

Projektové dny
29.-30. 4. 2015

„Pohyb a strava - to je čistá hlava“

2. ZŠ, PLZEŇ

Cíl : podpora změn v pohybovém a výživovém režimu
žáků naší školy

Ročník: 1. i 2. stupeň ZŠ

Terén: Borský park, atrium školy, tělocvična, učebny

Časová dotace: 2 dny

2. ZŠ, Schwarzova 20, Plzeň



Činnosti pro 1. st.

- Pohybové aktivity v atriu školy – zumba, ZTV
- Interaktivní přednáška – studenti z LF
- Děti dětem – přehled pohybových aktivit žáků naší školy – tělocvična
- (1.-3. roč.) skupinová práce zaměřená na správnou výživu
- (4. a 5. roč.) ukázka bojového umění aikido
- (4. a 5. roč.) prezentace žáků z 9. roč. na téma alternativa ve výživě a poruchy příjmu potravy
- Další činnosti na uvážení třídních učitelů

Náměty na další činnosti – 1. st.

- Vyplňování pracovních sešitů PaV
- Využití namnožených materiálů (básničky, hádanky, pracovní listy,.....)
- Výroba jednoduchých zdravých pokrmů
- Tvorba kuchařek zdravé výživy
- Hry našich babiček – instruktážní video na <http://nspz.cz/hry-nasich-babicek/>

Činnosti pro 2. st.

- Orientační závod – Borský park
- Beseda (Národní síť podpory zdraví)
- Další činnosti na uvážení třídního učitele

Náměty na další činnosti – 2. st.

- <http://viscojis.cz/teens/index.php?>
- Pc – výpočet BMI (Body Mass Index)
- Využití pracovních listů z pracovního sešitu Výživa ve výchově ke zdraví
- Alternativní způsoby výživy
- Poruchy příjmu potravy
- Výroba zdravých pokrmů či kuchařek

Zumba a zdravotní tělesná výchova v atriu



Interaktivní přednáška studentů LF



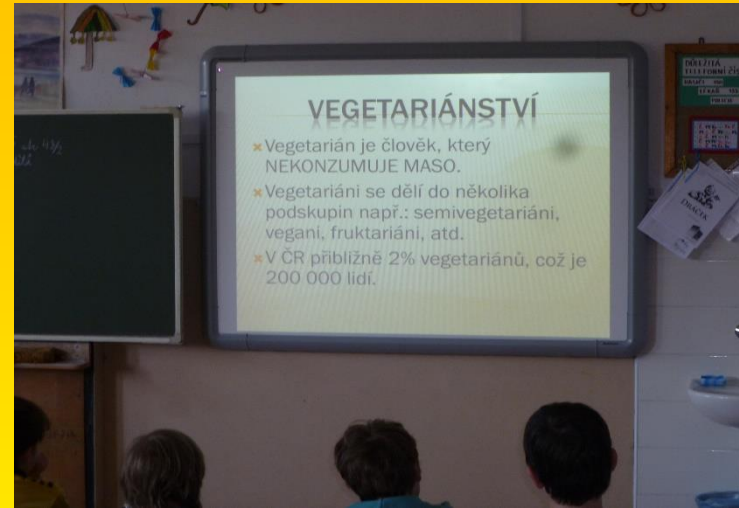
Děti dětem



Skupinová práce



Prezentace 9. ročníků



Stavění věží ze špaget a modelíny



Orientační závod



Ukázka bojového umění aikido



Beseda (Národní síť podpory zdraví)

