

## Αθλητικοί Όμιλοι Νηπιαγωγείου - Α΄ δημοτικού



### ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

Τα παιδιά χαίρονται την επαφή τους με το νερό, μαθαίνουν τις τεχνικές του ύπτιου και του ελεύθερου, απολαμβάνουν την κολύμβηση και γυμνάζουν όλο τους το σώμα, μέσα από παιγνιώδεις δραστηριότητες.

### ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

Μέσα από την εκμάθηση των βασικών τεχνικών του ποδοσφαίρου, τις ασκήσεις και το παιχνίδι, καλλιεργούμε την ομαδικότητα, τη συνεργασία, την πειθαρχία στους κανόνες και το ήθος.



### ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Ασκήσεις με όργανα: μπάλες, κορίνες, κορδέλες, σχοινάκια και ποικιλία μουσικοκινητικών παιχνιδιών με σκοπό την ισόρροπη ψυχοσωματική ανάπτυξη των παιδιών.

### ΤΑΕ KWON DO

Ασκήσεις αυτοάμυνας με τα πόδια, τα χέρια και το μυαλό. Σεβασμός στον αντίπαλο, πειθαρχία και αυτοσυγκέντρωση. Συνεργασία με την Ελληνική Ομοσπονδία για απόκτηση ζωνών.



### ΜΙΝΙ ΜΠΑΣΚΕΤ

Η ομαδικότητα, ο συναγωνισμός και η εκμάθηση των βασικών δεξιοτήτων του μπάσκετ είναι ο βασικός στόχος του ομίλου καλαθοσφαίρισης.