

ZAJĘCIA OTWARTE DLA UCZNIÓW KLAS II,III oraz IV
Szkoły Podstawowej z **Rafałem Kubackim**, polskim judokom oraz
olimpijczykiem.

W czwartek (14.06.2018r.) w Szkole Podstawowej im. Powstańców 1863r. w Tuliszkowie na małej sali gimnastycznej SP odbędą się zajęcia pokazowe dla naszych młodszych uczniów w ramach promocji programu UKEMI – szkoła bezpiecznego upadania. Zajęcia będzie prowadził Pan Rafał Kubacki, który jest ambasadorem wspomnianego projektu.

Harmonogram udziału uczniów poszczególnych klas przedstawia się następująco:

Godzina zajęć	Klasy
8.55-9.40	Kl. 2a / 2b / 3a
9.50-10.35	Kl. 3b / 3c / 3d
10.50 – 11.35	Kl. 3e / 4a / 4b
11.45 – 12.30	Kl. 4c / 4d / 4e

Uczniowie poszczególnych klas będą aktywnie uczestniczyć w zajęciach – wskazany strój sportowy. Serdecznie zapraszamy uczniów jak i rodziców do udziału w zajęciach.



UKEMI
SZKOŁA BEZPIECZNEGO
UPADANIA



 Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Program UKEMI - szkoła bezpiecznego upadania powstał w wyniku obserwacji zachowań dzieci w szkołach podczas zajęć wychowania fizycznego, podczas zabaw na przerwach i w różnych formach aktywności pozaszkolnej (gra w piłkę, jazda na rowerze, na wrotkach i deskorolkach itp.). Upadki są związane z każdą z tych form aktywności. Zadaniem programu UKEMI jest to, by były to bezpieczne upadki.

Cele programu mają cztery aspekty: wychowawczo-edukacyjny (budowanie pewności siebie, odwagi, systematyczności, nauka umiejętności współpracy w grupie i szacunku dla innych); wszechstronny psychomotoryczny rozwój dzieci, przyzwyczajenie do ruchu, do zdrowego trybu życia i również ukierunkowanie agresji; przyswojenie specyficznej wiedzy judo (UKEMI - pady), co umożliwia dzieciom uniknięcie urazów w czasie zabaw oraz innych sportów i w codziennym życiu; zwiększanie zainteresowania judo jako sportem i w perspektywie pozyskanie najzdolniejszych dzieci do dalszego szkolenia

<http://web.pzjudo.pl/ukemi-szkoła-bezpiecznego-upadania-rafal-kubacki>

<http://web.pzjudo.pl/program-ukemi-judo>