

Wychowanie fizyczne

W Szkole Przysposabiającej do Pracy podczas zajęć z **wychowania fizycznego** uczniowie rozwijają i doskonalą swoją sprawność fizyczną, kondycyjną i koordynacyjną, wzmacniają swoje zdrowie oraz kształcą osobowość, postawy etyczne i społeczne.

Uprawianie sportu, bycie aktywnym fizycznie sprawia, że młody człowiek:

- rozwija wolę - poprzez systematyczny trening, mobilizuje się do koncentracji w czasie współzawodnictwa,
- rozwija sferę emocjonalną - przeżywa sukces sportowy lub porażkę, doświadcza uznania jako zwycięzca,
- kształtuje postawę etyczną - poprzez współdziałanie w wysiłku sportowym, poszanowanie reguł gry, stosowanie zasady uczciwości, fair play,
- poznaje przepisy gier sportowych, obserwuje i uczy się od innych.

W naszym Ośrodku zajęcia z wychowania fizycznego odbywają się na boisku szkolnym, w terenie, na hali, na basenie, w kręgielni i na lodowisku. Uczniowie mają możliwość realizowania zajęć z wychowania fizycznego w ramach:

- zajęć prowadzonych w systemie klasowo-lekcyjnym, realizując następujące działy:
 - lekkoatletykę,
 - gimnastykę,
 - elementy gier zespołowych,
 - gry rekreacyjno-sportowe,
 - gry i zabawy ruchowe.
- obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego do wyboru przez ucznia.

W roku szkolnym 2015/2016 w ramach zajęć do wyboru uczniowie dokonali wyboru spośród następujących propozycji:

- zajęcia sprawnościowo-zdrowotne: zajęcia na pływalni, zajęcia na lodowisku, zajęcia na kręgielni,
- zajęcia sprawnościowo-zdrowotne: gry i zabawy ruchowe (skoczne, bieżne, kopne, z dźwiganiem i mocowaniem itp.), ćwiczenia muzyczno-ruchowe, pląsy, aerobik, elementy tańca,
- zajęcia sprawnościowo-zdrowotne: gry rekreacyjne (badminton, dwa ognie, ringo, itp.), tenis stołowy, unihokej, jazda na rolkach,
- zajęcia aktywnej turystyki: turystyka piesza.

Oferta zajęć do wyboru może ulec zmianie zgodnie z zainteresowaniami i potrzebami uczniów. Staramy się wzbogacać i uatrakcyjnić zajęcia poprzez wprowadzanie ciekawych metod i form pracy oraz stosując różne środki dydaktyczne. Wszystko to sprzyja wszechstronnemu rozwojowi uczniów.