

Aktywność Młodego Warszawiaka

W roku szkolnym 2022/2023 klasy trzecie wzięły udział w projekcie Aktywność Młodego Warszawiaka.

Zadaniem projektu było zachęcenie uczniów klas trzecich warszawskich szkół podstawowych i ich rodzin do zdrowego stylu życia poprzez regularne podejmowanie aktywności fizycznej i promocję zdrowych nawyków żywieniowych.



Ponadto celem była ocena sprawności fizycznej, ujawnienie talentów sportowych, mocnych stron i predyspozycji do uprawiania konkretnych dyscyplin sportowych i podejmowania form aktywności fizycznej.





W Programie Aktywność Młodego Warszawiaka przewidziano pięć zadań:

MÓJ ROZWÓJ FIZYCZNY - kontrola i ocena rozwoju fizycznego;

SPOSÓB PROSTY NA KRĘGOSŁUP PROSTY - profilaktyka wad postawy;

WIEM, CO JEM - warsztaty zdrowego żywienia oraz

TAKI JESTEM SAM JAK O SIEBIE DBAM - walka z nadwagą i otyłością.

MOJA SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA - badanie kondycji fizycznej uczniów.

