

Délutáni Floorball sportkör szakmai programja

Célja: A floorball sportkör azzal a céllal indult el, hogy az iskolába járó tanulók rendszeres sportolási és versenyzési lehetőséghez jussanak a floorball sportágban, ezzel segítve az egészséges életmódra nevelésüket. További célok között szerepel az is, hogy azokat a tanulóinkat, akik nagyobb érdeklődést mutatnak a sportág iránt, tovább irányítsuk más egyesületek felé, így segítve a diákjaink sport pályafutásának épülését.

Az edzéseken bárkit szívesen látunk, aki érdeklődik a floorball iránt. Az edzésre járók között vannak fiúk és lányok, és fiatalabb (most bejövő 13-14 éves) és végzős (19-20 éves) diákok is. Nem kötelező a verseny ambíció, sok olyan diákunk is látogatja az edzéseket, akik csupán a sport – és a társaság – szeretete miatt járnak. A volt Rákóczis diákoknak is lehetőséget biztosítunk, hogy – miután már végeztek az iskolánkban – továbbra is látogathassák a foglalkozásokat, így segítve a fiatalabbak fejlődését.

A 2023-24-es tanévben a foglalkozások hetente egyszer, pénteken 15.00-16.30-ig vannak megtartva. Létszámtól függően csoportbontásokat is alkalmazunk (kezdők-haladók, fiúk-lányok).

Minden évben aktív szereplői vagyunk a diákolimpiai versenysorozatoknak (kispályás, nagypályás, unihoki), ahol az elmúlt években kiemelkedő eredményeket értünk el. Ezenkívül más versenyeken is megmérettetjük magunkat: az iskolánk az egyik legeredményesebb résztvevője a felnőtt Szabadidős Kupa sorozatnak, illetve egyetemi, főiskolai kupákon is rendszeresen pályára lépünk.

Idén is tervezünk indulni a kispályás floorball, a nagypályás floorball és az unihoki diákolimpiákon is.

Röplabda sportszakkör szakmai programja

A röplabda igen népszerű a II. Rákóczi Ferenc Gimnáziumban. Mára már hagyománnyá vált az osztályok közötti röplabda verseny. Kedvelt esemény a sportnap keretében szervezett páros röplabda bajnokság is. Az iskolában a délutáni sportszakkörön lehetőséget biztosítunk a diákok számára, hogy röplabda edzéseken vegyenek részt. Várjuk azokat a tanulókat, akik hobbi szinten, vagy akár versenyszerűen szeretnék űzni ezt a sportot.

A röplabda egyike a legnépszerűbb labdás sportágaknak. Különlegessége, hogy nincs testi kontaktus az ellenfelek között. Magas technikai tudás elsajátítása szükséges ahhoz, hogy igényes és élvezhető játék alakuljon ki, ezért az alapérintések fejlesztésére is nagy hangsúlyt fektetünk. A célunk az, hogy a gyerekeket a sportág megszerettetésén keresztül az egészséges életmódra neveljük. Szeretnénk, hogy jó élményekkel gazdagodjanak az edzéseken vagy versenyeken. Fontos megemlíteni, hogy a röplabdának közösségformáló ereje van, ahol a fiúk és a lányok, fiatalok és idősebbek közösen vesznek részt a tudásszintnek megfelelően.

A röplabda edzéseket hetente kétszer: kedden és csütörtökön 15.35-16.35-ig tartja Fábíán Viktor testnevelő.