

«11η Πανελλήνια Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού - Ευρωπαϊκή Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού 2024-Κινσάσας Λ. Δ. του Κονγκό»

Γράφει η Διευθύντρια των Ελληνικών Εκπαιδευτηρίων Κοινότητας Κινσάσας,
Κυριακοπούλου Φωτεινή

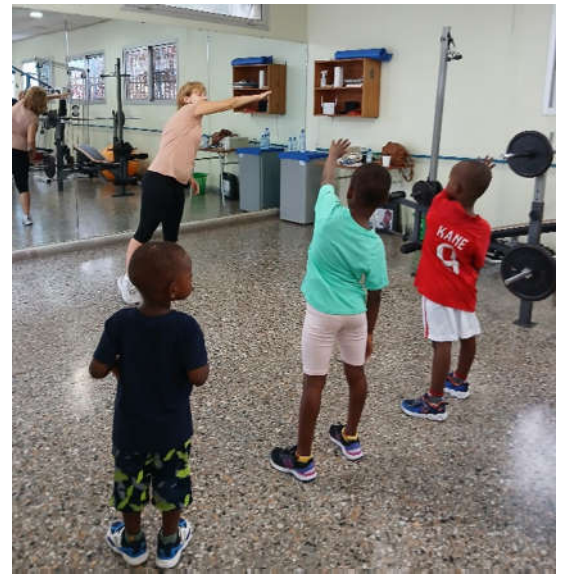


Στο πλαίσιο της εναρμόνισης του εορτασμού της 11ης Πανελλήνιας Ημέρας Σχολικού Αθλητισμού 2024 με την Ευρωπαϊκή Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού, την Παρασκευή 27 Σεπτεμβρίου 2024, με κοινό σύνθημα «Αθλούμαστε Μαζί, Δίνουμε ποιότητα στη Ζωή» και στόχο την ανάδειξη της ωφελιμότητας της άθλησης στη σωματική και πνευματική υγεία, οι μαθητές και οι μαθήτριες των Σχολείων μας υλοποίησαν αθλητικές δραστηριότητες και δράσεις, καθ' όλη τη διάρκεια του ωραρίου, με στόχο την ανάδειξη της θεμελιώδους σημασίας και ωφελιμότητας της άθλησης στη σωματική και πνευματική υγεία σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας.

Οι δράσεις πραγματοποιήθηκαν στις αθλητικές εγκαταστάσεις της Ελληνικής Κοινότητας Κινσάσας και στις τάξεις. Οι δραστηριότητες είχαν χωριστεί σε δύο κατηγορίες: **Αθλητικές δραστηριότητες και δραστηριότητες εικαστικών.**

Οι μαθητές του Νηπιαγωγείου όπως και του Δημοτικού χρησιμοποιώντας μαρκαδόρους, ξυλομπογιές, πινέλα και νερομπογιές, προσπάθησαν να αποτυπώσουν το μήνυμα της ημέρας και δημιούργησαν τα δικά τους πανό.





Οι μαθητές και οι μαθήτριες του Γυμνασίου και του Λυκείου έφτιαξαν ψηφιακές αφίσες στα πλαίσια του μαθήματος της Πληροφορικής και έγραψαν κείμενα αποτυπώνοντας τις σκέψεις τους για την άσκηση και τα οφέλη της.



Συγχαρητήρια σε όλους τους μαθητές και όλες τις μαθήτριες που έλαβαν μέρος σε αυτήν την γιορτή, αλλά και σε όλους τους εκπαιδευτικούς των σχολείων μας που με την προσπάθειά τους βοήθησαν η ημέρα αυτή να αποτελέσει μοναδική ευκαιρία εμπειριών, συνεργασίας και αλληλεπίδρασης.

Υπεύθυνοι εκπαιδευτικοί: κ. Κουρέτα Κωνσταντίνα, κ. Γκίκας Νικόλαος, κ. Ζαρκαλλή Αθηνά και κ. Τζαγκαράκη Ιωάννα.





Ακολουθεί το κείμενο της μαθήτριας της Γ' Λυκείου, Ελευθερίας Ζαρκαλλή.

ΑΘΛΟΥΜΑΣΤΕ ΜΑΖΙ, ΔΙΝΟΥΜΕ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΖΩΗ

ήταν το σύνθημα της 11ης Πανελληνίας Ημέρας Σχολικού Αθλητισμού.

Και η μέρα έφτασε!

Οι τσάντες μας γεμάτες... μα όχι με βιβλία αυτή τη φορά, αλλά με χαμόγελα, ενέργεια, διάθεση για παιχνίδι και περιέργεια για το πρόγραμμα της ημέρας.

Το σχολείο μας ολόκληρο μετατράπηκε σε αθλητικό κέντρο. Ένα κέντρο που περιλάμβανε διάφορους σταθμούς. Σε κάθε έναν από αυτούς μας περίμενε και μία διαφορετική αθλητική δραστηριότητα. Οι εκπαιδευτικοί φρόντισαν, ώστε όλοι οι μαθητές να περάσουν μια μέρα γεμάτη δράση με αγώνες, χορούς, παραδοσιακά παιχνίδια και ομαδικές κατασκευές.

Η μέρα μας ξεκίνησε με αεροβικές ασκήσεις στο γυμναστήριο της Ελληνικής Κοινότητας, με στόχο να αναδειχθούν τα οφέλη της φυσικής δραστηριότητας και της σωματικής άσκησης στην υγεία και την ποιότητα ζωής. **Ακολούθησε ένας δυναμικός αγώνας μπάσκετ** στο γήπεδό μας με τη συμμετοχή τόσο των εκπαιδευτικών, όσο και των μαθητών. Όλοι ξεδίπλωσαν το ταλέντο τους, έπαιξαν, έτρεξαν ανέμελα, χάρηκαν και ευχαριστήθηκαν.

Οι μικροί μαθητές του Νηπιαγωγείου, εκτός από τη συμμετοχή τους στις εξωτερικές δραστηριότητες, με την καθοδήγηση της Νηπιαγωγού, εντός της αίθουσας, εκτέλεσαν απλές ασκήσεις για μικρά παιδιά, έπαιξαν και χόρεψαν. Επίσης, έφτιαξαν μια αφίσα με κεντρικό σύνθημα **«Αθλούμαστε Μαζί, Δίνουμε ποιότητα στη Ζωή»** και παρακολούθησαν σχετικά βίντεο για να κατανοήσουν τη σημασία του αθλητισμού.

Και αφού τρέξαμε, παίξαμε και γελάσαμε, έφτασε η σειρά του χορού. Όλοι μαζί, με ενθουσιασμό και χαρά, χορέψαμε παραδοσιακούς ελληνικούς χορούς, ενώνοντας τα χέρια και τα βήματά μας σε μια ατμόσφαιρα γεμάτη ζωντάνια και αγάπη για την πατρίδα μας, καθώς και παραδοσιακούς χορούς του Κονγκό, οι οποίοι μας έδωσαν την ευκαιρία να έρθουμε σε επαφή με τη ζωντάνια και τον πλούτο της αφρικανικής παράδοσης. Η εμπειρία αυτή μας γέμισε θετική



ενέργεια, καθώς απολαμβάνουμε τον ρυθμό και τις κινήσεις που χαρακτηρίζουν τους διαφορετικούς πολιτισμούς.

Τελευταία δραστηριότητα στο πρόγραμμα της ημέρας ήταν η δημιουργία αφισών με συνθήματα που ενθαρρύνουν τη σωματική δραστηριότητα και τον υγιεινό τρόπο ζωής.

Και στο τέλος, όλοι, μικροί και μεγάλοι, βραβευτήκαμε με ένα μετάλλιο, γιατί σημασία δεν έχει το ποιος θα τερματίσει πρώτος, δεύτερος ή τρίτος. Σημασία έχει να φτάνουμε στο τέλος, αγωνιζόμενοι δίκαια και τίμια.

Το κεντρικό σύνθημα της φετινής δράσης «**Αθλούμαστε Μαζί, Δίνουμε ποιότητα στη Ζωή**» συμβολίζει όχι μόνο τα οφέλη, αλλά και τις αξίες που καλλιεργούνται μέσω του αθλητισμού, η αλληλεγγύη, η συνεργασία, το εϋ αγωνίζεσθαι και η ευγενής άμιλλα.



Υπηρετώντας το σύνθημα «Αθλούμαστε Μαζί, Δίνουμε ποιότητα στη Ζωή» με τον πιο όμορφο και διασκεδαστικό τρόπο ανανεώνουμε το ραντεβού μας για το 2025!

