

REGULAMIN SZKOLENIA DZIECI I MŁODZIEŻY W SEKCJACH SPORTOWYCH

1. **Nazwa organizatora:** Uczniowski Klub Sportowy „Budo” przy SP Nr 2 w Pawłowicach
2. **Ogólne założenia programu:**

Świadomość i aktywność zawodnika - uświadomienie ćwiczącym celów zajęć poprzez naśladowanie technik prezentowanych przez instruktora, zrozumienie ruchu, porównanie z innymi ćwiczącymi, objaśnienie.

Indywidualizacja nauczania – poznanie odrębności poszczególnych zawodników i dostosowanie metod nauczania do właściwości psychofizycznych ćwiczących.

Systematyczność – zachowanie planowego i logicznego porządku zajęć.

Stopniowanie trudności – dostosowanie metod treningowych do możliwości ćwiczących.

Trwałość wyników nauczania – stosowanie tylko takich metod nauczania, które utrwalają, systematyzują i pogłębiają zdobyte umiejętności.

Doskonalenie motoryki – kształtowanie szybkości, zwinności, skoczności, gibkości, siły i wytrzymałości.

Kształtowanie prawidłowych pozycji do walki- zwracanie uwagi na właściwe ustawienie zawodnika podczas walki sportowej.

Nauka i doskonalenie techniki, taktyki i strategii walki sportowej ju-jitsu oraz eliminacja błędów.

Zapoznanie uczniów z zasadami walki, systemami oceny, punktacji, zasadami sędziowania – prowadzenie sesji szkoleniowych z zakresu sędziowania sportowego wg. Regulaminów właściwych polskich związków sportowych.

Udział zawodników w turniejach, zawodach rangi lokalnej, krajowej i międzynarodowej.

3. **Cele:**

Główny efekt jaki uzyskamy po realizacji zadania: Promocja zdrowia, przeciwdziałanie patologii w środowisku dzieci i młodzieży szkolnej poprzez zorganizowanie alternatywnych form spędzania wolnego czasu w formie ćwiczeń i treningów.

Cele szczegółowe – działania prowadzące do osiągnięcia celu głównego:

- zwiększenie wiedzy z zakresu sportu i rekreacji, ćwiczeń ogólnorozwojowych, ćwiczeń relaksacyjnych,
- zwiększenie umiejętności stosowania ćwiczeń w praktyce,
- sprawdzenie umiejętności w rywalizacji sportowej podczas zawodów, turniejów,
- pobudzenie dzieci i młodzieży do samodzielnego wykonywania ćwiczeń,
- poprawa złych nawyków zachowania – nauka integracji w grupie
- popularyzacja aktywności fizycznej poprzez nowoczesne metody treningowe

4. Termin realizacji:

Rok szkolny oraz wakacje

Wszelkie zmiany w harmonogramie będą podane na stronie internetowej UKS Budo Pawłowice w zakładce Aktualności - link www.uksbudo.pawlowic.pl

5. Adresaci:

Uczestnikami projektu są: dzieci i młodzież 6-15 lat, młodzież i dorośli 16-23 lat.

Zadanie skierowane jest dla dzieci i młodzieży wykazującej zainteresowanie sportem .

6. Przewidywana liczba uczestników:

Sekcja klubowa - 25 osobowa grupa dziewcząt i chłopców oraz osób dorosłych do 23 roku życia.

7. Informacja w jaki sposób będzie prowadzony nabór:

Rekrutacja odbędzie się na treningach, w formie ogłoszeń na plakatach, na stronie internetowej klubu i Urzędu Gminy Pawłowice.

8. Miejsce prowadzenia zajęć:

Sala gimnastyczna Zespołu Szkolno Przedszkolnego w Pawłowicach ul. Pukowca 4
Hala Sportowa GOS Pawłowice ul. Sportowa 14

9. Program zajęć sportowych:

Szczegółowe programy szkolenia sportowego stanowią odrębne załączniki

10. Informacja o opłatach za udział w organizowanych zajęciach:

Miesięczna składka członkowska 70 zł

Dzieci oraz młodzież z rodzin w trudnej sytuacji materialnej mogą być na podstawie Decyzji Zarządu klubu zwolnione z opłat w wysokości 50 % lub 100 % opłaty miesięcznej w zależności od dochodu na członka rodziny.

11. Informacja dotycząca ubezpieczenia uczestników:

Organizator zapewnia ubezpieczenie OC Klubu.

Uczestnicy zajęć mogą ubezpieczyć się o następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie.

12. Kary za nieprzestrzeganie regulaminu

Za nie przestrzeganie regulaminu przewiduje się kary porządkowe dla uczestników szkolenia przewidziane w statucie klubu.

13. Postanowienia końcowe

Wszelkie zagadnienia nieuregulowane w powyższym regulaminie ustala Zarząd Klubu w formie Zarządzeń, Decyzji.

Dodatkowe informacje o działalności klubu i realizowanych zadaniach dostępne są na stronie internetowej klubu www.uksbudo.pawlowice.pl