

Uczniowski Klub Sportowy /UKS/ jest organizacją szkolną, która w założeniach swoich ma na celu upowszechnienie kultury fizycznej wśród młodzieży szkolnej oraz rozwijanie i kształtowanie jej zainteresowań sportowych. UKS ma pomagać w szkole w wychowaniu uczniów, szczególnie kształtowaniu właściwej postawy społecznej i wyrabianiu takich cech charakteru, jak aktywność, samodzielność, poczucie obowiązku i odpowiedzialności za wykonanie powierzonych zadań. Członkowie UKS w czynnej organizacyjnej działalności mają nauczyć się współzycia w zespole i wykazać się zaradnością i zdolnościami organizacyjnymi. Do podstawowych zadań zespołu należy ściśle współdziałanie ze szkołami w organizowaniu działalności szkolnego koła sportowego, rozwój międzyszkolnych klubów sportowych, realizowanie imprez przewidzianych w kalendarzu sportowym dla młodzieży szkolnej, organizowanie szkolenia kadr i młodzieżowego aktywu sportowego dla potrzeb sportu szkolnego, oraz rozwijanie innych form działalności, służących upowszechnianiu kultury fizycznej wśród młodzieży szkolnej. UKS jest głównym organizatorem życia sportowego szkoły, spełnia funkcję krzewiciela kultury fizycznej, inicjując cały szereg imprez i zawodów sportowych, szkolnych i międzyszkolnych. UKS skupia uzdolnioną i sprawną fizycznie młodzież, posiadającą ambicje sportowe.

### Cel:

Głównym celem pracy na zajęciach UKS jest ogólne usprawnienie uczniów i przygotowanie do zawodów sportowych.

### Zadania główne:

1. Poprawa ogólnej sprawności fizycznej uczniów;
2. Poprawa stanu zdrowia;
3. Kształtowanie nawyków sportowych;
4. Kształtowanie właściwych nawyków higienicznych;
5. Wykształcenie nawyku przestrzegania zasad bezpieczeństwa na zajęciach;
6. Rozwijanie aktywności twórczej;
7. Nauka podstawowych ćwiczeń gimnastycznych;
8. Nauka gier i zabaw;
9. Wpajanie nawyków czystości i higieny osobistej.