
"Trzymaj Formę" w Zespole Placówek Szkolno-Wychowawczo- Rewalidacyjnych w Cieszynie

Data publikacji: 15.06.2021 10:03

Szkoła Podstawowa nr 8 przy Zespole Placówek Szkolno-Wychowawczo- Rewalidacyjnych w Cieszynie brała udział w Ogólnopolskim Programie Edukacyjnym „Trzymaj Formę”.

□

Założeniem programu było kształtowanie prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety. Uczniowie w ramach zajęć z wychowania fizycznego realizowali treści programu, do których między innymi należały: piramida zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej, zaburzenia odżywiania, rola witamin, wody i aktywności fizycznej w naszym życiu.

Jeden z tematów: „Zdrowe drugie śniadanie” był przeprowadzony w formie konkursu on-line.

W ramach rywalizacji sportowej odbył się konkurs rzutów do kosza oraz szkolny konkurs siatkarski. Za udział w programie placówka otrzymała Certyfikat Uczestnictwa.