

BESZÁMOLÓ

VILLA ÉS SPORTCIPŐ

IDŐPONT: 2018. április 21.

HELYSZÍN: Hódmezővásárhelyi Varga Tamás Általános Iskola
6800 Hódmezővásárhely, Holló u. 36.

2018. április 21-én, szombaton rendeztük meg a programot, mely alkalommal az aktív mozgás és a táplálkozási szokások alakítása együtt valósult meg.

2018. április 21-én, szombaton rendeztük meg a programot, ami a „Menő menza” pályázat egyik eleme. Az aktív, játékos mozgás és a helyes táplálkozási szokások kialakításának elősegítése együttesen valósult meg a rendezvényen.

A nap közös flash mobbal indult; a zenés bemelegítés és a közös torna az iskola udvarán megalapozta a nap további hangulatát. Ezután számos helyszínen próbálhatták ki magukat a diákok mozgásos, és ügyességi feladatokban:

Udvari helyszínek:

- Felsősi fiúk focizhattak, a lányok meg aktívan szurkoltak nekik
- Baranta edzésen is rész vehettek (birkózás, szabja vívás)
- Kerékpáros akadály pályán próbálhatták ki az ügyességüket
- Öko-társasjátékok is színesítették a programot
- Játékos sport feladatokon versenyezhetek az osztályok egymással
- „Részeg-szemüvegben” ügyességi feladatokat is kipróbálhattak
- Gasztronómia elemként a rendezvény ideje alatt málnás és csokis ízben kóstolhattak a gyerekek zabkását, aminek nagy siker volt

Termekben zajló programok:

- Jógafoglalkozáson tornázhattak és lazíthattak
- Táncházt keretében próbálhatták ki a néptánc alaplépéseit
- Juhász kutyás foglalkozást is megtekinthettek
- Sakkozhattak az érdeklődők
- Lúdtalp és gerinctornát is tartott az egyik meghívott védőnő
- Egészségügyi szűrővizsgálatokat végeztek védőnők (vércukormérés, vérnyomásmérés, testzsír %, izom %-mérés)
- Kun Judit dietetikus szakember a rendezvény ideje alatt folyamatos tanácsadást tartott az érdeklődő gyerekeknek táplálkozás témában
- Gondolkodást fejlesztő társasjátékokat is tanulhattak a gyerekek
- A szelfi ponton sporteszközökkel fotózkodhattak a gyerekek.

Nagyon jó hangulatban zajló eredményes és sikeres programmal bizonyítottuk be, hogy fontos az egészségünk, amiért közösen teszünk is. A programok színes kavalkádjában minden gyermek és felnőtt jól érezte magát.

Projektszám: EFOP-1.8.5-17-2017-00150
Projektcím: Menő menza a Varga Tamás Iskolában



SZÉCHENYI 2020

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

„VILLA ÉS SPORTCIPŐ”- sportnap

2018. április 21. 8:00-12:00

Változatos, sokszínű programokkal várunk benneteket: sportolhattok, mozoghattok több helyszínen.

Reggel közös flashmob produkcióval indítunk: zenés bemelegítés Bagi Mátyás funkcionális trénerrel.

Miután kellőképpen ráhangolódtunk a délelőtre az osztályok különböző helyszíneken próbálhatják ki magukat.

