

**W dniach 21.09-25.09.19r w szkole trwały działania związane z akcją**

**TRZYMAJ SIĘ PROSTO.** W tym roku pod hasłem „Kiedy prosto się trzymamy...”

Działania profilaktyczne przyjmowały różnorodną formę: Prowadzono dyskusję, czytano opowiadania o tematyce zdrowotnej. Dzieci wykonały prace plastyczne, które obrazowały znaczenie sportu i ruchu dla zdrowego stylu życia. Prace zostały wyeksponowane na korytarzach szkolnych. Dla rodziców i uczniów przygotowana została tablica, jako gazetka tematyczna. Rodzicom i uczniom została zaproponowana zabawa Domowe badanie stóp polegająca na zrobieniu kolorowych odcisków stopy, w celu zbadania płaskostopia. Pani Adrianna Skarbek – fizjoterapeuta przeprowadziła w klasach I-III prelekcję i pokaz na temat profilaktyki wad postawy. Do akcji włączyła się również pielęgniarka szkolna. W klasach starszych na lekcjach w-fu odbył się pokaz ćwiczeń korekcyjnych. Na przerwach na świeżym powietrzu, jak i korytarzach, uczniowie mieli okazję spędzić czas w formie ćwiczeń przy muzyce, gier i zabaw, które przyczyniają się do poprawienia ogólnej motoryki, koordynacji, które pomagają w utrzymaniu prawidłowej postawy ciała. Uczniowie wykazywali dużą aktywność podczas zajęć ruchowych.

Akcja „Trzymaj się prosto” pokazała dobry kierunek zarówno dla uczniów jak i nauczycieli do podnoszenia swojej aktywności fizycznej, dbania o własne ciało i zdrowie w życiu codziennym.



Działania koordynowały: A. Kamińska, A. Wilkosz