

Sportnap, Magyar Diáksport napja Écs, 2025. szeptember 26

Két évvel ezelőtt a sportnapon különböző sportágak képviselőit hívtam meg. Mivel sok mindenkinek tetszett ez a tervem, idén is ezt valósítottuk meg.

Ebben az évben már szeptember első hetében a kollégáimmal közösen megbeszélve döntöttük el, hogy milyen sportágak képviselőit hívjuk meg. Nagyon nagy szerencsém volt. Az első telefonhívásomra már igent is mondtak mindannyian. Ezután, csak azért, hogy biztos legyen a telefonon beszélt időpont, e-mailben is elküldtem a jelentkezőknek a sportnapunk tervezetét.

Az első óra utáni szünetben, a tornateremben karika bemutatót néztek meg a gyerekek, felnőttek. Az iskolánk két tanulója mutatta be gyakorlatát. Több éve járnak itt, helyben, azaz Écsen erre a sportra. A bemutató után a testnevelés órán lévő osztálynak lehetősége volt kipróbálni a sportot.



A második tanóra után ismét bemutatók vártak a gyerekekre. Elsőként az El Paso győri táncstúdióból két társastánc páros mutatott be latin amerikai táncokat kezdő és haladó formában. Így össze tudták hasonlítani a lépések gyorsaságát, a koreográfia lendületességét.



Ezután ismét egy tánc, de egyéni és teljesen más, Selena hastánc bemutatója következett.



A bemutatót a Győri Vívó csapat zárta. A versenyzők, sportolók között volt tanítványunk is szerepelt. Az edző bemutatta a felszerelést, ruházatot. Elmesélte, hogy hogyan zajlanak az edzések. Majd ebből kaptunk egy kis ízelítőt. Azután két páros küzdelmét nézhettük meg éles, egymás elleni versenyben.



A bemutatók után minden osztály körforgásos rendszerben minden sportágat kipróbált.

Az előbb felsorolt sportágakon kívül lehetőségük volt a gyerekeknek tollaslabdázni, asztaliteniszezni, íjászkodni (a helybeli íjász egyesület képviseltette magát), és a pannonhalmi Sly Fit edzőteremből voltak itt trénerok, akik vezetésével zenés edzésen, köredzésen vehettek részt. Volt, aki tanteremben, volt, aki a folyosón tornázott, végezte a gyakorlatokat.

Sajnos az időjárás nem kedvezett az eseménynek, esős, szeles idő volt. Szerencsénkre ezek a programok olyanok voltak, melyek tanteremben, folyosókon, tornateremben megvalósítható.

A gyerekek izgalommal készültek mindig a következő állomásra. Az aktív mozgás minden diák számára 3 órát vett igénybe.

A hastánra csak lányok mentek. A társastáncot az osztályok együtt próbálták ki. Olyan lépéseket tanultunk, melyet később, a farsangon is ki lehet próbálni. A vívóknál több csoportban dolgoztak. Egyikük reflexeket vizsgálta, tette próbára, a másik helyen az alapmozgást gyakorolták, a harmadik helyen a koncentrációt. Számomra a hastánc volt az egyik legnagyobb érdekesség, mert olyan izmokat mozgattunk meg, melyeket a mindennapokban, sőt testnevelés órán sem használunk.

Az egész nap úgy érzem jól sikerült. Minden gyerek, felnőtt szívesen mozgott, melynek nagyon örültem.

Az alsósok a rossz időre való tekintettel, egy héttel később tartották meg a sportnapot. Ennek keretében osztályonként, évfolyamonként választottak túraútvonalat. Minden évfolyam valamerre gyalogtúrát szervezett. Volt, aki itt maradt helyben, Écsen. Ők a közeli dombvidéken, a hegyben túráztak. Két osztály átsétált Pannonhalmára a várhoz, a lombkorona sétányhoz. Az alsósoknak jó idejük volt.

Az időjárás viszontagságai miatt a 2025 m-es futást 26-a után rendeztük meg testnevelés óra keretében futották le a gyerekek a távot. Az állóképességükön még van mit javítani.

Ezt látva, jövőre is próbálok mozgalmas sportnapot szervezni. A gyerekek vevők az új dolgokra, szívesen kipróbálnak mindent.