

Képes beszámoló a Bolyais sportnapról

A 6. b osztály tanulói már régóta tervezték a sportverseny megrendezését, ezért segítséget kértek a testnevelés tanárnőtől, hogy együttesen szervezzenek egy igazi sportdzsemporit az osztály számára. Testnevelőnk Györgyi néni és intézményünk szabadidő szervező tanára, Tamás bácsi is nagyon örült az osztály kezdeményezésének, s büszkéek voltak tanítványaikra, vagyis Ránk. Azt mondták, példaként szolgálunk másoknak is ebben a járvánnyal terhes időszakban. Megbeszéltük velük és osztályfőnökünkkel, Toncsi nénivel, hogy milyen feladatokra gondoltunk, miután megkértük őket, hogy tegyék lehetővé számunkra a sportos vetélkedést.

Gyönyörű, ám kissé hűvös időnk volt aznap. Ez volt az őszi szünet előtti utolsó tanítási nap. Ekkor került sor az eseményre, amely a "*Legfőbb kincs, az egészség*" címet kapta.

A délután megtartott rendezvény rövid egészségügyi előadással kezdődött. Ezt a testnevelés tanárnő, Györgyi néni tartott. Beszélt arról, hogy a rendszeres testmozgás nagyon fontos és hasznos a fejlődő szervezet számára, a csontozat, az izomzat megfelelő fejlődése, növekedése, erősödése érdekében. A rendszeres mozgás fejleszti a szervezetünk teherbíró és ellenálló képességét és a tanulásban elfáradt diákoknak felfrissülést, felüdülést jelent. A sportolás az akaraterőnket, az önuralmunkat is alakítja, és hozzásegít ahhoz, hogy barátainkkal remek programokat szervezhessünk, és együtt éljünk meg a felejthetetlen élményeket. Györgyi néni felhívta a figyelmünket arra, hogy már gyermekkorunkban vigyáznunk kell az egészségünkre, mert akkor alapozzuk meg azt, hogy egészséges felnőtt váljon belőlünk. Tájékoztatt bennünket arról, hogy az életfolyamatok zavartalan működéséhez vitaminokra, fehérjére és ásványi anyagokra van szükségünk. Hangsúlyozta, hogy a jelenlegi járványügyi helyzetben is a gyümölcsökben, zöldségekben lévő ásványi anyagok és vitaminok hozzájárulnak sok fertőző betegség leküzdéséhez, ezért nagyon fontos a rendszeres fogyasztásuk.

Az előadás után rövid bemelegítéssel folytatódott a sportnap, amelyet egy osztálytársunk vezetett, aki versenyszerűen táncol az egyik debreceni egyesületben. A bemelegítés jól átmozgatott bennünket a kissé hűvös időben.

A korábban sorsolással eldöntött csapatok menetleveleket is



készítettek. Ezekben kellett igazolniuk, hogy teljesítették a meghatározott egyéni és csoportos feladatokat. Nagyon ötletes és eredeti megoldások készültek. Györgyi néni, Toncsi néni és Tamás bácsi aláírásukkal és pecsétükkel igazolták a csapatok által elvégzett feladatok teljesítését.

A továbbiakban a csapatoknak különböző sportágakban kellett helytállniuk.



Először labdavezetésben és ritmikus gimnasztikában jeleskedhettek legjobbjaink.

Ezt követően a fiúk fociztak, a lányok pedig kosárlabda



játékban mérhették össze ügyességüket. Lazításként a csapatok totót oldottak meg, amelyhez a feladványokat a Derecskei Gyümölcsös által készített rejtvényfüzetből kölcsönözték tanáraink. Mindezt játékos sportverseny követte, amit már izgatottan vártunk. Alsó tagozat óta nagyon szeretjük a sorversenyeket, mert bár sokat izgulunk, idegeskedünk, de nagyon sokat nevetünk és együtt örülünk a sikereknek.

A sorversenyt követően aszfaltrajzversenyre került sor, amelyet osztályfőnökünk irányított és értékelt. Feladatuk kaptuk, hogy rajzoljuk le azokat a gyümölcsöket, amelyeket rendszeresen kapunk a Derecskei Gyümölcsös jóvoltából. A csapatoknak nem volt nehéz dolguk, ügyesen, lelkesen oldották meg a feladatot. Kiderült, hogy a legtöbb gyereknek az alma a kedvence, de sokan szeretik a körtét és a szilvát is. Szerencsére a sportnapon a vitaminokat is tudtuk pótolni a Derecskei gyümölcsöknek köszönhetően.



Nap mint nap nagyon finom gyümölcsöket szállítanak megyeszerte, amelyből iskolánk is részesül. A gyümölcs mellett rendelkezésünkre állt a 100 %-os derecskei almalé is, amit a sportnapon is szinte rajongással fogyasztottunk.

Levezetésként kiütöztünk, amelyet már nem csapatban, hanem egyénileg harcoltunk végig. Sajnos, néha ott ért bennünket a labda, ahol nem szeretnénk volna, de jókedvünket, vidámságunkat ez nem ronthatta el.



Végül sor került az eredményhirdetésre. Ehhez a Derecskei Gyümölcsös által, az iskolánkba küldött finomságok adták az alapanyagot. Az oklevelek mellett, a csapatok gyümölcsöt és gyümölcslevet is kaptak. Természetesen a helyezések nem mindenki tetszését nyerték el, de nem is ez volt a lényeg. A cél, hogy mindenki sikeresen teljesítse a sportnapon feladatait és jól érezte magát. Mindenkinek nagyon tetszett az új kezdeményezés. A sportnap megszervezéséről és lebonyolításáról mindenki nagy örömmel és elégedetten számolt be a szüleinek a nap végén.



Úgy gondoljuk, hogy a *"Legfőbb kincs az egészség"* nap elérte célját, s úgy érezzük, hogy jó példával jártunk a többi osztály előtt. A jelenlegi vírushelyzetre tekintettel különösen fontosnak tartjuk, hogy sportolással, vitamindús táplálkozással erősítsük szervezetünket, immunrendszerünket. Bízunk benne, hogy mások is kedvet kapnak a kihíváshoz, és ez az esemény hagyományteremtő szándékkal tovább folytatódik majd ...

(Bolyai 6.b)

