**Europejski Tydzień Sportu**

**10 – 17 września 2016 r.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Organizator** | | **Data** | | | | | | | | |
| **10.09.** | **11.09.** | **12.09.** | **13.09.** | **14.09.** | **15.09.** | **16.09.** | | **17.09.** |
|  | **Gmina Kodeń** | UG Kodeń,  GCKSiT  w Kodniu |  | Impreza rekreacyjno – sportowa ***Pożegnanie lata w Kodniu***  - gry i zabawy dla dzieci.  - towarzyski mecz piłki nożnej pomiędzy drużynami Samorządowców i Ojców Oblatów z Domu Misjonarzy Maryi Niepokalanej. |  |  |  |  |  | |  |
|  | **Gmina Janów Podlaski** | Zespół Szkół im. Adama Naruszewicza w Janowie Podlaskim |  |  |  |  |  | ***W zdrowym ciele młody duch***  Projekt dla młodzieży szkolnej, rodziców, pracowników i emerytów placówki oraz mieszkańców Janowa Podlaskiego.  - badania lekarskie.  - nauka mierzenia tętna.  - gimnastyka przy muzyce.  - degustacja soków owocowo – warzywnych. | ***W zdrowym ciele młody duch***  - rajd rowerowy po okolicach Janowa Podlaskiego.  - podsumowanie akcji: rozmowa, zachęcenie do aktywności fizycznej, pamiątkowa fotografia. | |  |
|  | UG Janów Podlaski |  | ***Ruch to zdrowie*** – cykl imprez na hali sportowej przy Publicznym Gimnazjum im. św. Jana Pawła II w Janowie Podlaskim skierowanych dla dzieci i młodzieży szkoły podstawowej i gimnazjum  - Turniej piłki nożnej – chłopcy gimnazjum | - Lekkoatletyka jakiej nie ma w szkole | - Turniej piłki ręcznej drużyn mieszanych | - Marszobieg terenowy | - Gimnastyka akrobatyczna – skoki na wesoło | - Turniej piłki siatkowej drużyn mieszanych | | - Rajd rowerowy terenowy – Park Krajobrazowy „Podlaski Przełom Bugu” |
|  | **Miasto Terespol** | MOK Terespol | **900 – 1300**  Turniej piłki nożnej dla klas  III – IV szkół podstawowych |  | **1800 – 2000**  Terespolska Liga Piłki Nożnej + 16 |  | **1800 – 2100**  Terespolska Liga Piłki Nożnej + 16 |  |  | | **900 – 1300**  Turniej piłki nożnej dla klas 0 – I szkół podstawowych |
| LO im. Bohaterów Warszawy  w Terespolu |  |  |  |  |  | 1630 - ***Bądź aktywny – nordic walking***  Profesjonalny trening pod kierunkiem dr Ktzysztofa Piechy dla mieszkańców miasta Terespol oraz kilkuosobowej delegacji z Hiszpanii.  - poczęstunek: kawa, herbata, ciasto | 1630 –***Bądź aktywny – rolki***  Zawody w jeździe na rolkach:  - wspólny przejazd na rolkach główną ulicą Terespola;  - nagrody i upominki dla uczestników. | |  |
|  | **Gmina Terespol** | GCK Terespol,  UG Terespol |  | IV edycja Festiwalu Biegów ***Wrota Wolności***  Impreza rekreacyjno – sportowa dla dzieci, młodzieży, amatorów biegania i zawodowych biegaczy. |  |  |  |  |  | |  |
|  | **Gmina Międzyrzec Podlaski** | PG nr 2  w Krzewicy | ***Be Active - Sprawnym rowerem po okolicy***  Rajd rowerowy dla uczniów, rodzin, nauczycieli; wspólne ognisko. |  | ***Be Active*** Turniej wiedzy o sporcie – rozwiązywanie zagadek sportowych i krzyżówek w języku angielskim. |  | ***Be Active***  Konkurencje dla oddziałów klasowych:  - bieg na 60 m;  - rzut piłką lekarską;  - skok w dal z miejsca;  - rzut osobisty do kosza;  - rzut w pole punktowe do bramki piłką ręczną;  - strzał w pole punktowe do bramki piłką nożną;  - tor sprawnościowy na czas. | ***Be Active***  Turniej pokoleniowy w siatkówce lub piłce halowej, piłce nożnej.  Prezentacje plakatów z ulubionymi sportowcami lub sentencjami o sporcie. | ***Be Active***  Podsumowanie konkurencji i wręczenie nagród. | |  |
| SP im. Henryka Sienkiewicza w Halasach |  |  | Każdy dzień będzie poświęcony danej dyscyplinie sportowej. Rozgrywki w piłce siatkowej, trening piłki nożnej, zajęcia ze wschodnich sztuk walki, zajęcia gimnastyczne oraz rajd rowerowy. Zajęcia będą dopasowane do wieku i możliwości uczniów szkoły. | | | | | |  |
| SP im. Mikołaja Kopernika  w Tłuśćcu |  |  | ***Żyj aktywnie***  Zespołowe i indywidualne gry i zabawy realizujące określone cele:  - dostrzeganie własnego miejsca w Europie,  - poznanie różnych form aktywności fizycznej,  - wyzwalanie uczucia radości ze wspólnej zabawy,  - przestrzeganie zasad fair play. | | | | | |  |
|  | **Miasto Międzyrzec Podlaski** | LO im. gen. Wł. Sikorskiego |  |  |  | ***1000 – Festyn Międzypokoleniowy*** na Stanicy Żeglarskiej dla młodzieży i nauczycieli liceum, rodziców oraz seniorów (Związek Emerytów i Rencistów).  - konkurencje rekreacyjne: strzelanie z karabinków do tarcz, turniej friesbe lub badmintona, marsz na orientację;  - możliwość korzystania ze sprzętu wodnego: kajaków, rowerów wodnych, żaglówki. |  |  | |  |  |
|  | **Gmina Rokitno** | UG Rokitno |  |  | Spotkanie fizjoterapeuty i dietetyka z grupą osób trenujących Nordic Walking. | - Test Coopera dla uczniów Zespołu Szkół w Rokitnie,  - 900 – 1300 – spotkanie z maratończykiem,  - Mistrz Sportowej Sylwetki – konkurs na najciekawszy zestaw ćwiczeń. |  | ***Gminny Dzień Sportu***  - Powiatowe Biegi Przełajowe dla uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych z powiatu bialskiego  - zgadywanka terenowa „Zaginiona książka” dla uczniówe klas I-III. Bieg terenowy na dystansie 3 km z odszukiwaniem punktów kontrolnych na terenie instytucji publicznych,  - rozgrywki sportowe dla uczniów klas IV-VI szkoły podstawowej oraz gimnazjum. | |  | Podsumowanie projektu ***Zdrowi i aktywni***:  - bieg na milę,  - Nordic Walking na milę,  - spotkanie z lekarzem  - ognisko integracyjne |