

EFOP-3.1.8.-17-2017-0002. „EGYÜTT TESTVÉRKÉNT Berekfürdő – Vasad”

Kapkodd a lábad! - Egészséges életmód foglalkozás - 2018. október 8.

Ezen a foglalkozáson sorversenyt szerveztem a gyerekek számára, melyre nemcsak a pályázatban szereplő gyerekeket hívtuk, hanem a mozogni, játszani vágyókat is. Célunk volt, hogy ezen a délutánon, minél több gyerek vegyen részt, minél több mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatokat hajtsanak végre a diákok. Ezért a feladatok összeállításánál előkerült a kézilabda, kosárlabda, gumilabda, focilabda, floorball –labda és ütő, karika. A csapatok kialakításánál ügyeltünk, hogy közel azonos szintű és képességűek legyenek. A gyerekek nagyon élvezték a feladatokat, biztatták, buzdították egymást. A feladatok során kialakult egy egészséges versenyszellem, mely fokozta a gyerekek teljesítőképességét.

Célunk, hogy felhívjuk a figyelmet a rendszeres testmozgás jótékony hatására, mely fokozza a szív és a tüdő teljesítőképességét, emellett a személyiségfejlődésre is pozitív hatással van.

