

Svetový deň - Pohybom k zdraviu

Dňa 10. Mája 2012 sa na našej škole uskutočnila akcia .

Žiaci 1. -4. ročníka mali pohybové aktivity v telocvični školy. Boli to bežecké hry, štafetové hry , loptové hry

Žiaci 5. -7 ročníka a potom ročníky 8. A 9. mali pohybovú aktivitu v areáli školy .V úvode vysvetlil Mgr. Karel Němec význam pohybových aktivít.

Žiakov upozornil na súčasné civilizačné choroby ako obezita, cukrovka, vysoký krvný tlak, infarkt, arterioskleróza,

Pred začiatkom cvičenia si žiaci zmerali tepovú frekvenciu a potom žiaci cvičili podľa pokynov. Cvičenie malo za úlohu aby sa zvýšila TF na hodnoty 140 a vyššie . To sa cvičením, ktoré ako učiteľ a organizátor podarilo dosiahnuť. Cvičenia hodnotím známkou 2