



KLUB UCZELNIANY AZS UNIwersytetu MARIi CURIE-SKŁODOWSKIEJ W LUBLINIE

Lublin, 20.03.2024 r.

**Sz. P.**  
**Dyrektorzy**  
**Szkół Podstawowych**  
**Miasta Lublin**

### **„Lekkoatletyczne dzieciaki”**

#### **Projekt z finansowany z budżetu obywatelskiego Miasta Lublin**

Lekka atletyka od lat stanowi jedną z podstawowych dyscyplin sportowych uprawianych w Lublinie. Co roku w naszym mieście organizowane są zawody lekkoatletyczne o zasięgu ogólnopolskim, w których uczestniczy publiczność, szczególnie młodzież szkolna i akademicka. Na zawodach krajowych i międzynarodowych Miasta Lublin jest reprezentowane przez najlepszych lubelskich lekkoatletów np. **Małgorzatę Hołub-Kowalik, Sofię Ennaoui, Angelikę Mach** itp. co w jeszcze większym stopniu wpływa na promocję lekkiej atletyki wśród najmłodszych mieszkańców naszego miasta. Naszym zdaniem opisane działania jednoznacznie wpłynęły na zaszczepienie ducha sportu lekkiej atletyki szczególnie wśród najmłodszych mieszkańców naszego miasta. Mając powyższe na uwadze **KU AZS UMCS Lublin**, pragnie zorganizować treningi lekkoatletyczne.

W ramach realizacji zadania pragniemy przeprowadzić treningi lekkoatletyczne dla minimum 10 grup szkoleniowych składających się z dzieci w następujących przedziałach wiekowych:

- 6-8 lat, 6 grup szkoleniowych,
- 9-11 lat, 2 grupy szkoleniowe,
- 12-15 lat, 2 grupy szkoleniowe,

Każda z utworzonych grup liczyła będzie 15 osób, zajęcia treningowe będą prowadzone dla każdej z grup w wymiarze 2 razy w tygodniu po 60 min przez 28 tygodni w okresie kwiecień – październik 2024 r.





#### KLUB UCZELNIANY AZS UNIwersytetu MARIi CURIE-SKŁODOWSKIEJ W LUBLINIE

Zajęcie prowadzić będą trenerzy lub instruktorzy posiadający odpowiednie kwalifikacje. W grupach z najmłodszymi dziećmi główny nacisk położony będzie na zajęcia ogólnorozwojowe, zachęcające do trenowania lekkiej atletyki. W grupach z dziećmi w wieku 9-11 lat trenerzy będą starali się prowadzić zajęcia ogólnorozwojowe z elementami treningu podzielonego na podstawowe bloki konkurencyjne, W grupach z młodzieżą w wieku 12-15 lat trenerzy będą prowadzili zajęcia ogólnorozwojowe oraz treningi z podziałem na bloki konkurencyjne. Organizując tak dużą liczbę zajęć, niezbędnym jest zapewnienie odpowiedniej bazy sportowej, zajęcia będą prowadzone m.in.: na stadionie lekkoatletycznym, w obiektach sportowych ZSE w Lublinie, obiektach sportowych CKF UMCS Lublin, obiektach sportowych przy szkoła podstawowych Miasta Lublin.

Finałem naszych treningów będzie przeprowadzenie zawodów pod koniec realizacji zadania. Zawody zostaną zorganizowane na stadionie lekkoatletycznym w Lublinie, w zawodach wezmą udział wszystkie grupy objęte programem szkolenia sportowego. Grupy będą rywalizowały w odpowiednich kategoriach wiekowych. Zwycięzcy otrzymają nagrody, a każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy dyplom potwierdzający uczestnictwo w ww. projekcie. W celu podniesienia poziomu organizacyjnego i doniosłości turnieju zapewnimy prowadzącego turniej, poszczególne zmagania będą sędziowane przez trenerów, a w ramach niespodzianki dla uczestników rozgrzewkę poprowadzi jedna z naszych czołowych zawodniczek. Po zakończeniu zmagania zabezpieczymy czas na wspólne zdjęcia oraz autografy od naszej zawodniczki.

Z poważaniem  
KU AZS UMCS Lublin

