



Pomáz Város Sportkonceptiója 2012 -2016

*„ A sport megtanít becsületesen győzni,
vagy emelt fővel veszíteni.*

A sport tehát mindenre megtanít. „

Ernest Hemingway

Tartalomjegyzék:

1.	Bevezetés	5.
2.	Jogi háttér	5.
2.1.	Az Önkormányzatok sportban vállalat szerepe	6.
2.2.	Az Európai Unió sporttal kapcsolatos alapelvei	7.
2.3.	A Nemzeti Sportstratégia fontossága	7.
3.	Pomáz város sportkoncepciójának alapelvei	8.
4.	Önkormányzati feladatok, hatáskörök	9.
4.1.	Bizottsági feladatkörök	10.
5.	Szemponrendszer	10.
6.	Gyermek és ifjúsági sport	11.
6.1.	Óvoda előtti korosztály mozgáslehetőségei	11.
6.2.	Óvodai testnevelés	13.
6.3.	Iskolai és diáksport	16.
6.4.	A sport egészségre kiható jótékony és káros hatásai	19.
7.	Fejlesztésre váró területek, lehetőségek összegzése	20.
7.1.	A legkorábban kezdhető sportfoglalkozás	20.
7.2.	Az úszás pozitív hatásai	21.
7.3.	Jeges sport lehetőségek	22.
7.4.	Új, elérhető tornatermi sport	23.
8.	Az önkormányzat által fenntartott intézményi hálózat	23.
8.1.	Sashegyi Sándor Általános Iskola és SZKI	24.
8.2.	Mátyás Király Általános Iskola	24.
8.3.	Német Nemzetiségi Általános Iskola	24.
8.4.	Pomázi Sportpálya	24.
8.5.	Pomázi Művelődési Ház és Könyvtár	25.
9.	Társasági adókedvezmény kihatása a sportra	25.
10.	Sportegyesületek	26.
10.1.	A58 Postagalamb Sportegyesület	26.
	A30 Postagalamb Sportegyesület	
10.2.	Pomázi Horgászegyesület	26.
10.3.	Pomáz Ifjúsági és Sport Alapítvány	26.
10.4.	Pomázi Lavina DSE	26.
10.5.	Pomázi Városi ICO Sport Egyesület	27.
10.6.	Egervári- Halmai Focisuli	28.
10.7.	Magyar Aikido- Kultúra Szakszövetség Pomázi Aikido klub	28.
10.8.	MTE Pomázi Osztálya	28.
10.9.	Holdvilág- Árok Országjáró Kulturális Egyesület	29.
10.10.	Magyar Lovas Íjász Akadémia Sportegyesület	30.
11.	Egyéb klubok és edzőtermek	30.
11.1.	Pomázi Tenisz Klub	30.
11.2.	Pulzus Numero Sportklub, Fitness klub	31.

11.3.	Re-Form Fitness alakformáló szalon	31.
11.4.	Nil-fitness Csikóvár Üzletház	31.
11.5.	Főnix Day Spa a Fog - Házban	31.
12.	Az egészségkárosultak, a fogyatékkal élők sportja és a gyógytestnevelés	31.
13.	Versenysport	32.
14.	Szabadidősport	33.
15.	Utánpótlás	33.
16.	Közép és hosszú távú elképzeléseink	33.
16.1.	Nagy fejlesztések, beruházások, álmok	33.
16.2.	A kerékpárút megépítésének lehetőségei	34.
17.	Turizmus	34.
18.	A média a sport szolgálatában	35.
19.	Rövidtávú program, a „2013 Pomáz Év” sport eseményei	35.
	Forrás jegyzék	37.

1. Bevezetés

Pomáz Város Önkormányzatának célkitűzése, hogy sportkonceptiója irányt mutasson és meghatározza, megvalósítsa a nemzetközi, az országos és a helyi társadalmi igények alapján, a gazdasági és jogszabályi lehetőségeknek megfelelően a város sportéletének jövőképét és célrendszerét. Megvalósítsa kialakított stratégiáját, a sport területén elvégzendő fejlesztéseket, munkákat.

Életminőséget megváltoztatható programokat dolgozzon ki.

A lehetőségek és fejlesztések fontos elképzelésként kell, hogy megjelenjenek a városi sportélet jövőképének és célrendszerének megalkotásában.

A sport fontossága mind társadalmi, mind gazdasági szempontból meghatározó egy nemzet életében, akár a versenysport gazdasági és lélektani hatásait, akár az utánpótlás nevelés, az iskolai és diáksport, illetve a szabadidősport jótékony hatásait vizsgáljuk a társadalom és városunk egészére nézve.

Korosztályoktól függetlenül, az életminőséget és az egészség megőrzési funkciót is pozitívan befolyásol a sport.

A felnövekvő nemzedékek életében különösen nagy szerepet tölt be, hiszen nevelő hatású, az emberi értékek kialakulását segítheti elő. Megerősíti a közösségtudatos gondolkodást, fejleszti a csapatszellem, küzdeni tudás, a kitartás, a győzni akarás képességét, de ezek mellett az ellenfél tiszteletére és megbecsülésére is nevel.

2. Jogi háttér

Magyarország Alaptörvénye 2012. január 1. napjától hatályos

Az Alaptörvény Szabadság és Felelősség fejezetének XX. cikke rendelkezik a sporthoz való állampolgári jogokról.

„(1) Mindenkinek joga van a testi és lelki egészséghez.”

A cikk (2) bekezdésében ennek eszközeként szerepel a „sportolás és a rendszeres testedzés” támogatása. A testkultúra az egyetemes kultúra része, az egészségvédelem, a megelőzés és rekreáció fontos eszköze.

Ezen kívül az (1) bekezdés szerinti jog érvényesülését Magyarország genetikailag módosított élőlényektől mentes mezőgazdasággal, az egészséges élelmiszerekhez és az ivóvízhez való hozzáférés biztosításával a munkavédelem és az egészségügyi ellátás megszervezésével, a sportolás és a rendszeres testedzés támogatásával, valamint a környezet védelmének biztosításával segíti elő.

Fontos szem előtt tartani a mindenkori aktuális jogszabályi környezetet.

2.1. Az Önkormányzatok sportban vállalat szerepe

Az Önkormányzatok sportban vállalat szerepét alapvetően három törvény határozza meg.

Szakmai részét a 2004.évi I. törvény „*A sportról*” rögzíti.

A törvény a 49. §- ban fejt ki az államnak az Alaptörvényben előírt kötelezettsége teljesítése érdekében ellátandó feladatait, így állami feladat különösen a szervezett formában történő sporttevékenység gyakorlás jogszabályi feltételeinek meghatározása, a mindennapos testedzés feltételeinek megteremtése a közoktatásban, részvétel a versenysport, az utánpótlás- nevelés, az iskolai és diáksport, a főiskolai- egyetemi sport, a szabadidősport és a fogyatékosok sportja, valamint a helyi önkormányzatok által ellátott sportfeladatok finanszírozásában, az esélyegyenlőség jegyében támogatni a gyermek- és ifjúsági sportot, a nők és a családok, a hátrányos helyzetű társadalmi csoportok sportját, valamint elősegíteni a nem állami tulajdonban lévő sportlétesítmények építését, karbantartását, korszerűsítését, akadálymentesítését, illetve fejlesztését.

Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény

Az új önkormányzati törvény 13. § (1) bekezdésében a kötelezően ellátandó önkormányzati feladatok között, a 15. pontban nevesíti a „sport, ifjúsági ügyeket”. Ezzel fémjelzik azt, hogy a két terület egymás nélkül nem létezhet.

Az **európai és nemzeti értékrendnek** is helyt kell adnunk a városi koncepció megalkotásánál.

Integrálni kell az **Európai Sport Chartában** megfogalmazott alapelveket, igazodnia kell a széleskörű politikai egyetértéssel elfogadott XXI. Nemzeti Sportstratégia alapelveihez, az abban megfogalmazott célrendszerhez, irányokhoz és prioritásokhoz.

2.2. Az Európai Unió sporttal kapcsolatos alapelvei

Az Európai Sport Charta ajánlásaira építve az Európai Bizottság 2007-ben készítette el a „Fehér könyv a sportról” című kiadványát, amely az Európai Unió sport stratégiai dokumentuma.

Az EU kitűzött célja a szolidaritás és a jólét elérése, nem törvénybe foglaltan, hanem alapelveket megfogalmazva ad iránymutatást a tagállamok sportpolitikájának létrehozásához. A preferált területek a közegészségügy, az ifjúsági és lakossági programok, az egészségjavító fizikai aktivitást ösztönző tevékenységek finanszírozása.

Fontos szerepet kap a dopping ellenes küzdelem, meghatározza a sport szerepét az oktatásban. Kiemelten foglalkozik a tehetséges sportolók képzését, fejlesztését akár ösztöndíjakon keresztül is ösztönzi a sportban rejlő lehetőségek kihasználását a társadalmi befogadás, integráció és esélyegyenlőség érdekében.

A sportfinanszírozást gyakorlatban az önkormányzatok feladatkörében hagyja megvalósulni.

A magyar EU elnökség alatt a Tanács elfogadta a 2011-2014 időszakra szóló sportra vonatkozó uniós munkatervet. A munkaterv kiemeli a sport fontosságát az Európa 2020 stratégia átfogó céljainak elérésében.

Ez az ágazat jelentős potenciállal rendelkezik ahhoz, hogy hozzájáruljon az intelligens, fenntartható és inkluzív növekedéshez.

Hangsúlyozza a sport társadalmi értékét, különös tekintettel az egészségre, a társadalmi befogadásra, az oktatásra és az önkéntességre, valamint a sport gazdasági vonatkozásait, különös tekintettel a fenntartható finanszírozásra és az igazolt tényeken alapuló politikai döntéshozatalra.

2.3. A Nemzeti Sportstratégia fontossága

2007-ben az országgyűlés által elfogadásra került a „Sport XXI. Nemzeti Sportstratégia 2007-2020”. Ebben a dokumentumban megfogalmazódik, az állam legfőbb célja a „Sportoló Nemzet” kialakítása „sportnemzet” státuszunk megtartása mellett.

Számunkra is nagyon fontos területeket ölel fel a stratégia, elemzi a jelen helyzetet és fejlesztési lehetőségekre mutat rá.

Az önkormányzatok feladatait is jelöli, irányt mutat a célok és lehetőségek világában:

- A sportlétesítmények működtetését, javasolja a működési költségek racionalizálását és az ingatlanok fenntarthatósága érdekében egy új finanszírozási rendszer kialakítását valamint a magántőke bevonását,
- rendszeres, folyamatos sport programokon keresztül hozzájárul az esélyegyenlőség kialakításához, a hátrányos helyzetű csoportok felzárkóztatásához,
- kiemelt szerepe van a szabadidősport szervezésében, az emberek mozgósításában,
- új finanszírozási koncepció kialakítását támogatja, melyben az önkormányzatok mellett az európai források és a magántőke is megjelenik,
- biztosítani kell a sport pénzügyi, tárgyi, személyi feltételrendszerét, gazdasági, társadalmi, sportesemények rendezését,
- figyelmet kell fordítani az iskolai és iskolán kívüli sportra,
- versenysport fejlesztésénél figyelembe kell venni a helyi tradíciókat, értékeket, lehetőségeket

3. Pomáz város sportkoncepciójának alapelvei

A koncepció elkészítésénél figyelembe vettük

- az EU, és a nemzetközi, hazai és regionális sportélet helyzetét, lehetőségeit, előírásait és jogszabályi háttérét
- az országos és városi finanszírozási lehetőségeket, pályázati források, bérleti díjak tekintetében
- a pomázi sport tradíciókat egyesületi szinten
- a helyi, intézményi infrastrukturális lehetőségeket a kereteken belül, állagmegóvással, felújításokkal, bővítésekkel, fejlesztésekkel
- a szilárd bázist adó fejlett óvodai és iskolai testnevelést, mely alapul szolgál a sport ágazatainak fejlesztésére
- a szabadidősportot, mint az egészségmegőrzésre irányuló tevékenységeket korosztályi megkötés nélkül

Pomáz sportéletére jellemző, hogy egyrészt hagyományokra épülő, szervezett, minőségi sport formában egyesületi keretek között, másrészt önszerveződő szabadidő- sport formában ugyancsak egyesületi, illetve klub keretekben rendszeresen, továbbá laza keretek között, rendezvényekhez kapcsolódva, alkalmanként zajlik.

Igen jelentős lehetőséget nyújt Pomáznak a természetes környezete, melyet a múltban is nagymértékben használt ki a lakosság és az érdeklődő városi ember is turisztikai céllal. A jövő egyik kibontakozási lehetősége megfelelő befektetések után a környezet potenciális kihasználása üdülési, aktív pihenési, rekreációs céllal.

Statisztikák szerint, ma Magyarországon az emberek átlagban keveset mozognak, sajnos még kevesebbet sportolnak és jellemzően egészségtelenül élnek! Ebből következik, hogy életkilátásaik értelemszerűen rosszabbak a nemzetközi átlaghoz mérten.

Ezt is szem előtt kell tartanunk a koncepció elkészítésénél. A város vezetőségének át kell látnia ennek a helyzetnek jelentőségét és fontosságát!

4. Önkormányzati feladatok, hatáskörök

A városban, mint minden területen, így a sport területén is - az önkormányzatiság elveinek megfelelően - a **lakossági igényeknek, a prioritásoknak és gazdasági lehetőségeknek** megfelelően kell a koncepciót kialakítani, a kereteket megteremteni. A megvalósítás mértéke és mikéntje az önkormányzat döntésétől függ.

Az önkormányzati törvény a sporttörvénnyel összhangban határozza meg az önkormányzatok feladatát és hatásköreit.

Kötelező feladatként írja elő a helyi sporttevékenységek támogatását, de annak módját nem szabályozza.

Mivel a sportnak széles körű társadalmi, szocializációs és egészségügyi hatása is van, ezért a településeknek a lehető legjobban ki kell használni a sportban rejlő lehetőségeket.

A sport önszerveződésre épülő autonóm tevékenység, a kultúra része, szervesen kapcsolódik a társadalom kulturális, gazdasági jelenségéhez.

A legmagasabb szintű testi és lelki egészséghez, a sportoláshoz, a rendszeres testedzéshez való jog az állampolgárok Alaptörvénykönyv által biztosított alapvető joga.

4.1. Bizottsági feladatkörök

Az önkormányzat Szociális, Egészségügyi és Sport Bizottsága - amely a városi sportéletért felelős-, a gazdasági helyzet javulásával ismét lehetőséget kaphat arra, hogy kiírja azon pályázatokat, amelyek 2006 és 2010 között az Ifjúsági, Sport, Idegenforgalmi és Környezetvédelmi Bizottsága pályázatainak köszönhetően jelentős összegekkel támogatták a város intézményeiben, civil szerveződéseiben, egyesületeiben folyó sporttal összefüggő tevékenységeket és ezzel ösztönözní a városban zajló sportélet hatékonyságát.

A mindenkori sportbizottság feladata a koncepcióban meghatározott **szempontrendszer részletes kidolgozása**, együttműködve a többi bizottsággal.

Ki kell alakítani a koncepcióhoz kapcsolódó munkatervét.

A sportlétesítmények bérbeadásából befolyó pénzüsszeget vissza kell fordítani a helyi **sportlétesítmények és sporteszközök fejlesztésére**.

A **grundok kiépítése** és a grundélet megszervezése önkormányzati, pályázati források felhasználásával.

5. Szempontrendszer

Figyelembe kell venni azokat a főbb szempontokat, amelyek alapján a város sportélete előreléphet.

- A sport azok közé a területek közé tartozik, amelyet komplexen kell kezelni (pályázatok, prioritások, finanszírozás, létesítményműködtetés).
- A sport társadalmi, gazdasági szerepét is meg kell vizsgálni.
- Az önkormányzatnak meg kell teremtenie a terület működtetéséhez kapcsolódó szervezeti, működési feltételeket (szakmai irányítás, létesítményi forma).
- Fontos a sport által nyújtott rekreációs, erkölcsi, személyiségfejlesztő hatás, ami a fiatalok testi, lelki, szellemi fejlődéséhez elengedhetetlen.

- A támogatásokat az aktuális szakmai szempontok és gazdasági helyzet alapján négyévente újra kell értékelni.
- A város fenntartásában lévő sportlétesítmények leghatékonyabb kihasználását és működtetésének szükségességét fel kell tární.
- Meg kell határozni az önkormányzat számára a jogszabályokban előírt kötelező feladatok arányát.
- Fejleszteni kell a közoktatási rendszerben az óvodai, tanórai és a tanórán kívüli sportolási lehetőségeket.
- Elő kell segíteni, hogy a szabadidősportban minél nagyobb létszámú résztvevő aktívan sportolhasson
- Fejleszteni kell az idősödő társadalomban az aktívabb életvitelhez kapcsolódó sportolási lehetőségeket.
- A hátrányos helyzetű fiatalok esetében fel kell használni a sportnak az integráló és esélyegyenlőség teremtő erejét.
- Növelni kell a fogyatékkal élők lehetőségeit a sportban.
- Törekedni kell az egyesületek, a civil szervezetek és magánszektor kezdeményezéseinek figyelembevételére, támogatni kell a közöttük levő együttműködést.

6. Gyermek és ifjúsági sport

6.1. Óvoda előtti korosztály mozgáslehetőségei

A kisgyermekes családok számára az önkormányzat a város több pontján az EU követelményeinek megfelelő, szabványos **játszótereket** tart fenn, a következő helyszíneken:



Szent István park, Teleki-Wattay kastély parkja, Mogyoró utca, Karitász ház, Táncsics utca, Beethoven utca sarok

Ezek- a többnyire parkosított környezetben lévő terek - kedvelt célpontjai a gyermekeknek és a szülőknek egyaránt. Az önkormányzat évről évre igen jelentős összeget fordít a játszóterek karbantartására, használhatóságára. Az óvodába még nem járó korosztály itt megtalálja azokat a játékokat, melyek segítségével kipróbálhatja a szabad mozgás, mászás, ugrálás örömeit.

Fontos szempont, hogy az életkori sajátosságokat figyelembe vevő eszközök szolgálják a kikapcsolódást, játékot, és a gyermekek mozgásigényének kielégítését.

6.2. Óvodai testnevelés

Óvodába lépéstől kezdve a gyermek mozgásfejlődését, későbbi sportbéli sikereit, a rendszeres testedzéshez fűződő viszonyát jelentős mértékben az intézményes testnevelés színvonala határozza meg.

Az óvodai testnevelés szervezeti kereteit és tartalmát tekintve alkalmas az életen át tartó sportolás megalapozására. A szakszerűen vezetett testnevelés, ill. testnevelés foglalkozások és a szabad mozgásgyakorlás lehetőségei a játékidőben is biztosítják az alapvető mozgásformák, alapkészségek begyakorlását, a motoros képességek fejlesztését, a rendszeres testedzés szokásrendszerének a kialakítását. az életkorra jellemző szenzitív fázisok figyelembevételével

A felnőttkori rekreációs sportolás sikere nagymértékben a gyermekkori tapasztalatok függvénye.

Intézményeinkben kiemelt feladatként jelenik meg a sport, a testmozgás, a tornafoglalkozások és a mindennapos testnevelés. Nemcsak a törvényi előírások miatt, de a gyermekek egészséges testi, értelmi és mentális fejlődésének egy nagyon fontos eleme.

Ennek érdekében a gyermekek óvodai tartózkodásának jelentős részét foglalja el a mozgás.

A testmozgás, a sport magában foglalja a heti egy kötelező tornafoglalkozást, a csoportok korosztályaival való differenciált foglalkozást, a mindennapos testnevelést, mely történhet a csoportszobában, illetve az udvaron, aminek állóképesség fejlesztés szempontjából nagy jelentősége van, illetve a levegőzés alkalmával is célirányosan, de játékos formában lehetősége van az óvodapedagógusnak az irányított mozgásra.

A tagintézmények helyi sajátosságai miatt, ami a tornaszoba hiányát jelenti, más-más módon oldják meg a mozgás mindennapi beiktatását.

A Napsugár, és a Mesedombi Tagóvoda a heti kötelező tornát a csoportszobákban tudják megszervezni, de ezen kívül a nagy és középső csoportos gyermekekkel külön összevont foglalkozást is beiktatnak egyszer egy héten.

A Mesevár telephely, közkedvelt nevén a Konténer Óvoda, abban a szerencsés helyzetben van, hogy rendelkezik egy tornaszobával, melyet akár mindennap használhatnak, lévén

csak két óvodai csoport működik itt. A korosztályok együtt tornáztatása, az életkori sajátosságoknak megfelelő elvárások, mozgásformák, játékok, és ezek szabályainak betartása, illetve betartatása nagy lehetőség, mellyel szívesen és örömmel élnek az óvodában.

A **Mesevölgyi Tagóvoda** épülete közel fekszik a Mesevár épületéhez, így a Mesevölgyis gyermekek hetente kétszer sétálnak el a Mesevár óvodába, és veszik igénybe a tornaszobát. Mindez precíz, pontos szervezést igényel az óvodapedagógusok és a dajkák részéről, de az élmény, a tervezett fejlesztés, a játékok öröme mindezt felülírja.

A **Hétszínvirág Óvoda** is rendelkezik tornaszobával, melyet közösen használnak a szomszédos Nevelési Tanácsadóval. Heti két alkalommal van lehetőségük a csoportoknak tornafoglalkozást tartani. Mivel minden óvodai csoportban vegyes korosztályú gyermekek járnak, így a foglalkozások száma lehetőséget ad a korcsoportonkénti foglalkozásra, a differenciálásra.

Természetesen a foglalkozások a játékosságra, a játékokra, és a komplexitásra épülnek.

A mozgás segítségével az egyensúlyérzék fejlesztését, az emlékezetet, a logikai gondolkodást, a becslést, a felismerő készséget, a problémamegoldó készséget, a kitartást, a szabálykövetést, az ellentétes mozgásokkal a két agyfélteke megfelelő „helyzetbe hozását” végzik.

Céljaink, feladataink

Nagy előre lépés lenne, és könnyebbség, ha tagintézményeink rendelkeznének tornaszobával, és megfelelő torna eszközökkel. Rollerek, lábbal hajtós gyerek biciklik, motorok fejlesztik az egyensúly érzéket, és a versenyszellemet. A különböző méretű labdák, karikák az ügyesség fejlődéséhez nyújtanak segítséget. Mindezen eszközökkel a minden napi mozgás örömét, szeretetét és igényét alakíthatjuk ki az óvodás gyermekekben.



Gyermeknapon különböző akadályversenyek, ügyességi versenyek tehetik színesebbé, gazdagabbá, élvezetesebbé a mozgással teli napot.

Városi szinten akár egy „**Óvodások olimpiája**” is megszervezhető korcsoportokra lebontva, akár a szülőket, a testvéreket, nagyszülőket, keresztszülőket is bevonva a játékba.

„**Családok napja**”, ahol óvodás gyermekeink és családjaik összemérik erejüket, bátorságukat, ügyességüket.

Óvodai játszótérek folyamatos fejlesztése

Gyermekorvosi és ortopédiai szűrővizsgálatok magas arányban mutatják ki már az óvodáskorban kezdődő mozgásszervi elváltozásokat. Korai felismeréssel, fejlesztéssel lehet az egyik leghatékonyabb módon, a legsikeresebben megoldani a prevenciót. (Gyógytestnevelési foglalkozások)



Óvodák és iskolák közötti kapcsolat és együttműködés erősítése a sportrendezvények során.

Míndezek a programok nemcsak a mozgás örömét, hanem a közös élmények megélését adják a gyermekeknek és a családoknak.

6.3. Iskolai és diáksport

Iskolai és diáksport: tanulói jogviszonyban, iskolai keretek között, tanórán belül vagy azon kívül végzett, önálló versenyrendszerrel rendelkező terület.

Kiváló eredményeket lehet elérni a **diáksport** keretein belül is, funkcióját tekintve mégis inkább képességfejlesztő, a mozgás szeretetére nevelő tevékenység, amely a szabadidősporthoz áll közelebb.

Gyermekeink számára az iskolákban folyó intézményes testmozgás lehetősége, minősége, az aktív életre nevelés meghatározó jelentőséggel bír a felnőttkori szokások kialakításában. Ezt a lehetőséget, feladatot, a sport-prevenció relációban értelmezhetjük. Nem kevésbé fontos

terület a sport pedagógiai és pszichológiai mozzanata. A sport segít a siker és a kudarc megélésére, elviselésére, megtanít a felelős döntések meghozatalára, a tehervállalásra.



Az iskolai testnevelés és a diáksport magában foglalja az oktatási intézmények testnevelési és sporttevékenységét, a tanórai, valamint a tanórán kívüli, az iskolában és az iskolán kívüli diáksport eseményeket. A foglalkozások legfőbb célja a diákok minél szélesebb körének biztosítani a sportolás feltételeit.

Az iskolai testnevelés fenntartását és fejlesztését az állam az önkormányzatokon keresztül látja el. A **mindennapos testnevelés** bevezetésékor a Nemzeti köznevelésről szóló 2011.évi CXCV. Törvény 97.§ (6) szerint kell eljárni. „a 27.§ (11) bekezdés szerinti mindennapos testnevelést az iskolai nevelés-oktatás első, ötödik, kilencedik évfolyamán 2010. szeptember 1-jétől kezdődően felmenő rendszerben kell megszervezni. Ezeken az évfolyamokon alkalmazott helyi tantervbe legalább heti öt testnevelés órát kell beépíteni. A többlet testnevelési órákkal a Kt. 52.§ (3) bekezdésében meghatározott tanulói kötelező tanórai foglalkozások száma megnövelhető. A többi évfolyamon a közoktatásról szóló 1993.évi

LXXIX. törvény szerint mindennapos testmozgást kell kifutó rendszerben megszervezni." A törvény értelmében a 2012/13-as tanévtől az első, ötödik és kilencedik évfolyamon heti öt testnevelésórát tartanak, míg a többi évfolyamon mindennapos testmozgást ír elő a törvény. Azokon a napokon, amikor délelőtti órarendjünkben a testnevelésóra nem szerepel - a délutáni napköziben, annak óraszám, pedagógus-létszámkerete és infrastruktúrája felhasználásával kerülhet sor a többletfoglalkozások, a mindennapi testnevelés megszervezésére A 2015-2016-os tanévre fejeződik be a fokozatosan bevezetett heti öt órás mindennapos testnevelés.

Az ebbe a korosztályba tartozók országosan mintegy 80 százaléka veszi igénybe a napközit. A koncepció arra kéri az intézményvezetőket, gondoskodjanak arról, hogy - az igazolt sportolók indokolt elengedését kivéve - valamennyi kisgyerek részt vehessen a délutáni sportfoglalkozásokon, sőt tegyenek azért, hogy azokon örömmel részt is vegyenek a tanulók. Az egyik alapvető nevelési célkitűzés, hogy az iskolákban tanuló gyermekek fokozatosan hozzájussanak a mindennapos testnevelés lehetőségéhez. Az iskolai testnevelés és a sport, mint a 21. század egyik "rejtett tartaléka" olyan eszköztárként működtethető az iskolákban, amellyel az egészségnevelés, a szociális kompetenciák, a csapatmunka, az összetartozás, a felelősségtudat, a többiek iránti tisztelet, a problémamegoldás képessége egyaránt fejleszhető.

Céljaink, feladataink

Az iskolai testnevelés feleljen meg az egészségmegőrzés feladatának, segítse elő valamely sportág tanulását és biztosítsa a korosztálynak megfelelő játékgéni kielégítést.

Megvalósítani a helyi sajátosságokon alapuló programokat, úgy hogy gyermekeink ne szenvedjenek hiányt azokban a készségekben sem, amelyekhez nem állnak rendelkezésre eszközeink / úszás, korcsolyázás, stb. /.

A városi létesítmények, intézmények összehangolt működtetése a kihasználtság maximalizálása érdekében.

Az iskolai testnevelés ügyeinek változásait, aktuális problémáit minden évben önkormányzati szinten is át kell vizsgálni.

A diáksport épüljön az iskolai testnevelésre, használja azt és játékosan, vagy versenyszerűen szolgálja a testnevelés és a versenysport közötti átjárást.

A diáksport tekintetében segíteni kell tanulóink városi versenyeztetését, valamint bekapcsolódni az Országos Diáksport Szövetség rendszerébe, verseny sorozataiba. El kell érni, hogy minden gyermek legalább évente négyszer jusson el uszodába, ill. jégpályára.

6.4. A sport egészségre kiható jótékony és káros hatásai

Az edzés, a sportolás az egészséges életmód egyik legfontosabb alappillére.

Ha azt szeretnénk, hogy gyermekeink testi és lelki fejlődése kiegyensúlyozott legyen, érdemes rendszeres sportolásra ösztönözni őket. Az edzés nem csupán erőnlétet, egészséges izomzatot fejleszt, hanem szellemi és szociális fejlődését is pozitívan befolyásolja.

A rendszeres sportolás alapvető eszköze a személyiségfejlődésnek, és segít a helyes önkép kialakulásában.

Ezen a ponton kell megemlítenünk a **drog prevenció** fontosságát. „A sport legyen a szenvedélyed, drog nélkül tisztán.” Ez a szlogen tömören megfogalmazza, mi a célunk és a feladatunk is egyben. Azok a fiatalok, akik a mozgás örömeért a barátokkal együtt sportolnak, kevésbé válnak drog fogyasztókká. A sport, és a sportban lévő lehetőségek kiaknázása segít a fiatalokat megóvni a drog használatától és az esetleges függőség kialakulásától.

Korunk káros hatásai gyermekeinkre

Lustálkodás, közösségi oldalak, csetelés helyett sportolás.

Emlékezzünk vissza a gyerekkorunkra. Míg mi vígan játszottunk barátainkkal, kirándulni, biciklizni jártunk, addig a mai gyerekek máshogy töltik szabadidejüket. Gyermekeink a nap nagy részében az iskolapadban, majd hazatérve, a tévé és a számítógép előtt ülnek. A mozgásszegény életmód azonban nagyon hamar megbosszulja magát, érdemes minél előbb kimozdítanunk a csemetéinket belőle. Ha megtaláljuk azt az edzésfajtát, amit igazán nagy élvezettel végeznek, a rendszeres sportolás lerövidítheti a fotelban tespedés idejét.

Hogyan segíti a rendszeres edzés, sportolás a gyermekek szellemi fejlődését?

A rendszeresen sportoló gyermekek nyugodtabbak, kiegyensúlyozottabbak az iskolában is. Meglepő lehet, de a matematikai gondolkodás fejlesztésében és a nyelvtanulás sikerességében is hihetetlen szerepet játszik a rendszeres sportolás.

Bizonyított tény, hogy azok a gyermekek, akiknek a mozgásigénye kielégített, tehát rendszeresen járnak edzésre, sokkal nyugodtabban viselkednek a tanórákon, fegyelmezettebbek, kitartóbbak a számukra egyhangúbb, unalmasabb órákon is.

A sportolás jelentősége hiperaktív gyermekek számára

A hiperaktív gyermekek számára a rendszeres testmozgás nem csupán az energia levezetésére szolgál, bár kétségkívül abban is nagyon sokat segít. Edzés segítségével fejlődik a gyermek mozgáskoordinációja, csapatsportok gyakorlásával pedig a hiperaktív gyermekek könnyebben be tudnak illeszkedni az iskolai közösségekbe is.

A gyermekkorban elkezdett sportolás életet menthet.

Az egészséges életmód szemléletét jobb minél előbb megtanítani gyermekednek. A rendszeres edzés segít megakadályozni a gyermekkori elhízást, valamint nagy szerepet játszik a helyes testtartás kialakításában is. A túlsúlyos gyermekek több mint fele felnőttkorban is képtelen lefogyni, valamint számos betegség kialakulása is lényegesen gyakoribb a kövér gyermekeknél.

Ha gyermekeinkből kiegyensúlyozott és egészséges felnőttest szeretnénk, minél előbb rendszeres sportolásra kell nevelnünk. Az edzés pozitív hatásai egész életét végigkísérik majd.

7. Fejlesztésre váró területek, lehetőségek összegzése

7.1.A legkorábban kezdhető sportfoglalkozás

Az önkormányzat – bár városunk nem rendelkezik saját uszodával – az **úszásoktatás** élettani hatásainak figyelembevételével, kiemelten fontosnak tartja a sportág jelenlétét a

pomáziak, gyermekeink életében. A pomáziakat már régóta foglalkoztatja egy uszoda és/vagy egy strandfürdő kérdése. Városunk rendelkezik meleg vizű forrásokkal, ami sokaknak természetessé tenné egy fürdő megépítését.

Az uszodaépítés és fenntartás olyan költségeket jelent, melyek Pomáznál tehetősebb önkormányzatok számára is komoly teher. Ezért nekünk más lehetőségeket kell keresni.

Az úszás hatásai talán az egyik legpozitívabbak az összes sportág közül. Magyarországon az úszás gyökerei az 1800-as évekre vezetnek vissza, és mindmáig az egyik legeredményesebb sportág. A futáshoz vagy kerékpározáshoz hasonlóan ez is állóképességi sport, és sem nemhez, sem korhoz, sem edzettségi állapothoz nem köthető – ajánlott mindenki számára!

7.2. Az úszás pozitív hatásai

- Az úszás az edzőteremben végzett testmozgásnál 12-szer hatásosabb, hiszen megmozgatja a test összes belső izmát, emellett fejleszti az állóképességet és növeli a mozgékonyt.
- Úszásnál figyelni kell a légzésre: ez az egyetlen sport a világon, amely légzésszabályozásra kényszerít – emiatt a légző szervrendszer is fejlődik.
- Az úszás fokozza a szellemi teljesítményt, a kiváló iskolai teljesítmény főleg gyermekkorban tűnik ki.
- Fogykúrázóknak is ajánlott, hiszen az úszás hatásai közt kiemelkedő, hogy az emberi szervezet 500-700 kalóriát éget el óránként úszás közben.
- Úszás során nyúlnak az izmok, a gerincnek stabilitást biztosít.
- Az úszás asztmás betegek számára a tünetek enyhítésére ajánlott, hiszen jótékony hatása van a légzésszabályozásra.
- Úszás során a sportsérülések valószínűsége elenyésző.

A gyermeksportként elkezdett rendszeres úszás hatásai révén megelőzhetőek az ülő életmód okozta negatív hatások, mint például a gerincferdülés és a rossz testtartás. Emellett az úszás segít a harmonikus izomzat, hajlékonyság és a megfelelő keringési rendszer kialakulásában.

Számunkra az a megoldás marad, hogy gyermekeinket valamely környező település uszodájába, tanuszodájába vigyük. Az óvodák- iskolák a szülőkkel egyetemben

folyamatosan meg-megújuló szervezésekkel végzik az önként vállalt feladatot. Az oktatást és az utazást természetesen mindig a szülők finanszírozzák. Ez gyakorlatilag annyit jelent, hogy azok a gyermekek jutnak el, akik meg tudják fizetni. Létre kell hozni – a Szociális, Egészségügyi és Sport Bizottsággal és az Oktatási, Kulturális és Ifjúsági Bizottsággal együttműködve – egy olyan konkrét megvalósítási tervet, amelyben az intézmények, a szülők és az önkormányzat hármasságában, különböző, változó arányban valósítja meg az úszáshoz, uszodához jutás lehetőségét. Pl. az önkormányzat hetente finanszírozza az autóbust, melyet az intézmények a csoportok számának függvényében osztanak el. Az oktatási díjat, a belépőt a szülők fizetik, de ahol ez gond, ott a bizottságok a pedagógusokkal együttműködve kérvényezhetnék a költségek átvállalását.

7.3. Jeges sport lehetőségek

Az úszáshoz hasonlóan a téli időszakban megvalósítható feladatunk lehet gyermekeink **korcsolyaoktatásának** lebonyolítása. A pomáziak életében régről jelen volt a befagyott tavak látványa, a korcsolyázás, vagy a jégkorong. A jeges sportok közül, a korcsolyázás a legköltséghímélőbb sport, nem beszélve arról, hogy az újonnan épített fedett műjégpályák működése már teljes mértékben független az időjárás változásaitól. A korcsolyáról, mint sportról a testmozgás és a jégfelület biztosította tiszta levegő élettani hatásai okán is érdemes szólni.

Mi mindent fejleszt a korcsolyázás?

Óvodáskorú gyermekeinknek életre szóló élményeket, előnyöket, különleges fejlődési lehetőségeket biztosíthatunk a korcsolyázás által. A mozgáskoordináció javulásával együtt nő a gyerekek önértékelése, fejlődnek a szocializációs és kommunikációs készségeik, sőt a mozgás kihat az intelligencia természetes fejlődésére is. Kiváló mozgáskoordinációra lehet szert tenni a korcsolyatanulás során, így a korcsolyázni tanuló gyerekek a későbbiekben más sportágakban is jól megállják a helyüket. A korcsolyázás rendkívüli módon fejleszti a koncentráció képességet, hiszen nem természetes mozgásforma, ha kihagy a figyelem könnyen a jégen találhatjuk magunkat.

Van olyan, akinek különösen ajánlott a jégkorcsolya?

Asztmásoknak, krupposoknak, és más, légzőszervi problémákkal küzdőknek különösen javasolni; mert a pályán lévő levegő, nagyon jó hatással van az említett betegségekre. Sérült

gyerekek oktatása is óriási kihívás. Nagy szakmai tapasztalattal és időigényes törődéssel e sportágban is lehetne segíteni minden rászoruló gyerekeknek. Ezzel nagyban hozzájárulunk lelki - és mozgáskoordinációs képességük fejlődéséhez. Pomáz környékén / Szentendre, Leányfalu, Bp. III. ker. / több olyan jégpálya is épült az elmúlt években, ahová nem lenne túl nagy gond beutazni, s ahol a szakmai, technikai feltételek adottak a vázolt célok- feladatok megvalósítására.

Elképzeléseink közé tartozhatna egy mobil pálya építése Pomázon, melyre az önkormányzat területet biztosítana.

7.4. Új, elérhető tornatermi sport

Új, sikeres, de a város sportéletében még kisebb súllyal szereplő – sportágak beemelése a helyi közéletbe. Ilyen lehet pl. a **floorball**, melynek saját szakszövetsége, országos bajnoki rendszere van, diákolimpiai sorozata kispályás-, unihoki- és nagypályás rendszerben. A floorballt több helyi iskolában is használják a testnevelés órákon, míg korosztályos csapataink szerepeltek már utánpótlás bajnokságokban, diákolimpián – nem is eredménytelenül. A sportág fejlesztése, az utánpótlás korosztálytól haladva juthat el felnőtt, amatőr, vagy OB- s szintig. A floorball nem költség, vagy eszközigényes sportág, tehát könnyen népszerűvé válhat: csak egy terem, néhány könnyű műanyag ütő és egy lyukacsos labda kell hozzá, két kapuval.

8. Az önkormányzat által fenntartott intézményi hálózat

Az önkormányzat szerepe az intézmények fenntartói, üzemeltetői feladataiban mutatkoznak meg. Ennek érdekében a bevételes bérbeadások hatékonyságán nagyon is múlik a sportpályák, tornatermek állagmegóvásának, esetleges felújításának, fejlesztésének kérdése, mely területtel az önkormányzatnak odaadóan kell foglalkoznia.

8.1. Sashegyi Sándor Általános Iskola és SZKI (Pomáz, Iskola u.2.)

Tornaterem, kondicionáló terem, szauna.

A tornaterem mérete az iskolai testneveléshez megfelelő, de a szabvány kézilabda pályánál kisebb. Tanítási időben 8-13.30-ig tanórák, iskolai sportszakkörök zajlanak. Az intézmény testnevelői kosárlabda, szertorna, foci és kézilabda foglalkozásokat tartanak.

Ezen kívül a délutáni időszakban karate, foci és röplabda sportágban zajlanak foglalkozások.

Hagyományosan sakk szakkör is működik az iskolában.

8.2. Mátyás Király Általános Iskola (Pomáz, Mátyás Király u. 2)

tornaterem, tornaszoba, sportudvar, szabadtéri atlétikai pálya, szabadtéri gumi burkolatú labdapálya (kézilabda, kosárlabda, kispályás labdarúgás)

A terem versenyek, mérkőzések szervezésére alkalmatlan: nincs a játéktéren kívüli terület. Tanítási időben kosárlabda, floorball, röplabda, kézilabda, teremfoci órákat tartanak pedagógusaink.

A délutáni időszakban tánc, karate, foci és mazsorett edzések vannak.

8.3. Német Nemzetiségi Általános Iskola (Pomáz, Beniczky u.53.)

Tornaterem, kondicionáló terem, szabadtéri bitumenes labdapálya

A városban itt található a legnagyobb tornaterem. A pályákhoz öltözők, mellékhelységek és a szurkoláshoz kellő hely, galéria is van. Tanítási időben hetente kétszer tömegsport, egyszer pedig foci edzés zajlik, míg délután foci, kosárlabda, moderntánc, harcművészet, ritmikus sport gimnasztika sportágban vannak edzések.

8.4. Pomázi Sportpálya (Pomáz, Sport utca 10.)

Az élő füves pálya 108x62 m, a stadion, világítással, ülő-és állóhelyekkel. Befogadó képessége 1000 fő.

Műfüves edzőpálya mérete 30x40 m.

8.5. Pomázi Művelődési Ház és Könyvtár (Pomáz, Huszár u. 3.)

Az intézményben több egészségmegőrző program folyik: tai-ji, kung fu, karate, gyógytorna, asztalitenisz, nemzetiségi néptánc, valamint moderntánc. A kifejezetten sport rendezvényeken, sportági csoportokon túl működnek a mozgásos foglalkozások, melyek a tánc, a torna oldaláról közelítenek a területhez.

A művelődési házban a mozgásnak, mint közösségformáló erőnek a szerepe értékelődik fel, hiszen itt életkortól és anyagi helyzettől függetlenül sok és sokféle vendég jár.

A közművelődés és a sport kapcsolata az önálló csoportok bemutatóinak és a városi rendezvények kapcsolódó eseményeinek szervezésénél is megmutatkozik.

Évente több program, külső- belső szervezésű esemény indul az intézménytől. Kerékpáros események, túrák a térségben, a városban, a KRESZ-szabályok megismertetésére, vagy a Pilisi tekerő kapcsán szervezés, helyszín biztosítás területén. Hill Climb – hegyre fel – versenyek évente egyszer a Pilisi Cross Country Club szervezésében Pomáz Napján a Tél utcában. Szeptember- október hónapban a Honalapítási emlékműnél duatlon – kerékpár-futás – diákolimpiai futam.

9. Társasági adókedvezmény kihatása a sportra

Az előirányzat alapján az állam átveszi a nehéz helyzetbe került önkormányzatok tartozását. Ezzel a konszolidációval Pomáz is lehetőséget kaphat arra, hogy a sport területén nagyobb összeget fordíthat a jövőben a finanszírozásra, fejlesztésre és támogatásra.

A csapatsportágak életében 2011-ben nagy előrelépési, és fejlődési lehetőségek nyíltak, a kormány döntését követően.

A társasági adókedvezmény (2011. évi LXXXII.törvény) 107/2011. (VI.30.) Kormányrendelet és a 39/2011. (VI.30) végrehajtási Kormányrendelet hatására a figyelem középpontjába a látványsportok kerültek.

- Labdarúgás
- Kosárlabda
- Jégkorong
- Vízilabda

- Kézilabda

Pomáz tekintetében a labdarúgás vonzza a legnagyobb nézőszámot jelenleg.

10.Sportegyesületek

10.1. A58 Postagalamb Sportegyesület (Szerb u. 4.)

A30 Postagalamb Sportegyesület (Dobogókői u. 18.)

A postagalambsportnak több évtizedes hagyományai vannak településünkön. Művelői rendszeresen vesznek részt hazai és nemzetközi röptetéseken, illetve minden évben rendeznek egymás közötti díjazott versenyeket is. A sportág művelői Pomázon két egyesületbe szerveződve végzik sporttevékenységüket.

A klub minden évben nyilvános kiállítás (művelődési ház) keretében teszi láthatóvá tevékenységét, díjazza a legjobb tagjait.

10.2. Pomázi Horgászegyesület (Pomáz, Sport utca 3.)

1993-ban 11-fővel alakult. Jelenlegi taglétszámuk eléri a 300-főt. Az egyesület a Pest-Budai Egyesület tagszervezeteként kapcsolódik a Magyar Horgászok Országos Egyesületéhez. Az egyesület önálló vízfelülettel nem rendelkezik, engedélyek kiadásával, nyilvántartásával foglalkoznak.

10.3. Pomáz Ifjúsági és Sport Alapítvány (Kossuth L. u.21.)

1991-ben alakult. Számos hagyománnyá váló rendezvény elindítója. Szerepet vállalt az egyes sportlétesítmények beruházásainak finanszírozásában és lebonyolításában.

10.4. Pomázi Lavina DSE (Mátyás király u. 2.)

A 80-as évek végén alakult, elsősorban az iskolai sport szervezésére és támogatására a Mátyás Király Általános Iskola mellett szerveződött sportegyesület, amely jelenleg egy szakosztályában (karate: wado ryu) az iskola színeiben versenyezteti csapatait különböző bajnokságokon, illetve versenyeken. Gyermekek- és ifjúsági sportversenyeket szerveznek és

vesznek részt ilyeneken, diákolimpiát szerveznek, kimagasló eredményeket érnek el a különböző kategóriájú és szervezésű versenyeken.

10.5. Pomázi Városi ICO Sport Egyesület (Sport u. 10.)

Az egyesület jogelőde, a Községi Sportkör (KSK) 1912-ben alakult meg, helyet adva a labdarúgás szervezett, versenyszerű művelésének. Később egyéb sportok is bekerültek a szakosztályok közé (jégkorong, autósport, sakk, női kosárlabda), de meghatározó napjainkig a labdarúgás maradt.

Jellemző volt a távolabbi és a közeli múltban is, hogy dinasztiák adták egymásnak a stafétát. A falu határain túl is híresek voltak a Rab testvérek, a Ribi fivérek (Ribi Lajos nevét viseli a rendszeresen megrendezésre kerülő ifjúsági tehetségkutató torna), valamint a Szabó család. Szabó Sándor (nevét emléktábla őrzi a sportkör épületének falán) a csapat neves játékosa Debrecenbe kerülve első osztályú labdarúgóvá vált. Pomázra visszatérve haláláig támogatta tudásával, emberségével az egyesület munkáját.

A hatvanas évek voltak a Sportkör életében a legsikeresebbek. A Sportkör és az iskola között Bukovics Béla testnevelő tanár személye volt az összekötő, aki igazságos szigorával nevelte a fiatalokat a sport szeretetére. Kezei közül neves és sikeres sportolók kerültek ki.

Az 1968-as bajnokcsapatból Egervári Sándor, aki a Honvéd, a Szeged, az MTK NB I-es csapatokban játszott és válogatott is volt, napjainkban az ország egyik legsikeresebb labdarúgóedzője, továbbá Pintér Sándor a Honvéd sokszoros válogatott játékosa, aki az elsőik között jutott el az európai professzionális labdarúgás egyik fellegrárába, Belgiumba. Ma is közöttünk élő példaképei az ifjúságnak Pomázon, és szűkebb, de a tágabb határainkon kívül is.

Többen a tehetségek közül nem a profi labdarúgást választották élethivatásul, de a hétköznapi, a gazdasági és társadalmi élet megpróbáltatásai során is helytálltak, sőt kimagasló eredményeket értek el. Közülük is kiemelésre méltó Leidinger Gyula, aki aktív sport pályafutás után sportvezetőként, hosszú ideig az egyesület elnökeként tevékenykedett. Sportolói és sportvezetői eredményes és példamutató munkájáért a közelmúltban Pomázért kitüntetésben részesült.

1978-ban jött létre a jégkorong szakosztály, amely 15 alkalommal nyerte el az OB II. osztályú bajnoki címet. Egyre inkább szükségessé vált a működés érdekében támogatók, szponzorok bevonása a finanszírozásba. Kiemelkedett a támogatók közül a helyi Írószér

Szövetkezet, későbbi nevén ICO RT., amely napjainkig támogatja az Egyesületet. Az egyesület elismerve a jelentős és folyamatos támogatást 1992 óta Pomáz Községi ICO Sportegyesület néven szerepel, a várossá válás után pedig a fenti néven működik. Az egyesület a 15. 18. 21 –éves utánpótláskorú labdarúgók képzését, versenyeztetését és a felnőtt csapat versenyeztetését végzi. Edzéseik a sportpályán, illetve a téli időszakban a város tornacsarnokaiban vannak.

10.6. Egervári-Halmi Focisuli

Az ICO egyesülettel együttműködve, kizárólag labdarúgó utánpótlással foglalkozó egyesület. 6-14 éves gyerekek nevelése, versenyeztetése az egyesület fő profilja. Tagjainak száma, mintegy 180-fő. A neves szakemberek által felügyelt szakmai munka a város labdarúgást szerető családjainak sokaságát gyűjti maga köré. A közeljövőben fejlesztések várhatóak a pályák és környezetük kialakításában. Mint már említésre került, itt iskolapéldáját látjuk a társasági adókedvezmény megjelenésének. Természetesen a pályázatok kiaknázásán keresztül megkezdődött a magántőke a szponzorok bevonása is az elképzelések megvalósítása érdekében.

10.7. Magyar Aikido- Kultúra Szakszövetség Pomázi Aikido klub

A klub tájékoztatást ad a sportérettel kapcsolatos Aikidos szakágban induló edzői és oktatói képzésekről, támogatja az egységes vizsgakövetelményeket, segíti az Aikido szabadidős és sportszerű gyakorlását. Az együttműködő tagoknak, harmonikus színteret kívánnak adni, ennek céljából az általuk szervezett nemzetközi, és hazai szintű programjait, táborait többek számára elérhetővé teszik. Az egyesület rendszeres szereplője a városi programoknak.

10.8. MTE Pomázi Osztálya

A természetjárás, a kirándulás, gyaloglás, futás, teljesítménytúrázás területén működő egyesület a város határain túl is népszerű programokkal szolgál. A Pomáz KÖRÜL-BELÜL teljesítménytúrából kiindulva vannak téli, tavaszi és őszi eseményeik is. Tagok, résztvevők családok, gyerekek, idősek, amatőr-és profi versenytúrázók egyaránt. Az MTE – tagság résztvevőként, segítőként is jelen van mások által szervezett eseményeken. Vezetőjük,

alapítójuk a városi intézményekhez / pomázi Művelődési Ház, Mátyás iskola /szervezi a főbb eseményeket.



10.9. Holdvilág- Árok Országjáró Kulturális Egyesület

Túrák, kirándulások szervezése, rendezése, művészeti tevékenység szerepel a főbb tevékenységek között. A sportos jellegű mozgásművészeti foglalkozások aktív résztvevői, szereplői. Közösségteremtő szerepük is jelentős: klubfoglalkozásaik mellett kéthetente rendeznek táncos összejöveteleket, alkalmi rendezvényeket / farsang, húsvét, szüret, szilveszter, városnap /.

Tevékenységükkel jelentős preventív munkát végeznek, amellyel az időskorú tagok egészségmegőrzését szolgálják.

10.10. Magyar Lovas Íjász Akadémia Sportegyesület

A város sportéletének látványos és magas színvonalú egyesülete a Magyar Lovas Íjász Akadémia Sportegyesület, mely a Magyar Vár területén működik. Céljuk, hogy a hozzájuk érkező és tanulni vágyó fiatalokkal és idősebbekkel elsajátíttassák az íjászat, a lovaglás és a lovas íjászat alapjait, esetleg a későbbiekben rendszeres edzéseken, versenyeken is részt vegyenek a tagok. A szintfelmérések során csoportokba osztják a kezdőket és az íjászati alapismeretek mellett nagy figyelmet fordítanak a biztonsági ismeretek, a helyes bemelegítés, az íjásztechnika, és a helyes légzéstechnika megtanítására, megtanulására. Az edzések alkalmával elengedhetetlen, hogy a lovaglásban és a lovas íjászatban az ember és ló kapcsolata megfelelő legyen, ezért erre is kiemelt figyelmet fordítanak. Edzéseken kerül sor a versenyekre, ill. bemutatókra való felkészülésre is. Itt kell megemlíteni, hogy az egyesület egyik edzője kétszeres Lovas íjász Európa bajnok. A Magyar Vár Táborban egész évben folyik lovaglás oktatás, és lovas íjász élet. Nemcsak évközben, rendszeresen, de nyári íjásztáborokban is élményeket szerezhetnek az érdeklődők erről a sportról.

11. Egyéb klubok és edzőtermek

A hagyományos, több évtizedes múltra visszatekintő sportegyesületek mellett, a **sport vállalkozási szféráját** is meg kell említenünk. Fontos szerepet töltenek be a testmozgási, testedzési lehetőségek biztosításában a magánszemélyek, vállalkozások által működtetett sportlétesítmények. Egyre több magánkézben lévő sportközpont, fitness klub vagy valamilyen speciális sportlétesítmény tűnik fel a sport területén. A központi támogatás mellett egyértelmű profitszerzési céllal kereskedelmi-szolgáltató szervezetek létesülnek. Az eddig kizárólag az állam vagy a bázis szervezetek által támogatott sportban új logika, a gazdasági logika jelenik meg.

11.1. Pomázi Tenisz Klub (*Nagy László u.1.*)

A tenisz nemcsak népszerű versenysport, hanem az alapütések elsajátítása után rendkívül szórakoztató és egészséges, a teljes testet és szellemet átmozgató szabadidős sportolási

forma, mely nem ismer korhatárt. Pomázon a Katona József utca, Nagy László utca találkozásánál található két salakos tenispálya.

A tenispálya közvetlenül a hegytetőn elterülő mező szélén található, csendes, jó levegőjű környezetben. Edzés előtt bemelegítő futást, edzés után levezető sétát lehet tenni a zöldben, elkerülve a kemény betontalajt.

11.2. Pulzus Numero Sportklub, Fitness klub (Pomáz Gyöngyvirág u. 37.)

11.3. Re-Form Fitness alakformáló szalon (Pomáz Huszár u. 23/b.)

11.4. Nil-fitness Csikóvár Üzletház (Pomáz József A. u.17.)

11.5. Főnix Day Spa (Pomáz Beniczky u. 4.) Fog - Házban

Az alternatív gyógyászatban szereplő mozgásformák világával ismerteti meg a pomázi érdeklődő embereket. (Pilates, jóga, gerincjóga, csikung)

12. Az egészségkárosultak, a fogyatékkal élők sportja és a gyógytestnevelés

Országos statisztikák szerint a lakosság fele szenved valamilyen mozgásszervi betegségben. Ennek legfőbb oka a mozgásszegény életmóddal hozható kapcsolatba.

A gerincoszlop torzulásai, a lúdtalp, az asztma és a túlsúly a leggyakoribb betegség, melyeket kisiskolás korban, kellő odafigyeléssel – kihasználva a gyermek természetes mozgásigényét – még lehet orvosolni.

A fogyatékos emberek tevékenységének tervezésénél szerepelni kell mindazoknak, amelyek az egészséges emberek számára is fontosak. A mozgásigény nem csak az egészséges ember sajátja. A fogyatékos sportolókkal kapcsolatos pozitív diszkriminációs szabályokat csak ott kell alkalmaznunk, ahol azt a fogyatékkal élők érdekei megkívánják. A lehetőségek függvényében - életkori és egészségi állapot szerint- igyekezzünk biztosítani a differenciált csoport-foglalkozásokat. Az oktatási intézményekkel ezúttal is szorosan vett együttműködés szükségeltetik. Az önkormányzat szerepe abban jelentkezik, hogy felmérje a terület állapotát, az igényeket, s a terület szereplőivel együttműködésben kidolgozza a megoldáshoz szükséges, finanszírozható alternatívákat.

Fogyatékkal élők sportjának célja a rehabilitáció, a közösségi élmények, jobb életminőség elérése a részvétel által, magasabb szinten a nemzetközi versenyek (pl. paralimpia) szintjén is, ami már az élsportozóhoz közeli, vagy azzal azonos tevékenységnek minősíthető.

13. Versenysport

Versenysport- és élsport: magas színvonalon, a hazai élvonalban, illetve nemzetközi szinten végzett tevékenység, hivatásos vagy amatőr keretek között, sportegyesületben vagy (elsősorban a csapatsportoknál) gazdasági vállalkozás keretében, szakmai útmutatások alapján, rendszeres és színvonalas felkészüléssel.

Nevezik látványsportnak is, de egyik fogalom sem pontos, hiszen pl. szervezett versenyrendszer keretében, bajnokságszerűen működik többek között az amatőr teremfoci, kosárlabda, kézilabda, stb., de a benne szereplők nem annyira versenysportolóknak minősülnek, mint inkább szabadidős sportolóknak. Legkézenfekvőbbben talán úgy lehet meghatározni a fogalmak közti különbséget, hogy a szabadidős sportban a résztvevő általában fizet azért, hogy aktívan részese legyen a testmozgásnak, a verseny- és élsport egy részét kitevő látványsportok (elsősorban csapatsportágak) esetében pedig azért fizet, hogy nézőként ugyan aktívan, de a testmozgást tekintve passzívan részese lehessen az adott sporteseménynek.

A sportszövetségek számára a sporttörvény hivatásos és nyílt versenyrendszert határozhat meg. A sportról szóló törvény az önkormányzatok számára nem írja elő a versenysport támogatását, de a versenysport funkciói, értékei mind-mind megszívlendők. Ezek az események közösségi programok, a sikerek révén a minta, a példakép szerepek is előtérbe kerülhetnek, nem beszélve sport- marketing hozadékaról. A sportsikerek növelik itt élők önazonosságát, fejlesztik az egészséges lokálpatriotizmust és inspiráló hatással van az amatőr és a diáksport tömegbázisára, fejlődésére.

14. Szabadidősport

A szabadidősport – ahogy a szó jelentése is mutatja – olyan sporttevékenység, amely a résztvevők szabadidejében, elsődlegesen nem szervezett és nem eredményorientált, csupán kedvtelésből, az egészség megőrzéséért végzett testmozgás.

Végezhető egyénileg vagy szervezett keretek között, ekkor általában a sportszolgáltatásért az egyén fizet, akár egyesület, akár sportvállalkozás biztosítja a feltételeket. A szabadidősport vonatkozásában fontos növelni a résztvevők számát, bővíteni a kínálatot és javítani a feltételrendszert.

15. Utánpótlás

Utánpótlás- nevelés: a nem felnőtt korú sportolók rendszeres, szisztematikus felkészítése a versenysportra. Sportáganként szerveződik, életkor –specifikusan, szakemberek segítségével zajlik iskolákban vagy egyesületekben, esetleg utánpótlás- nevelésre szerveződött speciális intézményekben.

16. Közép és hosszú távú elképzeléseink

A sportkoncepcióban a kiemelt területeknél meghatároztuk az elképzeléseket és a megvalósítható terveket, megjelenítettük a vágyott célt és a cél eléréséhez szükséges feladatokat, nem titkolva azokkal a nehézségekkel, amelyek helyi adottságainkból, lehetőségeinkből származnak. A koncepcióban igyekeztünk megjeleníteni azokat az elemeket, amelyek általános érvényűek, és azokat, amelyek kimondottan városunkra érvényesek.

16.1. Nagy fejlesztések, beruházások, álmok

A város sportlétesítményeinek fejlesztésében fényévnyi előrelépés lenne annak a **sport-és kulturális központnak** a megépítése, amelyet a **Magyar Kézilabda Szövetséggel** karöltve tervezett a város. A több hektárnyi területen megvalósítható kinti és terem sportok számára

alkalmas pályák, kiszolgáló helységekkal, kulturális terekkel, nem csak a pomáziak, hanem a térségben élő emberek, sportolók sokasága számára is igazi áttörést jelentene. A kézilabdasporthoz nem véletlenül lett kiemelt sportág: nemzeti válogatottjaink – a férfi és a női szakág is – rendszeres és eredményes résztvevői a nagy világversenyeknek. Emellett klubcsapatunk fejlődése is töretlen. A kiváló sportmenedzselésnek köszönhetően a Győr, és a Ferencváros női, míg a Veszprém és a Szeged férfi vonalon vált TOP-csapattá. Ebben az elképesztően erős szakmai közegben, már az is nagy eredmény, ha Pomáz neve felmerülhetett a sportközpont lehetséges helyszínei között.

16.2. A kerékpárút megépítésének lehetőségei

Sport és egészségmegőrzés mellett a mindennapok funkcionális használatában is nagy szerepe van a **kerékpárnak, mint közlekedési eszköznek**. A pomázi és a Pomáz környéki kerékpárutak kijelölése, karbantartása állandó feladatot jelent. A Pomázt Szentendrével összekötő 2 km-es útszakaszt kerékpárral gyakorlatilag csak életveszélyes főutak használatával lehet megtenni. A Pomázi Kulturális és Környezetvédő Egyesület önkormányzati és pályázati támogatásból megépítette a kivezető főút alatti átjárót, majd a Dera patak gátján a fű rendszeres kaszálásával, a Városkapu üzletház irányába biztosította a kerékpáros közlekedés lehetőségét. Az út minősége természetesen nem hasonlítható a Szentendrei sziget Duna gátján kialakított út minőségével, de a mindennapok közlekedésére, és a hétvégi családi túrák számára elfogadható. Az önkormányzat vállalható feladata a terület tisztántartása, a rendszeres kaszálás és a felület legalább szezononként egyszeri ledöngölése lehet. De vágyaink között ott van egy aszfaltos kerékpárút megvalósításának lehetősége is.

17. Turizmus

Pomáz a Pilis kapuja. Festői környezet, jó levegő a változatos élővilág, a turista útvonalak sokasága számtalan lehetőséget kínál a turizmus szinte valamennyi ágának. A gyalogos kirándulások, kerékpározók, sziklamászók, barlangászok számára Pomáz környéke valószínűleg turistaparadicsom. A városból indulnak ki a Pilisbe és a Visegrádi-hegységbe vezető országutak, a Duna közelsége még a vízi túrázás lehetőségét sem zárja ki. Ezt a kincset érő lehetőséget kell kiaknázni a város vezetőinek az idegenforgalmi elképzelései megvalósításakor.

18. A média a sport szolgálatában

A tömegkommunikációs eszközöket több fronton is használjuk céljaink elérésében. Felhívásra, tájékoztatásra, magyarázatra, indoklásra, meggyőzésre, beszámolóra egyaránt. Mindannyiunk felelőssége, hogy a sport céljai, eseményei, minél többekhez eljussanak. Aktivizáljuk a mozgásról elszokott társainkat, bizonyítva közösség számára a sportesemények pozitív hatásait. Azon kell dolgoznunk, hogy a pozitív példák, a példaképek kellő publicitást kapjanak. A helyi írott sajtó a Pomázi Polgár, Otthonunk Pomáz, az elektronikus média a Pomáz TV, és az új eszközök, honlapok, weblapok, közösségi oldalak mind-mind felhasználandók. A helyi média munkatársai mindig jelen vannak a városi és/vagy civil eseményeken, de használjuk az alkalmi tudósítókat, magán beszámolókat.

19. Rövidtávú program, a „2013 Pomáz Év” sport eseményei

A város képviselőtestülete döntést hozott arról, hogy 2013-ban minden hónapban sokszínű programokkal (sport, kulturális) teszi emlékeztetéssé az évet, „Pomáz Évét”. Az önkormányzat azt az elképzelést kívánta megvalósítani, hogy a sport közösségformáló hatását megragadva összehozza a város valamennyi korosztályát, kicsiket és nagyokat.

A legtöbb program a sport jegyében történik. A rendezők és az önkormányzat szándéka az, hogy ezek a sportesemények hagyományt teremtsenek, és a következő években is megrendezésre kerüljenek a kialakult kisebb közösségek által.

Március hónapban 2013 perc teremfocira kerül majd sor, ami összességében másfél napnál is hosszabb mérkőzéseket jelent. A művelődési házzal közösen felhívást tesznek közzé, ahol különböző, esetleg vegyes korosztályú csapatok jelentkezését várják, akik vállalják akár az éjszakai órákban zajló mérkőzések fáradalmait is.

A hagyományokhoz híven májusban rendezzi a művelődési ház a városi gyermeknapot. 2013-ban ezt a napot is szeretné a város a sport jegyében eltölteni. Tervek szerint 2013 km futással köszöntik a résztvevők ezt a napot. A terv megvalósítása természetesen egy napra nem korlátozódhat, nem is teljesíthető. Ezért a szervezők az intézményekkel már előre egyeztettek, és megállapodtak abban, hogy az ünnepi év során a résztvevőkkel és a Százlábú Futóklubbal közösen teljesítik ezt a hosszú szakaszt. Regisztrációs lapokat fognak készíteni, ahol folyamatosan jegyzik a már megtett távokat, s ezt összeadva, a tervek szerint, év végére teljesül a kitűzött cél.

A Magyar Vár **májusban** lovas felvonulással, lovas ügyességi feladatokkal, lovas íjászzal fogja ünnepelni a Lovas Majálist.

Júliusban ismét a labdarúgásé lesz a főszerep, hiszen a Sportpályán tervezzük a foci gálát a város csapatainak részvételével.

Szintén **júliusra** tervezett program a 20-szor 13 galamb röptetése a Pomázi Galambászok közreműködésével a Klisza dombon. Látványosságával is méltán népszerű sportágban gyönyörködhetnek a program résztvevői.

Szeptemberi Pomáz Napi nagyrendezvényünkön szokássá vált, hogy a városban és intézményeiben működő sportklubok, egyesületek bemutatkoznak a nagyszínpadon. Nem titkolt cél, hogy a város lakóinak felkeltsék az érdeklődését a sportágak iránt, és újabb tagokkal bővítsék a csoportokat. Ezzel a bemutatóval népszerűsítik a mozgásformát, ösztönözve az érdeklődő fiatalokat és idősebbeket a testedzésre. Ilyen sportágak a karate, kung-fu, tai-ji, aikido, baranta, de meg kell említeni a táncos mozgásformákat is, mint a hip-hop, magyar és szerb néptánc, break.

A szabadtéri sportesemények a hideg idő beálltával szünetelnek, de a 2013 Pomáz Éve programsorozat lezárásaként a tervek szerint egy kulturális gálaműsorral tesszük emlékezetessé az évet.

Ezeket az eseményeket a későbbi években a város hagyománnyá kívánja tenni, évente, kétfévente szeretné megrendezni.

Forrás jegyzék:

Complex Hatályos Jogszabályok gyűjteménye

www.mitsportoljak.hu

Pomáz Város Önkormányzat Ifjúsági, Sport, Idegenforgalmi és Környezetvédelmi Bizottságának beszámolója

Pomáz Város honlapja

Pomáz - Természeti kincseink, történelmünk, kulturális örökségünk 2001

Kósa Anikó sportmenedzseri szakdolgozata

Szalontai Katalin: A mozgás fontossága az óvodákban

Betekintés: Sándorfalva, Szentendre, Miskolc, Szarvas sport koncepcójába

A koncepció elkészítésében részt vettek:

Kósa Anikó

Gáspár Sándor

Vincze Enikő

Gyurgyik Zsuzsanna