



November 19-én a testvériskolai pályázatunk keretén belül egy hatszoros világ- és kétszeres Európa-bajnok sportoló érkezett intézményünkbe. Három év után ismét lehetőségünk volt arra, hogy Katus Attilával tornázzunk.

November közepén már nem volt alkalmas az idő arra, hogy a szabad levegőn, a sportpályán tartsuk meg a rendezvényt, így az aerobikbajnokkal a tornateremben mozogtak a gyerekek.

A sportoló közvetlenségével azonnal elnyerte a tanulók rokonszenvét. A gyerekek kezdetben bátortalanul mozogtak, de a lendületes zene, az edző magával ragadó személyisége és energiája mindenkit fellelkesített. A hangulatot csak fokozta, amikor Attila egyre több gyereket választott maga mellé, akik aztán büszkén mutatták a gyakorlatokat társaiknak, mint kis

segédedzők.

Miután a gyerekek kellően elfáradtak, Katus Attila hasznos életmódtanácsokkal látta el őket. Nem győzte hangsúlyozni, hogy a testünk a barátunk, bánjunk jól vele. Nagyon fontosnak tartotta, hogy a gyermekeknek megmutassa azt, hogy az egészséges életmód döntés kérdése. Aki úgy dönt, hogy egészségesen él, az jár jó úton. Minden gyermek menő szeretne lenni a saját közegében, így próbál olyan példát mutatni nekik, ami követendő. Ezeket a példákat a mozgáson keresztül, illetve humoros és érthető formába csomagolva mutatta meg. A rendszeres testmozgást és sportot ajánlotta a nebulóknak, természetesen egészséges táplálkozással karöltve. Saját életútját demonstrálva próbálta a diákokat a helyes életvitel irányába terelni. Mesélt a sikerről, a sport örömeiről, és arról, hogy az életben mindenért küzdeni kell. Az győz, az éri el a célját, aki küzd érte. Motivációs beszédével arra sarkallta a gyerekeket, hogy legyenek álmaik, céljaik. Aki többet sportol, tovább él és fiatalosabb marad. Az őszinte, de egyben gyerekközeli, humoros előadás utat talált hozzájuk.

Az egy órás program után elkészültek a közös fotók, a gyerekek pedig lelkesen beszéltek a tanító néniknek az élményeiről, hogy mit hallottak Katus Attilától, milyen tanácsokkal látta el őket. Remélem, a későbbiekben is emlékezni fognak rá. A világbajnok elért eredményei, valamint közvetlensége, nyitott személyisége kiváló követendő példa tanulóink számára.

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ **Hegyes Szilvia** intézményvezető