

Zajęcia z Narciarstwa

W ramach 4 godziny lekcyjnej wychowania fizycznego dla klas gimnazjalnych w OSW dla Dzieci Nieślyszących w Poznaniu ,odbywają się zajęcia z narciarstwa zjazdowego. Zajęcia te prowadzone są od 2009 roku na stoku narciarskim MALTASKI w Poznaniu. Odbywają się w okresie od października do kwietnia. W tym czasie młodzież poznaje specyfikę narciarstwa, opanowuje podstawowe elementy narciarstwa (jazda pługiem ,skręty płuzne, skręty z półpługu, jazda równoległa), umiejętności bezpiecznego poruszania się na stoku, oraz umiejętność aktywnego spędzania wolnego czasu.

Cel prowadzenia zajęć z młodzieżą nieślyszą.

Dostosowanie do programu wychowania fizycznego, kształtowania cech motorycznych takich jak: siła ,szybkość, zwinność, zręczność, koordynacja, kształtowania umiejętności rekreacyjno-utilitytarnych, wykształcenia pożądanych cech charakteru: jak odwaga, wytrwałość, dążenie do celu, samodzielność i podejmowanie decyzji w wybranych sytuacjach. Praca z młodzieżą trudną wychowawczo.

Narciarstwo jest jedną z niewielu dyscyplin sportowych tak wszechstronnie i kompleksowo łączących w sobie cele i cechy aktywnej rehabilitacji.

Systematyczne ćwiczenia oddziałują na analizator statyczno-błędnikowy, istotnie poprawiają warunki zachowania równowagi i kształtują rytmizację ruchów u osób nieślyszących.

CEL OGÓLNY ZAJĘĆ:

REALIZACJA ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z WYKORZYSTANIEM FORM TURYSTYKI I NARCIARSTWA, JAKO ALTERNATYWA FORMA AKTYWNOŚCI MŁODZIEŻY NIEŚLYSZĄCEJ.





Kolejka Górna Letnia

Pontony	
1 zjazd	4
3 zjazdów pakiet	8
5 zjazdów pakiet	11

Mini Golf	
zjazd normalny	13
zjazd alpiny	11
grupa od 10 os.	8

zjazd, zjazd, zjazd

1 zjazd	4
3 zjazdów pakiet	8
5 zjazdów pakiet	11

zjazd, zjazd, zjazd

1 zjazd	4
3 zjazdów pakiet	8
5 zjazdów pakiet	11

10 zjazdów zjazd

DLA PA
BEZPIECZENSTWA

OBIEKT
WANY