

10 listopada 2007



## Aktywna szkoła

Ruszył program fundacji Aktywni pod tytułem „Aktywna Szkoła” adresowany do uczniów, nauczycieli i rodziców z całej Polski. Celem działań jest wprowadzenie do szkół nowoczesnych form aktywności ruchowej takich jak: Gymstick i Nordic Walking. Program zaplanowany został na lata 2007 - 2015.

### **Ruszył program fundacji Aktywni pod tytułem „Aktywna Szkoła” adresowany do uczniów, nauczycieli i rodziców z całej Polski.**

Celem działań jest wprowadzenie do szkół nowoczesnych form aktywności ruchowej takich jak: Gymstick i Nordic Walking. Program zaplanowany został na lata 2007 - 2015. Program skierowany jest do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych ze szczególnym uwzględnieniem dzieci otyłych, niepełnosprawnych, a także nauczycieli wychowania fizycznego, trenerów, rehabilitantów, również rodziców i opiekunów uczniów.

Aktywna Szkoła opiera się w głównej mierze na ćwiczeniach z wykorzystaniem najnowszych form aktywności ruchowej - Nordic Walking i Gymstick. Obie dyscypliny zostały wymyślone przez naukowców z Instytutu Sportu w Finlandii, a w ich tworzeniu brali udział naukowcy z różnych dziedzin: trenerzy, biochemicy, lekarze, rehabilitanci.

- Aktywność ruchowa obok swego podstawowego zadania, którym jest podnoszenie sprawności fizycznej, podnosi poziom dojrzałości społecznej, rozwija kontrolę stanów emocjonalnych. Ukierunkowanie na wspólną pracę nad własnym ciałem w formie zabawy i wspólnego przeżywania wysiłku fizycznego zupełnie zmienia filozofię takich lekcji - podkreślają organizatorzy akcji.

- Pragniemy zaproponować szkołom poszukujących atrakcyjnych i nowoczesnych rozwiązań, nowatorski program realizacji zajęć wychowania fizycznego i sportu, wykorzystujący najnowsze trendy w dziedzinie rekreacji oraz promujący podejmowanie aktywności ruchowej dla zdrowia, realizacji sportowych celów i osobistej satysfakcji - mówi Anna Majerkiewicz-Lenart prezes fundacji Aktywni, która opracowała projekt. - Jest on jednocześnie programem wychowania fizycznego i sportu szkolnego alternatywnym dla dotychczas stosowanych - dodaje.

Do programu mogą przystąpić wszystkie szkoły oraz nauczyciele wychowania fizycznego, którzy chcą wprowadzić do swoich zajęć nowoczesne formy aktywności ruchowej. W pierwszym etapie nauczyciele wychowania fizycznego biorą udział w szkoleniach Nordic Walking i Gymstick. Dwudniowy kurs obejmuje zajęcia praktyczne i teoretyczne. Po ukończeniu zajęć uczestnicy otrzymują certyfikat Związku Nauczycielstwa Polskiego, pozwalający podnieść kwalifikacje zawodowe podczas kształcenia ustawicznego. Jednocześnie uzyskują certyfikaty: Nordic Walking Polska, Gymstick Polska, pozwalające na prowadzenie zajęć nie tylko w szkole z dziećmi i młodzieżą, ale również w klubach, ośrodkach sportowych, także z osobami dorosłymi.

W ramach Aktywnej Szkoły, organizowany jest także konkurs „My na WF ćwiczymy inaczej”, którego głównym celem jest popularyzacja sportu i rekreacji, a w szczególności nowoczesnych form aktywności ruchowej wśród dzieci, młodzieży, nauczycieli i dorosłych.

Do rywalizacji, podobnie jak do programu, mogą przystąpić szkoły z całej Polski. Pierwsza edycja trwa od 1 września 2007 do 30 kwietnia 2008. Nagrodami w konkursie są m.in. obozy sportowe, wyjazdy wypoczynkowe i nagrody rzeczowe w postaci sprzętu rekreacyjno-sportowego, wręczane podczas imprezy finałowej zorganizowanej w zwycięskiej szkole.



Aktywna Szkoła jest częścią programu „Aktywność sposobem na zdrowie życie” – którego hasło przewodnie brzmi „Podaruj sobie zdrowie” – pozwala przeciętnemu Polakowi zadbać o formę fizyczną i zdrowie. Celem działań organizacji w ramach projektu jest doprowadzenie do równowagi psychofizycznej w organizmie każdego człowieka oraz kontynuowanie tego stanu w trakcie codziennego życia aż do późnej starości. Dlatego też programem objęte są również osoby dorosłe, bez względu na wiek i poziom zaawansowania. Szczególne miejsce zajmują w nim osoby 50+ oraz w podeszłym wieku. Wzorem Aktywnej Szkoły fundacja stworzyła dla nich osobny program – Akademia Ruchu.

Patronat nad programem objęli m.in.: Minister Edukacji Narodowej, Polski Komitet Olimpijski, Marszałek Województwa Mazowieckiego, Prezydent Miasta Stołecznego Warszawy, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Państwowy Zakład Higieny oraz Fundacja na Rzecz Kobiet „Ja Kobieta”. Do programu przystąpiło już kilkadziesiąt szkół, w tym Szkoły Promocji Zdrowia.

Więcej informacji o programie Aktywna Szkoła można znaleźć na stronach internetowych:  
[www.aktywni.info](http://www.aktywni.info)

Źródło:PAP