

ügyintéző: Kerekes Balázs  
telefonszám: +36 20 297 9972  
e-mail: [ksekerekes@gmail.com](mailto:ksekerekes@gmail.com)

tárgy: Ovis program

hivatkozási szám: ..... / .....

## KERÜLETI ÓVODÁS SPORTPROGRAM 2019-20.

### Előzmények:

Kerületünkben több, utánpótlással foglalkozó egyesület tevékenykedik számos sportágban. Számunkra a labdajátékokkal foglalkozó utánpótlás szakosztályok, egyesületek kiemelt jelentőséggel bírnak, hiszen az óvodás korosztály számára a rendszeres labdás foglalkozások a személyiség fejlődésének, a mozgáskoordináció fejlődésének, a tanulási képességek fejlesztésének fontos eszközei. Sok szülőnek nincs elég információja arról, hogy a kerületben milyen típusú mozgáslehetőségek közül választhatnak a különböző labdajátékok terén. Így a 2017-2018-as nevelési évben elindítottuk, majd a 2018-19-es évben folytattuk a kerületi óvodás sportprogramot annak érdekében, hogy segítségével - a szülők mellett - az utánpótlás szakosztályok szakemberei is képet kapjanak a kerület gyermekeinek aktuális képességeiről, és kiválaszthassák a tehetségeket. Ily módon már az óvodai korosztálytól elkezdődhet a tehetséggondozás. A programnak sikere volt az óvodapedagógusok, a szülők és a gyermekek körében egyaránt, a visszajelzések alapján jelentős igény mutatkozik a folytatására.

Az alábbi sportágakat preferáljuk változatlanul: foci, futsal, kézilabda (szivacsabda), pingpong, röplabda, strandröplabda.

A programot - ugyanúgy, mint az előző években - továbbra is többszintű rendszerben tervezzük, a hasonló tudásúakat külön-külön kezelve. Célunk a tavalyi évben résztvevő óvodáknál még több óvoda, még több gyermek bevonása, rendszeres felkészítése, részvétele. A program alapvetően ugyanúgy két színterű:

1. Felkészítés (rendszeres, szervezett keretek között, helyszín, eszközök, szakemberek biztosításával,)
2. Fesztivál jellegű vetélkedés, eredményesség díjazása nélkül, a résztvevőt kiemelve

### Motiváció:

A program csak akkor érheti el a célját, ha az óvodák (ezáltal az óvodavezetők) és az óvodapedagógusok is megfelelően motiváltak, elkötelezettek a program iránt. Ezt kétféle módon próbáljuk elérni:

- Megfelelő nyilvánosság biztosításával (rangja legyen annak, hogy az adott óvoda milyen eredményeket ér el)
- Dotációval (mind az óvodák, mind a felkészítő pedagógusok anyagi és tárgyi juttatásokat kapnak)
- A közreműködő egyesületek felajánlásai

### 1. A program célja:

- Rendszeres játékos sportmozgás biztosítása minél több gyermek számára, szakképzett oktatók segítségével is.
- Több szintű fesztivál jellegű vetélkedés lehetőség biztosítása óvodás korosztály részére. A program NEM VERSENYKÖZPONTÚ! Nem hirdetünk győzteseket, a résztvevőt, annak gyakoriságát súlyozzuk!
- Információ eljuttatása a célcsoport szülei számára
- Tehetség kutatása, gondozása

2. **A program rendezője:** Kerületi egyesületek bevonásával a Kispesti Sportközpont

3. **A program helyszínei:**

- A programban résztvevő óvodák tornaszobái, szomszédos iskolák tornatermei
- Hétfégenként egyeztetett időpontban gyakorlás céljából az Eötvös iskola tornaterme

4. **A program kezdő időpontja:**

**Ünnepélyes megnyitó: 2019. október 9-e szerda 17.00 óra helyszín:  
Kispesti Eötvös József Ált. Isk. Tornaterme**

**A program 2019. október 09 – 2020. március 22-ig tart.**

- 1. központi foglalkozás 2019. november 16. szombat, 9-13 óráig, óránkénti turnusok – Eötvös iskola
- 2. központi foglalkozás és Mikulás Kupa ovis vetélkedő 2019. november 30. szombat, 9-14 óráig, óránkénti turnusok – Eötvös iskola
- 3. központi foglalkozás 2020. január 11. szombat, 9-13 óráig, óránkénti turnusok – Eötvös iskola
- 4. központi foglalkozás 2020. február 15. szombat, 9-13 óráig, óránkénti turnusok – Eötvös iskola
- Verseny: 2020. március 21. szombat, 9.00 órától – Eötvös iskola

5. **A program résztvevői:** Kizárólag a kerületi óvodák csapatai. Egy óvodából megkötés nélkül több csapat is nevezhet. A csapatok 6+4 főből állhatnak maximum. Egy-egy versenyszámban egyszerre 6 gyermek szerepel, közülük 3 főnek mindig lánynak kell lenni.

1. korcsoport: 2012.09.01-2013.08.31. között születettek.

2. korcsoport: 2013.09.01-2014.08.31. között születettek.

1. **Programra jelentkezés:** **Jelentkezni előzetesen írásban lehet.** A részvételi szándékot az alábbi e-mailen lehet jelezni: [ksekerekes@gmail.com](mailto:ksekerekes@gmail.com). A jelentkezésen fel kell tüntetni az óvoda nevét, a csapatneveket és a korosztályokat, a csapatok vezetőit, elérhetőségüket (telefonszámát, e-mail címét). Nevezési határidő: **2019. október 04. péntek, 12.00 óra.**

1. **Díjazás:**

- Minden résztvevő óvoda, a programba bevont gyerekek létszámától/ az óvoda létszáma függően eszközvásárlási utalvány, támogatásban részesül.
- Minden felkészítő pedagógus (csapatonként max. 2 fő) anyagi díjazásban részesül a foglalkozásokon való részvétel és a versenyeken történő indulás után, 5000.-/fő/alkalom. A tiszteletdíjakat egy összegben adjuk át az érintett óvodák vezetőinek, akik azt differenciáltan osztják szét.

1. **Programszámok:**

**A pálya hossza:** 18 m. **Versenyzők száma:** 6+4 fő. Egy-egy versenyszámban egyszerre 6 gyermek szerepel, közülük 3 főnek mindig lánynak kell lenni.

Minden egyes versenyszámnál a váltás sorkerüléssel történik. A csapat utolsó váltó tagja csak átfut a célvonalon. A kísérő pedagógus karfelemeléssel jelzi a célba érést.

1. **Labdapattogtatás és gurítás**

Könnyített röplabda két kézzel vezetése (pattogatás) előre a bóják mentén, bója megkerülése és vissza fele két kézzel gurítás. Sorkerüléssel átadja a labdát a következő versenyzőnek.

**Eszközök:** 1 db könnyített röplabda, 4 bója,

## **2. Teniszlabda rendezés**

Az első és harmadik bója helyén egy-egy felfordított zsámoly van. Az első zsámolyban 3 db teniszlabda van, amelyet egyesével kell a másik zsámolyba átrakni. Ezt követően visszafutás, sorkerüléssel, kézrátétellel váltás. A következő gyerek szintén egyesével visszapakolja a teniszlabdákat az első zsámolyba, majd sorkerüléssel, kézrátétellel váltás.

**Eszközök:** 3 db teniszlabda, 2 zsámoly

## **3. Mocsárjárás**

A versenyző 2 db karikával a kezében indul. A karikákat - a bóják mellett - az egymás után a földre helyezi és belelép/ugrik. Csak a karikákba lépve/átugorva lehet előre haladni, a karikákat egymás elé helyezve. A feladatot a 2. bójáig kell végezni. Ott a két karikát megfogva, vissza egyenes vonalú futás. Váltás sorkerüléssel, karikaátadással.

**Eszközök:** 2 db karika, 2 bója

## **4. Labdapattintás, célba dobás**

Minden gyermek kezében van egy labda. A kézben tartott labdával bójától bójáig futás, miközben minden bójánál meg kell állni, a labdát lepattintani, elkapni, tovább futni. A labdát a 4. bója mögötti kapuba be kell dobni. Labda nélkül a bóják mellett egyenes vonalú futás, majd sorkerüléssel, kézrátétellel váltás. (plusz pont jár a hálóba bekerült labdáért)

**Eszközök:** 6 db labda, 4 bója, 1 db kiskapu

## **5. Célba dobás pingpong labdával**

A rajtvonaltól másfél méterre, egy magasfalú dobozba a gyerekeknek fejenként, - sorban egymás után - 3-3 pingpong labdát kell bedobni. Az a csapat győz, akinek a legtöbb labda van a dobozában. (Az elgurult labdát nem lehet újra felhasználni!)

**Eszközök:** 18 db pingpong labda, 1 db doboz

## **6. Ugrás és dobás**

Labdával a kézben egy pad tetején páros lábbal szökdelés, leugrás. Átbújás egy kifeszített zsinór alatt (60 cm). Fellépés egy zsámolyra, majd egy kifeszített zsinór fölött (215 cm), a zsámolyról (1,5m-ről) kétkezes dobás. Visszafele futás. (Plusz pont jár a zsinór felett átdobott labdáért.)

**Eszközök:** 6 db labda, 1 db zsámoly, 1 db pad

## **7. Játék**

Kincsvadászok

A 4 csapat a négyzet alapú terület négy oldalán elhelyezett kapuban (tábor) sorakoznak. A terület közepén labdák (kincsek) vannak elhelyezve. A sípszóra a „vadászok” a kincsekhez futnak, és bevezetik a saját táborukba (csak lábbal). A labdák száma megegyezik a gyerekek számával. Egyszerre egy játékos egy labdát vehet el.

**Eszközök:** 40 db labda

**Egyéb eszköz igény:**

- 2x20 m hosszú 2cm széles gumi (Eötvös iskolában van)
- 4 db megkülönböztető mez az utolsó váltótag jelöléséhez

A program részletes menetét, a további jelentkezési tudnivalókat, a kiírásokat, a foglalkozások időbeosztását a jelentkezés után küldjük!

A program megbízott vezetője Kerekes Balázs kerületi sportszervező. Szakmai vezető Bánáti Tiborné.

Budapest, 2019. szeptember 19.

**Lángi Gábor**  
*Kispesti Sportközpont*  
*intézményvezető*