

Tytuł programu:– „**OLIMPIK**” *od Przedszkolaka do Olimpijczyka*

Z obserwacji wynika, że postęp cywilizacji technicznej przyczynia się do eliminowania wysiłku fizycznego, co prowadzi do dysfunkcji układu ruchowego, a także rodzi różnego rodzaju choroby cywilizacyjne. Trzeba temu przeciwdziałać i już na etapie przedszkolnym intensyfikować wysiłek fizyczny. Wychowanie fizyczne ma przygotować dzieci do życia, to jest pomóc adaptacji organizmu do coraz bardziej zmieniających się warunków (hałas, napięcie nerwowe, zatrucie powietrza, ziemi, wody, radiacja, nagłe zmiany klimatyczne i atmosferyczne itp.). Biorąc pod uwagę te czynniki oraz coraz słabszą sprawność fizyczną dzieci, z myślą właśnie o nich, powstał **program „OLIMPIK – od Przedszkolaka do Olimpijczyka”**. Autorem programu jest trener i działacz sportowy pan Kazimierz Polec. Zaproponował on placówkom z terenu Miasta i Gminy Pelplin pomoc w realizacji i wdrażaniu **pierwszego w Polsce programu obejmującego nie tylko dzieci starsze, ale już te rozpoczynające swą edukację w przedszkolu.**

Opis działań

I. Cel programu

Głównym założeniem programu *Olimpik* jest promowanie kultury fizycznej wśród dzieci i młodzieży, zachęcanie do systematycznego uprawiania sportu w formie zabaw ruchowych, pokonywanie ograniczeń ruchowych, wyzwalanie ambicji sportowych u dzieci w celu zapobiegania chorobom cywilizacyjnym takim jak: schorzenia kręgosłupa, czy nadwaga oraz popularyzacji dyscyplin sportowych, wyłaniania talentów sportowych i monitoringu osiągnięć sportowych dzieci. Ponadto wyzwalanie zainteresowania rodziców w uzyskaniu pozytywnych osiągnięć w rozwoju fizycznym swoich dzieci.

II. Geneza programu *Olimpik*

Program ten zapoczątkowany został w Przedszkolu w Rajkowach w marca 2008 r. Ma on charakter cyklicznych turniejów sportowych organizowanych jeden raz na kwartał, podczas których uczestnicy biorą udział w konkurencjach sportowych dostosowanych do ich możliwości wiekowych. Nagrodą za sprawność jest wklejka do karty sprawności ilustrująca zdobyte osiągnięcie. Jeden raz w roku organizowany jest *Olimpik* rodzinny integrujący społeczność lokalną. Uczestnikami programu są wszystkie dzieci w wieku przedszkolnym wraz z rodzicami z konkretnej miejscowości. Stał się on na tyle popularny na terenie MiG Pelplin, że stopniowo przystępują do jego realizacji inne placówki oświatowe. Obecnie objętych programem w gminie Pelplin jest około 400 uczestników.

Do organizacji i realizacji programu zaangażowano:

1. Rzeszę wolontariuszy (rodzice, lokalne organizacje - Koło Gospodyń Wiejskich, Ochotnicza Straż Pożarna, Rada Sołecka, Proboszcz Parafii Rajkowy).
2. Miejski Ośrodek Kultury w Pelplinie.
3. Urząd Miasta i Gminy Pelplin.
4. Lokalnych sponsorów (logo firm na dyplomie).

5. Zespół Szkół w Rajkowach oraz pozostałe placówki oświatowe z terenu Miasta i Gminy Pelplin.

Ponadto zostało udzielone wsparcie moralne w postaci rekomendacji Kujawsko – Pomorskiego Kuratora Oświaty Pani Iwony Michałek, jak również:

1. Honorowy Patronat nad realizacją projektu objął Polski Komitet Olimpijski w Warszawie w osobie Pana Sekretarza Generalnego Adama Krzesińskiego.
2. Honorowy Patronat objął także Burmistrz Miasta i Gminy Pelplin Pan Andrzej Stanuch.

W ramach programu organizuje się wiele imprez kulturalno – sportowych i integracyjnych na terenie Gminy Pelplin takich jak: Turnieje Sportowe, Turnieje Rodzinne.

Olimpik w miejscowości Rajkowy realizowany jest w okresie letnim na placu zabaw, natomiast w okresie zimowym w sali gimnastycznej przy Zespół Szkół w Rajkowach. Pozostałe przedszkola z terenu gminy objęte *Olimpikiem* realizują go w salach gimnastycznych sąsiadujących z nimi szkół.

III. Planowane rezultaty

Olimpik będzie systematycznie rozszerzany w czasie i w zasięgu działania. Stopniowo będzie obejmował kolejne grupy wiekowe zaczynając od przedszkoli kończąc na gimnazjum.

Wymiernymi rezultatami będą:

- redukcja deficytów rozwojowych u dzieci;
- zapobieganie patologiom i agresji wśród dzieci;
- podniesienie samooceny uczestników;
- zwiększenie motywacji do uprawiania kultury fizycznej;
- rozwijanie ambicji sportowych dzieci;
- wyłonienie talentów sportowych;
- integracja społeczności lokalnej;
- pozyskanie nowych partnerów i sponsorów programu;
- promocja naszych obiektów sportowych;
- rozszerzenie działalności programu na zasięg ogólnopolski;
- kontynuacja *Olimpika* w kolejnych latach.

Rezultatem długotrwałym będzie przeciwdziałanie regresowi kultury fizycznej już na etapie przedszkolnym. Będzie to skutkowało zdrowym społeczeństwem w przyszłości. Dobrze przygotowany program rozwoju fizycznego dzieci jakim jest *Olimpik* pozwoli na adaptację organizmu ludzkiego do ciągle zmieniających się warunków życia. Realizacja programu prowadzona jest na trzech etapach:

I etap – PRZEDSZKOLE

W tej fazie **dzieci zaliczają proste ścieżki sprawnościowe wykonując zadania pozwalające im na kształtowanie cech motorycznych i innych przygotowujących do uczestnictwa w sporcie** (np. oswojenie ze stresem, koncentracja, chęć wykonywania zadania). Na tym etapie kładziemy mniejszy nacisk na rywalizację i współzawodnictwo. Dzieci mogą tutaj uzyskać maksymalną liczbę 30 punktów, czyli zdobyć brązowy znicz.

II etap – SZKOŁA PODSTAWOWA

Na tym etapie dzieci dążą do zdobycia maksymalnej liczby 300 punktów – srebrnego znicza. Uczestnicząc w programie **rozwijają ambicje sportowe**, które mają być silną motywacją w zapobieganiu wszelkim zagrożeniom cywilizacyjnym. **Dzieci biorą już udział w sekcjach i klubach sportowych**, małych akademiach sportu, pomagają w organizowaniu imprez sportowych, **uczestniczą w innych formach aktywności ruchowej (np. turystyka)**.

III etap – GIMNAZJUM

Na tym etapie dzieci dążą do uzyskania 1000 punktów – złotego znicza.

Program łączy zadania programowe przedszkola i szkoły w zakresie wychowania fizycznego z aktywnością dziecka w klubach sportowych oraz wynikami sportowymi uzyskanymi także w sportach pozaszkolnych. **Wyzwała również zainteresowanie rodziców w uzyskaniu pozytywnych osiągnięć przez swoje dziecko. Każde dziecko, bez względu na stopień sprawności fizycznej, może swoją systematycznością dążyć do zdobywania wyższych stopni w programie.**

IV. Harmonogram działań obejmujący okres od 01. 01. 2009 r. do 31.12. 2009 r.

1. 29.01.2009 – Turniej Olimpik w Przedszkolu w Rajkowach .
2. 12.03.2009 – Turniej Olimpik w Zespole Kształcenia i Wychowania w Kulicach.
3. 30.04.2009 r. – Turniej Olimpik w Przedszkolu w Rajkowach.

- konkurencje sportowe z przewagą na usprawnienie mięśni nóg - bieg, skoki ;

4. 15.05.2009 r. – Turniej Olimpik w Przedszkolu nr 2 w Pelplinie.
5. 29.05.2009 r. – Turniej Olimpik w Przedszkolu nr 1 w Pelplinie.
6. 19.06.2009 r - Turniej Olimpik Rodzinny w Przedszkolu w Rajkowach.
 - konkurencje sportowe z przewagą na zręczność i koordynację ruchową.
7. 24.09.2009 r. – Turniej Olimpik w Przedszkolu w Rajkowach
8. 25.09.2009 r. - Gminny Międzyprzedszkolny Turniej Olimpik w Zespole Szkół nr 1 w Pelplinie.
 - konkurencje sportowe angażujące wszystkie grupy mięśniowe z naciskiem na stosowanie zasady „Fair Play”.
9. 10.12.2009 - Turniej Olimpik w Zespole Kształcenia i Wychowania w Rudnie
10. 14.12.2009 – Turniej Olimpik w Przedszkolu w Rajkowach

W przyszłym roku imprezy będą odbywać się w salach gimnastycznych, na boiskach i placach zabaw przy placówkach oświatowych z terenu gminy Pelplin.

Począwszy od roku szkolnego 2009/2010 planowane jest systematyczne włączanie do programu dzieci i młodzież szkolną.