

Dnia 22 maja 2015 roku w naszej szkole odbył się Szkolny Dzień Promocji Zdrowia, który w tym roku obchodziliśmy pod hasłem:

**„Sporty różne uprawiamy –
bo o zdrowie własne dbamy”**

Poniżej znajduje się wykaz dyscyplin sportowych do opracowania plakatów, prezentacji przez poszczególne klasy.

KLASY 1 – 3 Sporty letnie indywidualne i zespołowe:

- **KLASY 1** - jeździectwo, kolarstwo (indywidualne i zespołowe)
- **KLASY 2** - lekkoatletyka, gimnastyka, wrotkarstwo
- **KLASY 3** - siatkówka halowa, siatkówka plażowa

Poszczególne klasy mogą łączyć stoiska wg własnego pomysłu i uznania, prezentacja przygotowanego stoiska obejmuje np. przygotowanie plakatu, rekwizytów, zaproszenie rodzica z pasją sportową (medale, zdjęcia, itp.), przebranie się w stroje sportowe oraz przygotowanie quizu wiedzy na temat prezentowanej dyscypliny.

KLASY 4 – 6 Sporty letnie zespołowe:

- **KLASY 4** - koszykówka
- **KLASY 5** - piłka ręczna
- **KLASY 6** - piłka nożna

KLASY INTEGRACYJNE 1 – 6:

Wypoczynek czynny i bierny poprzez rehabilitację ruchową i inne alternatywne techniki usprawniające ciało i mięśnie:

- **KLASA 1** - Hipoterapia
- **KLASA 2** - Dogoterapia
- **KLASA 3** - Taniec towarzyski w tym taniec osób niepełnosprawnych (na wózkach)
- **KLASA 4** - Nordic walking, biegi
- **KLASA 5** – Pływanie
- **KLASA 6** – Techniki i ćwiczenia relaksacyjne (np. ćwiczenia w odciążeniu, Pilates, joga, itp.)

Dodatkowo oprócz prezentacji stoiska z opracowaniem dyscypliny sportu w formie plakatu, książek, gazetek, quizu – uczniowie przygotowali 1 potrawę (np. ciasto, sałatkę, sok, koktajl owocowy) – jako element zdrowej diety młodego sportowca, którą w tym roku sprzedawano za symboliczną opłatą (50gr – 1zł) zgodnie z czytany listem do Rodziców uczniów SP nr 82 w dniu zebrania z rodzicami (23-24.03.15r.). Zebrane fundusze przeznaczymy na zakup sprzętu AGD do wykorzystania podczas zajęć kulinarnych prowadzonych dla uczniów naszej szkoły.

Na terenie boisk szkolnych oraz patio usytuowane były stanowiska z różnymi konkurencjami sportowymi, zabawy z chustą animacyjną oraz stanowisko aerobiku dla poszczególnych klas biorących udział wg. ustalonego grafiku. Wszelkie informacje do wglądu na tablicy SzPZ umieszczonej na klatce schodowej II piętra oraz na stronie internetowej szkoły – aktualności - promocja zdrowia.

Małgorzata Jarzębska