

Szakkörök igénybevételének lehetősége, mindennapos testedzés

Szakkörök:

- Vizuális Műhely
- Elsősegély nyújtó
- Barkács
- Rajz szakkör

A mindennapos testnevelés, testmozgás biztosítása

A mindennapi egészségfejlesztő testmozgás-programunk az alábbi elemekből áll:

- Minden évfolyamon heti három **mozgáskultúra óra** órarendbe iktatva
A **mozgáskultúra** órákon - minden évfolyamon heti három órában - megjelenik a légző torna és a biomechanikailag helyes testtartás kialakítását, fenntartását szolgáló, speciális tartásjavító torna. Arra törekszünk, hogy a mozgás az eltérő testi adottságú gyermekek számára is megfeleljen, örömet adjon, sikerélményt nyújtson. Minden foglalkozáson elegendő időt fordítunk a játékra, hisz ez a legsikeresebb eszközünk a mozgás megszerettetésére. A táncóráinkon a művészet (zene, tánc) adta lehetőségekkel is bátran élünk.
A könnyített testnevelést a tanórák differenciált szervezésével biztosítjuk.
- Az iskolaotthonos osztályokban legalább harminc percet töltünk szabad levegőn minden délelőtt, és negyvenöt percet minden délután.
- A tanulószobai tanulás megkezdése előtt legalább negyvenöt percet a szabadban tartózkodunk.
- Minden nap lehetőséget biztosítunk mozgásra a sportköri illetve a sportegyesületi foglalkozásokon.

Kosárlabda alsós

Kosárlabda felsős

Jóga

Tömegsport

Vívás <http://kitoresvivoklub.atw.hu/main.html>