

**Realizacja planowanych działań szkoły Promującej Zdrowie
w październiku 2021 roku**

ROZRUSZAJ DWÓJKĘ!



Zadania:

- Aktywna przerwa;
- Światowy Dzień Walki z Otyłością;
- Aktywna lekcja;

Kryterium sukcesu:

- Większość uczniów aktywnie uczestniczy w proponowanych zajęciach ruchowych;
- Uczniowie rozumieją znaczenie codziennej aktywności fizycznej w walce z otyłością;
- Uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach językowo-ruchowych oraz angażują się w proponowane ćwiczenia;

Realizacja:

- Podczas zajęć w ramach akcji Aktywna przerwa uczniowie mieli okazję m.in. poznać metody rozciągania koniecznego po intensywnym treningu oraz kroki popularnych aktualnie układów tanecznych;
- Akcję Światowy Dzień Walki z Otyłością zrealizowano poprzez zaprezentowanie przez przedstawicieli klas siódmych układów ćwiczeń i układów tanecznych oraz wspólne ich wykonanie podczas przerw;
- w Aktywnej lekcji uczestniczyli uczniowie młodszych klas – były to zajęcia łączące naukę języka angielskiego z zabawami ruchowymi;