

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ - ΤΜΗΜΑ ΣΤΙΒΟΥ ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΗΜΕΡΙΔΑΣ ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΕΩΝ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Στο πλαίσιο προώθησης του αθλητισμού σε όλους τους μαθητές και μαθήτριες της πόλης μας, ο σύλλογός μας διοργανώνει ημερίδα εργομετρικών αξιολογήσεων για όλα τα παιδιά Γυμνασίου το Σάββατο 13/10 στο στάδιο «Μαρκ Μαρσώ» και ώρα 12.00 π.μ.

Η αξιολόγηση είναι προσφορά του ΓΑΣ Χολαργού προς όλους τους μαθητές των Γυμνασίων του δήμου Παπάγου-Χολαργού και των αθλητών του συλλόγου μας, θα γίνει με τον απαραίτητο εξοπλισμό που μας παρέχει ο, συντοπίτης μας κος Μπογδάνης Γρηγόρης καθηγητής στη σχολή ΣΕΦΑΑ του ΕΚΠΑ , τον οποίο και ευχαριστούμε θερμά.

Σκοπός μας είναι η ευαισθητοποίηση των παιδιών και των γονιών τους έτσι ώστε να υιοθετήσουν ένα πιο υγιεινό τρόπο ζωής, ο οποίος θα περιλαμβάνει το στοιχείο της άθλησης ως τρόπο ζωής, αλλά ταυτόχρονα της γνώσης των αναγκών και δυνατοτήτων του κάθε παιδιού, ώστε να γίνει πιο συνειδητά η επιλογή του αθλήματος ή του τρόπου άθλησης στην ζωή τους.

Τα παιδιά θα υποβληθούν σε αξιολόγηση των εξής τεσσάρων βασικών ικανοτήτων:

1. **Ταχύτητα** σε δρόμο 30 μέτρων με φωτοκύτταρα που υπολογίζουν το χρόνο που χρειάστηκε για να διανυθεί η απόσταση
2. **Αλτικότητα** μέσω του κατακόρυφου άλματος σε ειδικό τάπητα που υπολογίζει το ύψος του άλματος
3. **Ρίψη** με ρίψη μπάλας πάνω από το κεφάλι και καταμέτρηση της απόστασης που καλύφθηκε
4. **Καρδιοαναπνευστική Αντοχή** μέσω παλίνδρομου τρεξίματος 20 μέτρων με προοδευτικά αυξανόμενο ρυθμό (beep test).

Για την ομαλή διεξαγωγή των μετρήσεων αλλά και για την εξασφάλιση των καλύτερων αποτελεσμάτων θα ήταν χρήσιμο να μας αποσταλούν μέχρι την Παρασκευή

12 Οκτωβρίου τα ονόματα των παιδιών που επιθυμούν να συμμετάσχουν στην ημερίδα συμπληρωμένα στη συνημμένη φόρμα στο e-mail του ΓΑΣ Χολαργού: info@gas-holargos.gr.

Σε περίπτωση που ο αριθμός των παιδιών είναι μεγάλος θα οριστεί και δεύτερη ημερομηνία.

Διευκρινήσεις:

Η συμμετοχή των παιδιών είναι δωρεάν.

Η διάρκεια της αξιολόγησης θα εξαρτηθεί από το πλήθος των συμμετοχόντων και θα είναι μέχρι δύο ώρες.

Η ανάλυση των αποτελεσμάτων-αξιολόγηση θα γίνει από τους προπονητές στίβου του ΓΑΣ Χολαργού, πτυχιούχους καθηγητές φυσικής αγωγής (ΚΦΑ), σε συνεργασία με τον καθηγητή ΣΕΦΑΑ Γ. Μπογδάνη.

Σημειώνεται ότι τα στοιχεία των παιδιών καθώς και τα σχετικά αποτελέσματα, αποτελούν προσωπικά δεδομένα που θα παραληφθούν από τους άμεσα ενδιαφερόμενους και δεν θα χρησιμοποιηθούν από τον σύλλογο.

Στην όλη διαδικασία θα παρίσταται γιατρός

ΚΑΘΕ ΠΑΙΔΙ, ΘΑ ΛΑΒΕΙ ΜΕΡΟΣ ΜΕ ΔΙΚΗ ΤΟΥ ΕΥΘΥΝΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ

Για οποιαδήποτε άλλη πληροφορία ή διευκρίνηση είμαστε στη διάθεσή σας στα τηλέφωνα : 6932313649 και 6986601913

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

Η Πρόεδρος

Βασιλική Ξένου

Ο Γ.Γραμματέας

Φίλιππος Καχραμάνος

Ζακύνθου 2, Χολαργός 15562 Τηλέφωνο:210-6522954 Fax:210-6522954 Κινητό: 6932664681
e-mail: info@gas-holargos.gr Δικτυακός Τόπος: www.gas-holargos.gr

Μέλος: ΕΓΟ, ΕΦΟΤ, ΕΟΠΕ, ΣΕΓΑΣ ΕΣΟ, ΕΟΞ ,ΕΦΟΕπΑ
Α.Φ.Μ. 090205200 Δ.Ο.Υ. Χολαργού