

A projekt címe: Menő Menza Sióagárdon
A projekt száma: EFOP 1.8.5.-17-2017-00200

SZAKMAI BESZÁMOLÓ

„SPORTMENZA” - Szemléletformáló program

Helyszín: Sióagárdi Általános Iskola

Időpont: 2018. június 18.

A program célja:

- szemléletformálás az egészséges életmód népszerűsítése, a mozgáskultúra fejlesztése

Előzetes feladatok:

Szervezési feladatok: az iskola tornatermének feltérképezése, eszközállományának megtekintése, az udvari játékok lehetőségei a sportjátékokhoz.

A program leírása:

A sióagárdi iskolában több tábort szerveztek a tanév végétől. A sporttáborra harminc tanuló jelentkezett. A Trambulin Tehetségtámogató Alapítvány munkatársainak lehetősége nyílt egy napon át szemléletformáló programot tartani az egészséges életmóddal a középpontban. Több helyszínen zajlottak a tevékenységek. A tornateremben labdás tornával melegítettünk be, amit ügyességi akadálypálya teljesítése követett. Az ebéd utáni pihenő után a gyerekeknek volt alkalma rongylabdát készíteni, amit aztán ki is próbálhattak az udvaron. Szakember segítségével beavattuk őket a terepfutás rejtelmeibe, térképet használtak, majd végül a napot a Sportvárban zártuk, ahol spottotót töltöttek ki a gyerekek, amit a dietetikus készített. Napközben számos alkalommal volt lehetőségünk beszélgetni arról, mit kell tennie az embernek ahhoz, hogy a szervezetét fitten tartsa. Szóba került az alvás mennyisége, a folyadékbevitel fontossága, az egészséges, változatos tápanyagok fogyasztása, a vitaminok jelentősége is.

hivatalos képviselő

hivatalos képviselő

2018. június 30.