

Савез за школски спорт Србије и Олимпијски комитет Србије реализоваће пројекат „Европска недеља спорта“ а под покровитељством Канцеларије Европске уније у Србији. Концепт Европске недеље спорта замишљен је да се у периоду од 24. до 30. септембра 2021. године реализују различити спортски садржаји намењени школској популацији, деци, одраслима и људима у зрелом добу.

Савез за школски спорт Србије организоваће манифестације намењене искључиво школској популацији у четири града у Србији и то у:

- **Манастиру Милешева, Пријепоље** - петак 24.09.2021. у периоду од 12 до 15 ч,
- **Пиротском граду, Пирот** - понедељак 27.09.2021. у периоду од 12 до 15ч,
- **Жабљу** - уторак 28.09.2021. у периоду од 12 до 15 ч,
- **Градски Трг, Суботица** - среда 29.09.2020. у периоду од 12 до 15 ч.

Зашто Европска недеља спорта?

Програм „Спорт у школе“, поред редовних активности које се реализују у салама за физичко васпитање, подразумевају организацију спортских манифестација и укључивање ученика од 1. до 4. разреда основне школе, реализатора програма–професора физичког васпитања, родитеља и локалне средине у реализацију спортских садржаја.

Постоји објективна потреба да се прикаже јавности, родитељима и свим заинтересованим људима програм, активности деце као развој дечјих способности, вештина и умења. Ни један облик вредности нема значај ако се не презентира и није на оку јавности. Под јавним манифестацијама у физичкој култури подразумевају се приредбе у којима централно место има физичко вежбање. Такође, организација јавних наступа је и уговорна обавеза реализатора пројекта „Спорт у школе“.

Спортска манифестација за ученике овог узраста не треба бити организоване по моделу и стандардима такмичења одраслих где је неминован исход победа или пораз. Водећи рачуна о развојним карактеристикама деце узраста од првог до четвртог разреда основне школе, јавни наступи се организују на начин у којем треба обезбедити позитивно искуство за свакога, да се око деце креира и одржава атмосфера забаве и пријатељства, да се ужива у спорту да се деца друже, забављају и усавршавају спортске вештине и за овај узраст најприкљанији начин организације спортских манифестација је „ТРЕНИНГ НА СТАНИЦАМА“.

Концепција Европске недеље спорта

Део пројекта „Европска недеља спорта“ за чију је реализацију задужен Савез за школски спорт Србије састоји се од четири спортска дана. Сваки спортски дан представља посебну манифестацију која се састоји из две целине:

- КУЛТУРНО-ИСТОРИЈСКА РАДИОНИЦА
- СПОРТСКА РАДИОНИЦА
 - Игре за децу
 - Такмичење за наставнике

КУЛТУРНО-ИСТОРИЈСКА РАДИОНИЦА

Пре спортског дела манифестације, лиценцирани туристички водичи би ученицима представили све културно-историјске знаменитости Града у којој се налазе и то по принципу на једног водича 2 групе (40 ученика), што значи да треба ангажовати 3 водича. Водичи ће на занимљив, деци примерен начин, организовати обилазак знаменитости и упознавање се историјским и културним значајем.

Град: Пријеноље, Пирот, Жабал, Суботица		
р/б	Име и презиме водича	Школе за које је задужен водич
1.		
2.		
3.		

Табела 1. У табелу уписати име и презиме водича (лево) и групе за које ће водич бити задужен (десно)

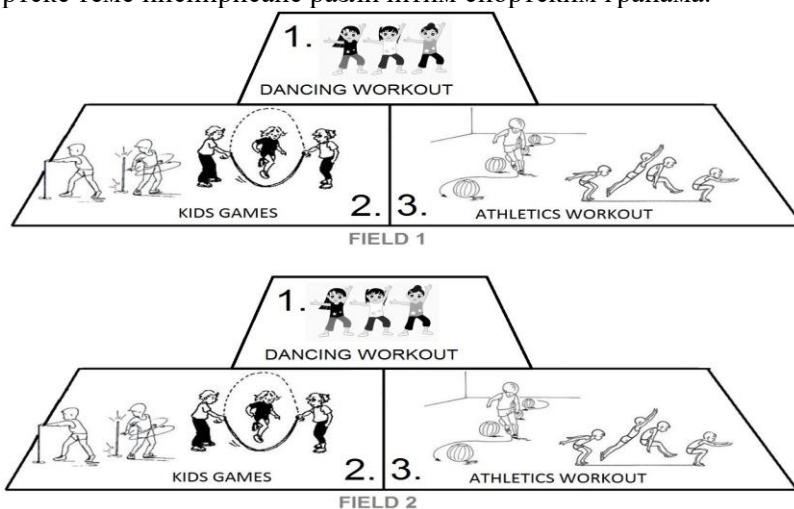
Део пројекта „Европска недеља спорта“ за чију је реализацију задужен Савез за школски спорт Србије састоји се од четири Школска спортска дана. Сваки Школски спортски дан представља посебну манифестацију која се састоји из две целине:

- Игре за децу
- Такмичење за наставнике

СПОРТСКА РАДИОНИЦА

- ИГРЕ ЗА ДЕЦУ

Терен је подељен на четири поља а на сваком пољу се налазе три станице на којем ће се реализовати спортске теме инспирисане различитим спортским гранама.



Слика 1. Терен за реализацију једног Школског спортског дана у оквиру Европске недеље спорта

Манифестација почиње свечаним дефилеом свих група уз звуке корачнице. Након свечаног дефилеа, према протоколу, говорници ће поздравити све учеснике и прогласити Европску недељу спорта отвореном и позвати учеснике да се укључе.

Групе заузимају своје позиције – станице.

Поље 1				Поље 2			
Станица	Школа и наставник	Станица	Школа и наставник	Станица	Школа и наставник	Станица	Школа и наставник
1		2		1		2	
3				3			

Табела 2. У табелу уписати назив школе и наставника на пољу и на станици на којој ће се налазити на терену

„ТРЕНИНГ НА СТАНИЦАМА“ је главни принцип организовања Европске недеље спорта. Састоји се из три тематске станице на којој ће са децом радити њихови наставници/реализатори пројекта „Спорт у школе“. Игре и вежбе које води тренер су разноврсне и забавне и чине следеће ТЕМАТСКЕ ЦЕЛИНЕ:

- ПЛЕСНА ИГРАОНИЦА
- АТЛЕТСКА ИГРАОНИЦА
- ДЕЧИЈЕ ИГРЕ – ШТАП И КАНАП

Програм на једној станици траје од 15 до 20 минута, након чега на знак водитеља долази до ротације, одн. групе мењају станице у смеру казаљке на сату.

ПРИПРЕМА ТЕРЕНА

Неопходно да се изабере и прилагоди терен на којем ће се одржати манифестација. Терен може бити асфалтиран или травнат али такав да омогућава несметану реализацију спортских активности. Терен је подељен на два поља а на сваком пољу се налазе три станице. Тачније, потребно је обезбедити терен димензија **50x50м** јер је за свако поље потребан простор од **25x25м** што значи да је за сваку станицу потребно **12x12м** у оквиру или у близини тврђаве. Важно је добро припремити окружење, што подразумева да ће терен и поља бити јасно и видљиво ограничена.

Све станице ће бити брендиране, јасно одвојене једна од друге и обезбеђени спортски реквизити за реализацију манифестације. Реквизити, потребни на свакој станици (палице, конопци, обручи, атлетске препоне, мердевине, чуњеви...) биће унапред постављени на терен и спремни за употребу. Правилним маркирањем терена јасно се распознају станице и теме на њима.

За реализацију манифестације на терену ће бити постављено озвучење и обезбеђен водитељ. Манифестација ће бити пропраћена прикладном дечјом музиком.



Слика 2. Тематска поља за реализацију једног спортског дана у оквиру Европске недеље спорта

УЧЕСНИЦИ

На овако конципираној спортској манифестацији учешће могу узети **6** група, односно **120** ученика у једном граду (укупно 500 учесника). Учесници ће бити ученици млађег школског узраста (од 1. до 4. разреда основне школе) и 6 наставника разредне наставе-учитеља. Један наставник има обавезу да поведе **20 ученика првог, другог, трећег или четвртог разреда.**

На терену у непосредном раду са децом је наставник физичког васпитања који реализује садржаје на свакој станици.

Учесници спортског дана на тврђави у Пријеполју/Пироту/Жабљу/Суботици:

р/б	Град	Школа	Наставник	Тренер на терену	станица
1.					1 / поље I
2.					2 / поље I
3.					3 / поље I
4.					1 / поље II
5.					2 / поље II
6.					3 / поље II

Табела 3. Уписати учеснике пројекта, назив школе, име и презиме наставника и тренера на терену

На терену у непосредном раду са децом је наставник физичког васпитања који реализује садржаје на свакој станици.

НАГРАДЕ ЗА УЧЕСНИКЕ

Савез за школски спорт Србије ће за свако дете обезбедити мајицу и диплому за учешће.

ТАКМИЧЕЊЕ ЗА НАСТАВНИКЕ

По завршеном програму на последњој станици учесници се враћају на почетне позиције. Након дечије игре, организоваће се такмичење за наставнике/реализаторе пројекта „Спорт у школе“ на којем ће деца имати прилике на навијају за свог наставника. Такмичење ће се одржати у трци на шулама и у цаковима. За сваког учесника ће бити обезбеђена награда у виду дипломе за учешће на Европској недељи спорта, коју учесници добијају по завршетку спортског дана.

ПРОТОКОЛ

12.00	Долазак екипа и упознавање са водичем
12.15-13.00	Обилазак
13.00-13.15	Припрема за Спортски део манифестације
13.15-13.25	Церемонија Свечаног отварања
13.15	Уводна реч модератора
13.18	Реч званице
13.20	Реч модератора и дефиле екипа/учесника
13.30-13.45	Игре и активности по станицама
13.45	Прва ротација
13.50-14.05	Игре и активности по станицама
14.05	Друга ротација
14.10-14.25	Игре и активности по станицама
14.25-15.00	Додела награда, освежење
15.00	Повратак

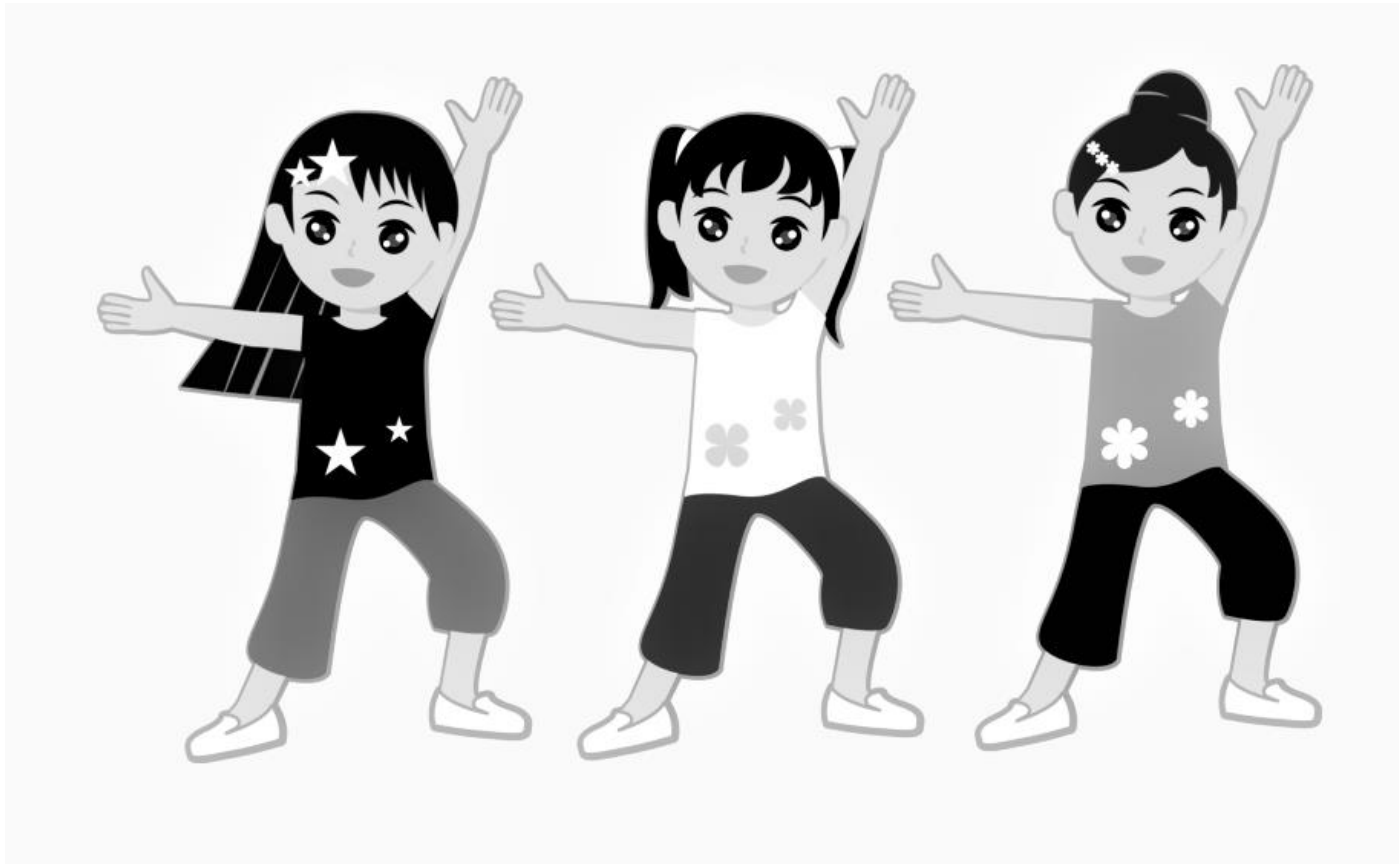
Напомена:

Све игре су предлог, сваки тренер има право да коригује и сам направи програм рада на свакој станици а да, ипак, одговори на задату тему!

СТАНИЦА 1 - ПЛЕСНА ИГРАОНИЦА

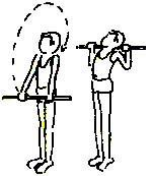
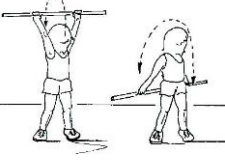


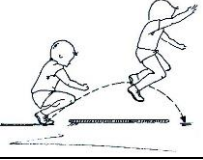






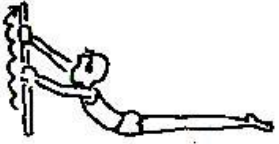
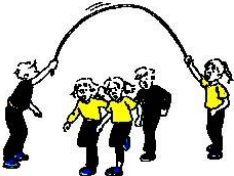
Плесну радионицу ће водити наставник физичког васпитања са искуством у фитнесу. Ученици ће се налазити на растојању, тако да ће сваку ученик имати на располагању 4м². Не излазећи из своје зоне, ученик ће плесати у ритму музике, опонашајући покрете инструктора.

Плесни покрети, биће једноставни, прилагођени узрасту и искуству ученика и биће преузети из аеробика, зумбе и осталих кореографисаних програма вежбања.



СТАНИЦА 2 - ИГРАОНИЦА ДЕЧИЈЕ ИГРЕ (ИГРЕ „ШТАП И КАНАП“)

Приликом извођења вежби обиловања, треба водити рачуна о дистанци између деце. На терену ће бити обезбеђено 4м² по детету и обележено место на којем ће дете изводити вежбе обликовања. На крају активности треба направити колону са размаком од 2 метра и извести игру

Ток активности					
узручити – савијањем лактова довести палицу иза главе		искрет палицом		у стојећем положају предручити палица је у рукама провући једну па другу ногу између руку и палице	
пропелер, палица се окреће око уздужне осе обема рукама		суножно, бочно прескакање палице која је постављена на поду		поставити палицу на под вертикално и непуштајући је окренути се испод руке	
у лежећем положају на леђима подићи труп до седа и провући ноге преко палице а између руку		поставити палицу на под вертикално и плеснути два пута и ухватити палицу а да не падне или се окренути за 360° око своје осе		палица је на длану одржавање равнотеже	
трчати око вертикално постављене палице		бацити палицу високо у вис и поновно хватање		у лежећем положају на стомаку подизати труп пењући се уз палицу	
„Пропелер“: Протрчати испод конопца који се окреће у колони по један по један...					

ПОТРЕБНИ РЕКВИЗИТИ: 80 палица, 2 конопца дужине 8м.

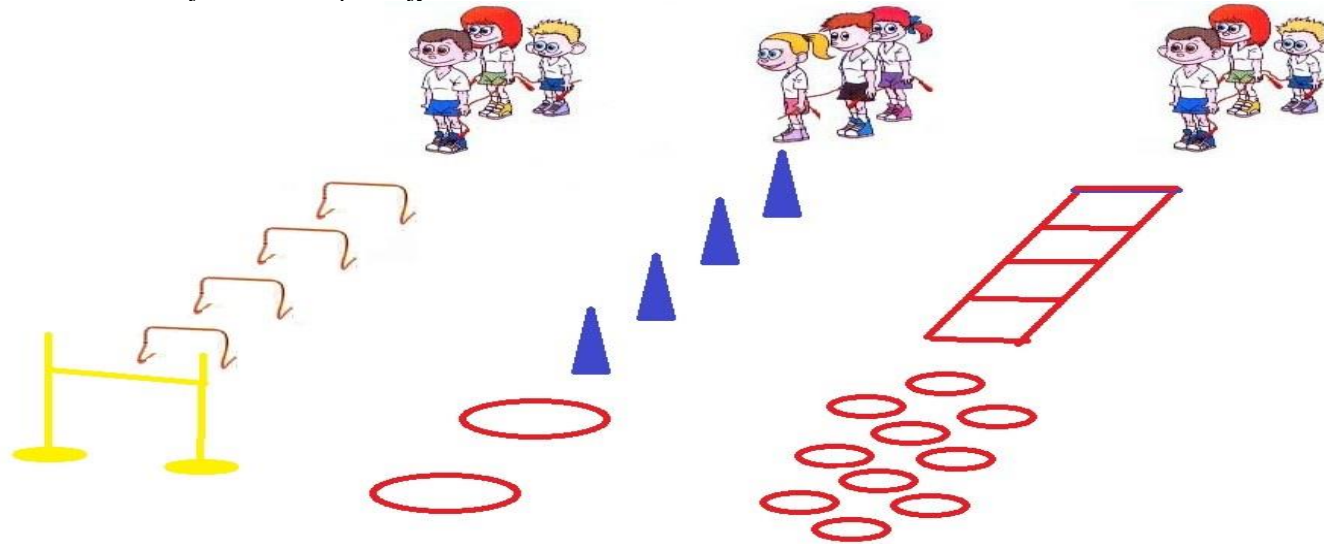
СТАНИЦА 3 - АТЛЕТСКА ИГРАОНИЦА

Атлетика се састоји од природних облика кретања (ходања, трчања, бацања, скакања...) Природни облици кретања се усавршавају и допуњују новим. Ова кретања се компликују променом правца, смера, темпа, ношењем предмета, коришћењем препрека, подизањем нагиба и тд, а обогаћују се имитативним четвороножним кретањима и ритмичким кретањима. На овој станици у атмосфери игре тренирају се основни елементи дечје атлетике.

Потребно је поделити децу на две групе по 10 ученика а групе у 3 колоне. Свака колона има другачије атлетске препреке. После 5 минута увежбавања, колоне се ротирају. На крају, свако дете треба да пређе све атлетске препреке. Тада се активности на овој станици завршавају.

У првој колони задаци су следећи:	У другој колони задаци су:	Задаци у трећој колони:
<ul style="list-style-type: none"> - препонско трчање (преко четири препона) - провлачење испод препреке. 	<ul style="list-style-type: none"> - Чунасто трчање, - Суножни скок из обруча у обруч, - Пребацавање обруча преко главе 	<ul style="list-style-type: none"> - Џог/скип преко мердевина - Школице у малим обручима (суножни/једноножни скок у један обруч па скок разножно у два обруча)

После 3 минута увежбавања, колоне се ротирају. У последњим минутима формира се једна колона и свако дете треба да пређе све атлетске препреке када се активности на овој станици завршавају.



За ову прилику треба обезбедити следеће обике кретања постављањем реквизита:

1. Спринт, глатко трчање, препонско трчање, слалом трчање,
2. Џог, скип, забацавање потколеница
3. Провлачење и скакање (суножно, с ноге на ногу..).

ПОТРЕБНИ РЕКВИЗИТИ: препоне 4 сета, купе 16 комада, равни обручи – 4 сета, мердевине 4 комада, маркери, вишенаменска препона 4 ком, велики обруч 8 комада.

Шта се постиже оваквом концепцијом спортске манифестације?

- Промоција физичког вежбања и здравих стилова живота,
- Упознавање са широким спектром спортских активности,
- Укључивање што великог броја дечака и девојчица у активно вежбање и истовремено учешће свих појединаца,
- Програмски садржај је богат, разноврстан и занимљив, да буди мотивацију за бављењем спортом,
- Деца се упознају са разноврсношћу физичког вежбања и спортских грана,
- Кроз јавне наступе деци се омогућава активно учешће свих у вежбању како би доживели осећај успеха који утиче на развој самопоштовања и повећавање мотивације за даље бављење физичким активностима,
- Деца уче групном-спортском понашању и фер плеју, Израђивање позитивне оријентисаности према спорту и укључивање у спортски тренинг,
- Кроз улагање напора, борбу за најбољи лични резултат да се у сваком детету изазове осећај успеха,
- Коришћење материјалне награде (дипломе за све учеснике) као похвале, награде, охрабрења у циљу развоја и одржавања пожељних облика понашања или укључивања деце у даљи систем физичког васпитања или спорта.