka siatkowa](#), [koszykówka](#), [unihokej](#),

- **blok 3**

sporty charakterystyczne dla regionu, z lokalnymi tradycjami oraz sporty sezonowe.

**Zajęcia w naszej szkole.
Zajęcia MULTISPORT
odbywają się w 2 grupach (40 uczniów klas IV-VI)
w dniach :**

Poniedziałki 14.30- 16.00

Wtorki 14.30 – 16.00

Środy 13.30- 15.00

Czwartki 13.45- 15.15

Piątki 13.30- 15.00

