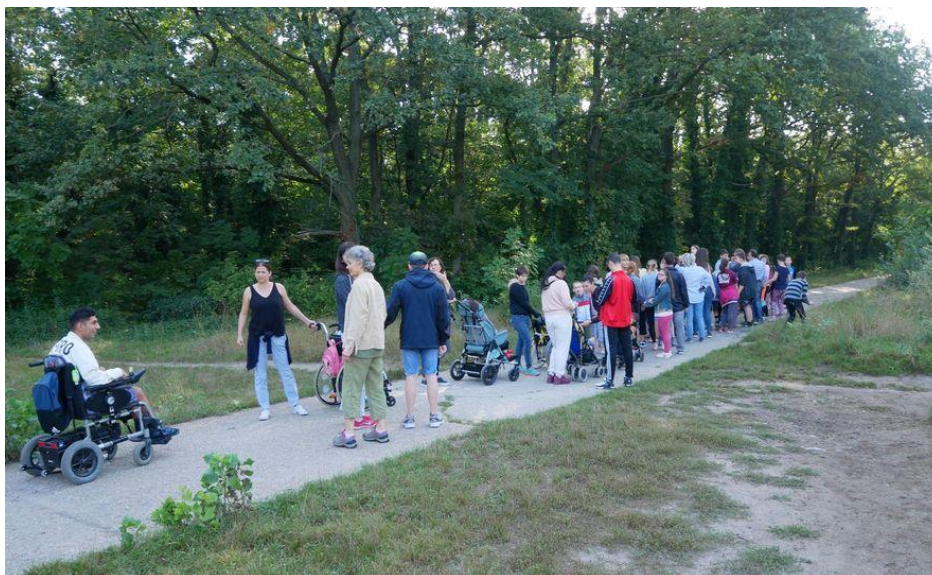


Az Európai Diáksport napja a Dió Általános Iskolában
2023. szeptember 29.

Iskolánk évek óta lelkesen vesz részt ezen a kezdeményezésen. Mi egy kicsit különleges módon, hiszen az iskolánkba járó tanulók mindegyike értelmileg akadályozott, de emellett vannak mozgásfogyatékos és súlyos-halmozott-fogyatékos gyermekek is. A feladatok, amelyeket a lelkes csapat összeállít tanulóink számára, messzemenően figyelembe veszik a gyermekek lehetőségeit, differenciáltan várjuk el a különböző mozgású gyermekektől a részvételt. Nagyon fontosnak tarjuk, hogy tanulóink minél többet tudjanak az egészségtudatos életről, a testmozgás, és a sport fontosságáról.

Iskolánk szívesen mutatja meg, hogy a fogyatékkal élők – és nevelőik - ugyanolyan elkötelezettek az egészséges életmóddal kapcsolatban, mint ép társaik. Örülünk, hogy évente kiírásra kerül a Diáksport napja és hogy képességeinknek megfelelően mi is hozzájárulhatunk ahhoz, hogy Magyarország aktívabb legyen ezen a napon.

¾ 9 kor – az iskolánk szomszédságában található Kiserdőben közösen tettük meg a sétánkat, kicsik és nagyok, saját lábon, babakocsiban vagy kerekesszékekben.



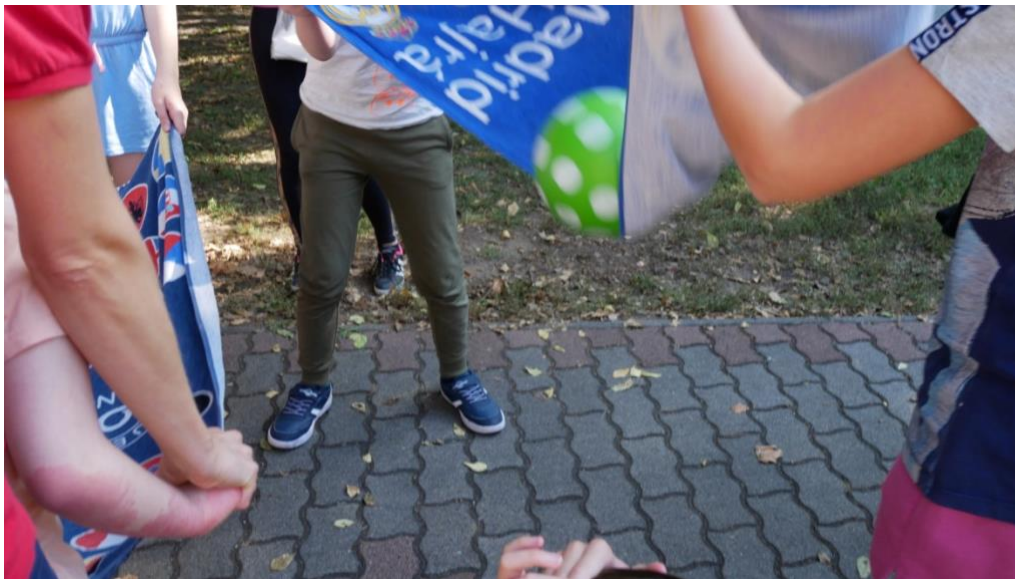
Az egyórás kirándulásból visszaérve egyből az iskola udvarára mentünk, ahol igyekeztünk a 2023 lépést megtenni, ki sétálva, ki futva. A felnőttek nagy többsége csatlakozott 1-1 diákunkhoz, s egymást kézen fogva igyekeztünk teljesíteni az előttünk álló néhány kört.



Az erdőjárást és futást/gyaloglást egy kis pihenő követte, amikor a gyerekek megtízoraiztak, ittak egyet.

½ 11-kor különböző helyszíneken folytatódott a játékos sport. Szerencsére a jó idő lehetővé tette, hogy az iskola hatalmas udvara adjon három helyszínt is.

Az egyik helyszínen páros feladatokkal találkoztak a gyerekek. A könnyebb változatnál ketten fogtak egy törülközőt, amiben egy dió volt, azt kellett egy dobozig elvinni (szlalomozva vagy egyenes úton) és abba belesúsztatni - ezt kerekesszékekkel is meg tudták csinálni. A nehezebb feladatnál ketten - ketten fogtak egy-egy törülközőt és azzal kellett passzolgatni egy labdát egymásnak. Az egymásra figyelésre és a koncentrációra nagy szükség volt a folyamatosan elgurulni akaró labdák között.



A két másik helyszín egy kicsit össze volt építve. Egyik a sporthorgászat, ahol kampós és mágneses halacskák is megtalálhatóak voltak egy hatalmas felduzzasztott „folyóban”. A horgászat helyszínétől a célbadobás helyszínéig egyensúlyozó/vonalkövető járással kellett eljutniuk a gyerekeknek, majd páros lábon tovább ugrálni a dobó karikáig. Akik nem tudtak egyensúlyozni a keskeny hídon, azok átlépheték a gátakat vagy egyszerűen a kacskaringózó híd mellett végigsétálhattak/végiggurulhattak.



Volt, aki közelebbről, volt, aki távolról dobta a babzsákokat, abból is kicsit vagy nagyot. Akinek a babzsák elengedése is nehéz volt, az beleboxolt a dobozokba. Egy autista nagyfiú olyan lelkesen szedte fel a leborult dobozokat, hogy ott maradt egész délelőtt segíteni, és jól kimozogta magát.



A negyedik helyszín a tornateremben volt, mert a gördeszka használatához nem volt megfelelő sem a téglá, sem a sportpálya burkolata.

A gyerekeknek párosítaniuk kellett különböző képeket vagy babzsákokat. Volt, aki a gördeszván fekvve, mások ülve keresgették a képeket, babzsákokat. Akik se megülni, se feküdni nem tudtak gördeszván, azok saját eszközükben vagy lábukon járták be a tornatermet a párok megtalálásához.



Elmondhatjuk, hogy sikeres napot zártunk, hiszen olyanok is sportolásra adták fejüket, akik egyébként kevesebbet mozognak. Voltak állóképességet, voltak ügyességet igénylő feladatok egyaránt. Sok diákunk nagyon elfáradt, de az őket kísérő és segítő felnőttek is kimozogták magukat. Jó hangulatú, kellemes délelőtt volt.

A nap nagy tanulsága: jó közösen együtt mozogni. Jövőre ismét benevezünk!