



Wisła 15 października 2018 r.

Moi Drodzy

UKS Wisła „Wiślańskie Orły” pragnie zaprosić Waszych podopiecznych do uczestnictwa w cyklicznej imprezie **Spartakiada Wiślańskich Orłów**. Spartakiada to pomysł na cykliczne imprezy dla dzieci od 5 do 7 roku życia, której nadrzędnym celem jest promocja sportu, aktywności fizycznej, zdrowia i kultury wśród najmłodszych dzieci w wieku szkolnym i przedszkolnym. Pragniemy aktywować dzieci z przedszkoli i pierwszych klas gdyż z doświadczenia wiemy, że zaniechanie promocji aktywności fizycznej w tym wieku ogranicza możliwości uprawiania sportu w wieku późniejszym. Podczas naszej imprezy dzieci będą mogły zmierzyć się w bezpośredniej rywalizacji w formie gier i zabaw, a także wziąć udział w warsztatach. W ramach imprezy zapewniamy transport dla dzieci z Malinki, Czarnego, Jawornika oraz Głębiec. Dzieci za udział w imprezie otrzymają pamiątkowe dyplomy, a na podsumowanie imprezy w Dzień Dziecka medale i nagrody.

24 października 2018 godzina 10.00 hala Wiślańskich Olimpijczyków I Spartakiada Sportowa dla przedszkolaków i pierwszoklasistów.

Autobusy będą podstawione pod placówki. Prosimy o punktualność. Harmonogram transportu wyślę wkrótce.

Impreza jest organizowana we współpracy z Miastem Wisła i objęta patronatem Burmistrza Tomasza Bujoka

Program konkurencji 24 października 2019.

Proszę przekazać prowadzącym grupy.

1. Wyścig rzędów- „Tam i z powrotem”- Pierwszy w rzędzie biegnie na wyznaczoną linię i wraca przybijając piątkę następnemu uczestnikowi
2. Jak wyżej lecz zawodnik porusza się do linii na czworakach a wraca normalnie w biegu i przybija piątkę kolejnemu.



3. Wyścig rzędów z zanoszeniem piłki. Pierwszy w rzędzie zanoszą piłkę na wyznaczoną linię i wraca przybijając piątkę następnemu uczestnikowi, który wraca z piłką i wkłada ją w ręce kolejnemu startującemu
4. Wyścigi z balonami. Startujący odbijając dłońmi balony muszą jak najszybciej pokonać dystans i wrócić na miejsce przekazując balon kolejnym uczestnikom
5. Wyścig z balonami nogą- konkurencja jak wyżej, lecz balony prowadzimy nogą
6. Wyścig z balonem w parach- dzieci wkładają w parze balon między głowami i przebiegają to wyznaczonego miejsca, obiegają i wracają trzymając balon w dłoni, a następnie przekazują kolejnej parze
7. Wyścig z toceniem piłek dłońią po podłożu tam i z powrotem.
8. Wyścig z prowadzeniem piłki stopą tam i z powrotem według powyższego schematu
9. Zbieranie grzybów: Na hali rozrzucone są grzybki. Dzieci po sygnale dźwiękowym startują i przynoszą po jednym grzybku. Wygrywa zespół, który nazbiera ich najwięcej
10. Tunel. Dzieci stoją w rzędzie w rozkroku. Ostatni przechodzi dołem pomiędzy nogami i staje jako pierwszy. Kończymy kiedy, rząd dojdzie do wyznaczonej linii.
Opiekunowie pilnują aby nie było odstępów między ćwiczącymi (mają stać ciasno)

We wszystkich wyścigach kolejny zawodnik startuje dopiero wtedy gdy poprzedni przybije mu „piątkę” Najpierw startują 5 latki, następnie 6 i 7 latki. Proszę o zrobienie drużyn 10 osobowych. Dzieci które nie będą chciały brać udziału wezmą udział w warsztatach z p. Dominiką Czajką

Ponadto:

- Przypominamy że obowiązuje obuwie sportowe dla dzieci i opiekunów
- Dzieci przychodzą w wygodnych strojach sportowych
- Prosimy o wyznaczenie odpowiedniej ilości opiekunów, my ze swojej strony postaramy się zapewnić wolontariuszy
- Do około 12.30 wszystkie dzieci powinny być z powrotem w placówkach



Harmonogram Imprez 2018/2019

16 stycznia 2019 **Sportowy Przedszkolak- II Spartakiada Sportowa** dla przedszkolaków i pierwszoklasistów Hala Centrum

22 marca 2019 **Sport jest lepszy od komputera - Impreza** dla rodzin z dziećmi Hala Centrum

17 kwietnia 2019 **Sportowy Przedszkolak- III Spartakiada Sportowa** dla przedszkolaków i pierwszoklasistów Hala Centrum

1 maja 2019 **Bitwa o Samotną Górę-** Fabularna Gra Terenowa dla rodzin z dziećmi (we współpracy z Wyciągiem Skolnity)

2 czerwca 2019 **Sportowy Dzień Dziecka-** Podsumowanie Spartakiad Sportowych OS Start w Wiśle

16 październik2019 **Sportowy Przedszkolak- I Spartakiada Sportowa** dla przedszkolaków i pierwszoklasistów (2 edycja) Hala Centrum

Współpraca

Korzystając z okazji w imieniu Klubu UKS Wisła dziękuję za dotychczasową współpracę wszystkim jednostkom przedszkolnym i szkolnym. Jednocześnie prosimy o uwagi i zalecenia z Waszej strony, które pozwolą zwiększyć udział dzieci w naszych zajęciach a także ich jakość. Jesteśmy otwarci na współpracę i możemy realizować zadania także u Was. Prosimy o pomoc w zwiększeniu dostępności informacji o naszych treningach i imprezach wśród rodziców. Ciepłe wsparcie z Waszej strony może bardzo pomóc. Proszę o kontakt zainteresowanych współpracą fabrykasportu1@gmail.com lub +48 737 909 319

Ze sportowym pozdrowieniem

Paweł Juchniewicz ☺

Poniżej struktura organizacyjna zajęć naszego Klubu



Struktura Organizacyjna

Bajkowa Akademia: zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci w wieku 3-6 lat. Zajęcia prowadzone są w formie opowieści ruchowych, gier i zabaw z wykorzystaniem różnego rodzaju przyborów i przyrządów. Zajęcia odbywają się 2 razy w tygodniu. Bajkowa Akademia to:

- przygotowanie bazy psychofizycznej
- kształtowanie koordynacji ruchowej
- zwiększenie odporności organizmu na stres, zmęczenie i infekcje
- harmonijne przejście z przedszkola do szkoły
- nauka systematyczności, pracowitości i zdrowej rywalizacji
- sposób ujęcia negatywnych emocji

Po etapie Bajkowej Akademii wspólnie z rodzicem i dzieckiem szukamy optymalnej dla dziecka dyscypliny sportu. Mamy dodyspozycji Kendo czyli szermierkę japońską, tenis stołowy i piłkę nożną.

Żaki: zajęcia dla dzieci w wieku 6-8 lat

Orliki: zajęcia dla dzieci w wieku 9-10 lat

Młodzicy: zajęcia dla dzieci w wieku 11-13 lat

Trening sportowy z ukierunkowaniem na konkretną dyscyplinę sportu. Poza dyscypliną kierunkową, środkiem treningowym są elementy wszystkich gier zespołowych. Zajęcia odbywają się 2-4 razy w tygodniu. Celem zajęć jest:

- kształtowanie koordynacji ruchowej
- nauczanie podstawowej techniki z zakresu wybranej dyscypliny sportu
- harmonijny rozwój fizyczny



UKS Wisła – Wiślańskie Orły

ul. Jawornik 58, 43-460 Wisła

 **Znajdź nas na
Facebook** /wislanskieorly



- budowanie zespołu
- przekazanie podstawowych przepisów, zasad z zakresu wybranej dyscypliny
- przygotowanie do udziału w pierwszych meczach sparingowych
- kształtowanie psychiki i odporności na stres

Poza treningami środkiem szkoleniowym są obozy, mecze sparingowe i imprezy integracyjne

Paweł Juchniewicz

Ze sportowym pozdrowieniem

Wiślańskie Orły