

## Koszykarskie święto w Bojanie

2015.04.29

zobacz online: <http://szemud.pl/artykuly/koszykarskie-swieto-w-bojanie/>

Koszykarze Asseco Gdynia prowadzili zajęcia z dziećmi i młodzieżą z Kielna

Dorośli doskonale wiedzą, że uprawianie sportu bardzo pozytywnie wpływa na zdrowie i kondycję fizyczną. Nie inaczej jest w przypadku dzieci. Już od najmłodszych lat rodzice powinni zachęcać je do wysiłku fizycznego, mając na uwadze zasadę „czym skorupka za młodu...”.

Niedawno na nowoczesnej hali sportowo-widowiskowej w Bojanie w ramach zajęć ze Szkolnego Koła Sportowego uczniowie Szkoły Podstawowej i Gimnazjum z Kielna mieli okazję uczestniczyć w pokazowych zajęciach z udziałem koszykarzy Asseco Gdynia, zawodników drużyny biorącej udział w rozgrywkach Polskiej Ligi Koszykówki.

Ponad 40 uczniów od klasy czwartej do drugiej gimnazjum pod okiem zawodowych koszykarzy: A.J. Waltona, Kuby Parzeńskiego, Piotra Szczotki i Sebastiana Kowalczyka ćwiczyło z wielką radością.

Przeważały gry i zabawy, w które wpleciono elementy ćwiczeniowe. Dzieciaki i młodzież czerpała z tego satysfakcję, nie zastanawiając się, jakie i ile konkretnych ćwiczeń mieli do wykonania. Koszykarze profesjonalni w ciągu dwóch godzin zajęć pokazali dzieciom i młodzieży, że sport może być ciekawym sposobem na spędzanie wolnego czasu. Uczniowie mieli możliwość spożytkowania nadmiaru energii. Zajęcia były bardzo atrakcyjne.

Koszykówka, podobnie jak inne gry zespołowe, uczy zasad fair play, współpracy z innymi oraz pozytywnie wpływa na rozwój umiejętności interpersonalnych. Dzieci i młodzież podczas zajęć w grupie dobrze się czuli i widać było, że sport to dla nich świetna zabawa.

Zawodnicy, którzy mają za sobą wieloletnie uczestnictwo w rozgrywkach ligowych, przekazali adeptom koszykówki olbrzymi багаż doświadczeń wyniesiony z ligowych parkietów. Głównym celem zajęć było zachęcenie dzieci do podjęcia aktywności sportowej, wyrobienia w sobie chęci do uprawiania sportu, aby sport stał się częścią ich codziennego życia, a wolny czas, żeby spędzali nie przed telewizorem i komputerem, lecz na boiskach i halach sportowych.

Waldemar Kozakow