



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Aktivní odpoledne - Ve zdravém těle zdravý duch

Třetí modul ze série Aktivních odpolední se uskutečnil na Základní škole Velké Opatovice, okres Blansko v pátek 16. 5. 2014. Jednalo se o vzdělávací program pro žáky zapojené do projektu Lepší start, reg. č. CZ.1.07/1.2.17/02.0037.

Tentokrát byl program zaměřený na tělovýchovné aktivity. Téma tohoto Aktivního odpoledne bylo **Ve zdravém těle zdravý duch**. Akce se zúčastnilo celkem 40 žáků 1. a 2. stupně. Potěšilo nás, že akci navštívili také zákonní zástupci žáků. Někteří se dokonce zapojili do realizovaných aktivit. Vzdělávací program probíhal v době od 14:30 do 18:30.

Pro žáky byl připraven pestrý program. Po krátkém zahájení ve vestibulu školy se všichni žáci a organizátoři přesunuli do školní tělocvičny. Tam jsme Aktivní odpoledne zahájili společnou rozvičkou s prvky zdravotní tělesné výchovy. Tohoto cvičení se zúčastnili také žáci navštěvující nepovinný předmět Zdravotní tělesná výchova, kteří jednotlivé cviky ukázkově předváděli. Po zahřívacích aktivitách doprovázených hudbou si všichni účastníci akce mohli vyzkoušet zpevňovací i uvolňovací cviky zaměřené na správné držení těla.

Po skončení společné rozvičky se žáci rozdělili do tří věkově různorodých skupin. Každá skupina se přesunula na své stanoviště, kde absolvovala připravené aktivity.

Jedna skupina se pod vedením zkušených lektorů věnovala zdolávání umělé lezecké stěny instalované v tělocvičně.

Další skupina zůstala také v tělocvičně. Absolvovala cvičení na různých náradích (skoky na trampolíně a do doskokových matrací, cvičení na kruzích, závody na chůdách).

Poslední skupina se přesunula na první stupeň, kde měli žáci připravený program ve školním klubu (hráli fotbalík, házeli šipky, tančili sestavy na taneční podložce) a na chodbách (zdovali prolézací pytel, hráli stolní tenis, tančili s obručí, absolvovali slalom s florbalovým míčkem a hokejkou, prohazovali nafouknuté míčky kruhem, házeli předmětů do daného cíle na přesnost).

Během odpoledne se všechny skupiny postupně prostřídaly na všech stanovištích. V 18:00 se všichni účastníci sešli v tělocvičně, kde si společně zahráli „na rybáře“ a hromadnou vybíjenou.

Následoval přesun do školní jídelny, kde bylo pro žáky připraveno drobné občerstvení. Zde také proběhlo slavnostní zakončení akce s předáváním upomínkových listů a odznáčků.

Poděkování patří učitelkám, které akci zajišťovaly: paní učitelce Tereze Petrákové, paní učitelce Jarmile Havlíčkové, paní učitelce Janě Ondruchové a paní učitelce Petře Dostálové. Na realizaci akce se podílely rovněž ředitelka školy Karin Petrželková a zástupkyně ředitelky Marie Šimáčková a lektori zajišťující provoz lezecké stěny - Pavla Müllerová, David Šimáček, Petr Müller, David Ševčík a Ondřej Petrů.

Další modul Aktivního odpoledne se uskuteční 3. 10. 2014 a bude zaměřený na umění.