

Realizacja programu „Dobre Praktyki”

Szkoła Podstawowa nr 62 im. Józefa Kocurka
w Katowicach

Dodatkowe zajęcia sportowe dla dzieci i młodzieży

Dzięki patronatowi klubu AZS Katowice oraz Urzędowi Miasta w Katowicach, w naszej szkole odbywają się dodatkowe zajęcia sportowe łączące zajęcia gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej z grami i zabawami drużynowymi.



TRENUJ Z NAMI

**Poniedziałek,
godz. 17.00**

**GRAJ! BAW SIĘ DOBRZE!
CIESZ SIĘ Z GRY!
ZAPRASZAMY**



Szkoła Podstawowa nr 62
Ordona 3d
40-064 Katowice

Handzilk Rafał
534 430 866

www.klub.azs.katowice.pl
www.facebook.com/ksazskatowice
www.projektbasket.pl

Kontynuowanie zajęć w kolejnych latach

Ciepło przyjęte zajęcia dodatkowe, odbiły się echem wśród uczniów, dzięki czemu współpraca z KS AZS Katowice i

Projekt Basketmania, może zostać kontynuowana w roku szkolnym 2021/2022. Dzięki tym zajęciom możemy wprowadzić w profilaktykę wad postawy ciekawy akcent.



Program „Trzymaj Formę”

Nasza szkoła od dłuższego czasu bierze udział w programie „Trzymaj Formę” organizowany przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz Polską Federację Producentów Żywności Związek Pracodawców. Program ma na celu propagowanie zdrowego stylu życia za pomocą projektów, w których biorą udział uczniowie naszych klas.

**trzymaj
formę** 

Realizacja programu „Trzymaj Formę”

Nauczyciele naszej szkoły promują aktywny tryb życia oraz zdrowe odżywianie się za pomocą tematycznych lekcji, stosując narzędzia w które wyposażyli nas organizatorzy programu



CERTYFIKAT

Zaświadcza się, iż

**Szkoła Podstawowa nr 62
im. Józefa Kocurka**

w roku szkolnym 2020/2021 uczestniczyła

w XV edycji Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego

„Trzymaj Formę!”



Krzysztof Saczka
wz. Głównego Inspektora
Sanitarnego
Zastępca Głównego Inspektora



Andrzej Gantner
Dyrektor Generalny
Polskiej Federacji Producentów
Żywności Związku Pracodawców

Warszawa, 11 czerwca 2021 r.

Plany na przyszłe lata z programem „Trzymaj Formę”

Dzięki dalszemu udziałowi w programie, nauczyciele będą dalej angażować uczniów w ciekawe projekty nie tylko na lekcjach W-Fu, ale też i na innych przedmiotach. Celem zajęć o tej tematyce jest uświadamianie uczniów, że aktywność fizyczna i zdrowe odżywianie nie może być uprawiane z przymusu, lecz z własnej woli.

Talerz Zdrowia
Jedz codziennie różne produkty z każdej z grup uwzględnionych w Talerzu Zdrowia

trzymaj formę

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA TO PODSTAWA
Minimum 30 minut dziennie

WODA
minimum! 8-9 szklanek dziennie

produkty mleczne
mleko, jogurt, sery

produkty zbożowe
chleb, makaron, kasza, ryż, płatki drożdżowe

warzywa i owoce
warzywa, owoce

Organizatorzy:
SELCENY SPOŁECZNY, PPFZ, POLSKA FEDERACJA FIZYCZNEJ KULTURY, FUNDACJA PROMOCJI WYŻSZEJ SZKOŁY WIELKOPOLSKIEJ

Współorganizatorzy:
KONKORDIA TERAZ POLSKA (TERAZ FIRM)

LAUREAT KONKURSU

Partnerzy Programu:
GMINA, MINISTERSTWO ZDROWIA, MINISTERSTWO KULTURY I SZKOLNICTWA WYŻSZEJ SZKOŁY

Patroni Honorowi:
POLSKA FEDERACJA FIZYCZNEJ KULTURY, FUNDACJA PROMOCJI WYŻSZEJ SZKOŁY WIELKOPOLSKIEJ

Patroni Programu:
TERAZ POLSKA

Dowiedz się więcej na:
www.trzymajforme.pl

Program „WF z AWF”

Celem programu Ministerstwa Edukacji i Nauki, jest poprawa stanu kondycji fizycznej dzieci i młodzieży po powrocie do zajęć stacjonarnych - walka ze skutkami pandemii koronawirusa.

**WF z
AWF**

Realizacja Programu „WF z AWF”

Nauczyciele z naszej szkoły biorą udział w zajęciach organizowanych przez Akademię Wychowania Fizycznego w Katowicach. Zajęcia mają formę warsztatową, które obejmują zagadnienia dotyczące metod przeciwdziałania skutkom hipokinezji - bezczynności ruchowej, izolacji społecznej czy zdrowotnym, pojawiającym się w związku z pandemią. Podczas warsztatów poruszane będą również kwestie psychologiczne.



Akademia Wychowania Fizycznego

im. Jerzego Kukuczki w Katowicach

Plany na przyszłe lata z programem „WF z AWF”

Po czerwcowym szkoleniu, nasi nauczyciele będą mogli ubiegać się o dofinansowanie z Ministerstwa Edukacji i Nauki na dodatkowe zajęcia ruchowe dla dzieci i młodzieży w naszej szkole. Nauczyciele są chętni na dalsze inicjatywy i szkolenia związane z tym programem.



Wspólnie zadbajmy o kondycję
naszej młodzieży

Weź udział w szkoleniu

Przygotował i sporządził
mgr Rafał Handzlik

Źródła i materiały:

- ▶ <http://www.azs.awf.katowice.pl/>
- ▶ <https://www.wfzawf.pl/>
- ▶ <http://www.trzymajforme.pl/>
- ▶ <https://www.gov.pl/web/edukacja-i-nauka/wf-z-awf-czas-start-ruszaja-zapisy-na-szkolenia-dla-nauczycieli>