

Každý školák dobre vie, že športuje pre zdravie

Cieľ: Pestovať trvalý vzťah k športu a pohybu na čerstvom vzduchu.

Vyučovaci predmet: telesná výchova, činnosti v školskom klube detí, krúžky mimo vyučovania, 1. – 4. ročník.

Pomôcky: pišťalka, papier, stopky, prekážky.

Príprava: Obhliadka terénu, vytýčenie bežeckých trás.

Postup / realizácia:

Rozdeliť žiakov na dve skupiny. Žiaci 1. - 2. ročníka a 3. - 4. ročníka súťažia medzi sebou v behu na krátku vzdialenosť, vytrvalosť, prekážkový beh, skok z miesta do diaľky.

Uskutočniť vzájomný futbalový zápas.

Zhrnutie: Posilňovať zdravý životný štýl a prevenciu proti obezite. Rozvíjať pohybové schopnosti a športový talent žiakov.

Poučenie: Žiak si uvedomuje, ako je dôležitý pre ľudské telo pohyb na čerstvom vzduchu a samotný šport a teší sa zo športovania a aj víťazstva.

Prílohy:



Vypracovala: Základná škola s materskou školou, Krasňany 19, 013 03 Krasňany