

Koncept výchovy ke zdravému způsobu života

- vychází z Národního programu rozvoje sportu pro všechny a z informací k organizaci tělesné výchovy

1. zaměření na žáky

- základním cílem je motivace ke sportu pro zdraví, k pěstování morálních vlastností, ke správné výživě, životosprávě a hygieně, vynasnažíme se rozšířit nabídku těchto aktivit:

a) sportovní aktivity

- účast na sportovních soutěžích (olympiáda základních škol, fotbalové a plavecké soutěže)
- zapojování žáků do zájmové TV (turistický kroužek, sportovní hry)
- práce s talentovanými žáky, jejich příprava na soutěže
- spojení exkurzí, školních výletů a pobytových akcí se sportovními aktivitami (turistika, hry v přírodě, orientační soutěže)
- využívání bruslení a plavání v hodinách povinné TV
- nabídka pohybových relaxací o přestávkách – v době pěkného počasí žáci mohou během velké přestávky chodit na školní zahradu, v zimě a v době nepříznivého počasí do tělocvičny, možnost stolního tenisu o přestávkách
- využívání pohybových relaxací v hodinách či o přestávkách ve školní družině a ve třídách I. stupně (relaxační koutky, koberce)
- otevření školního hřiště pro veřejnost v období duben - říjen
- uspořádáním sportovního dne v závěru školního roku
- pořádání ozdravného pobytu ŠUM – „škola u moře“
- pořádání zimního výukového pobytu s lyžováním a jinými dostupnými zimními aktivitami

b) výživa a životospráva

- pitný režim – možnost natočit si čerstvou vodu do lahve z pitné fontánky (pítka) umístěné v prostorách školy
- projekt „Školní mléko“, „Ovoce do škol“
- přizpůsobení školní kuchyně novým trendům ve výživě

c) zapracování témat do plánů jednotlivých předmětů

- projekt „Zdravé zuby“
- zdravá výživa a jídelníček
- kultura stolování, chování ve stravovacích zařízeních
- životospráva, režim dne
- psychohygiena
- osobnostní výchova – sebeúcta, samostatnost, zodpovědnost, sebekontrola

d) prevence a bezpečnost

- bezpečí člověka, mezilidské vztahy, ochrana zdraví
- spolupráce s policií a červeným křížem v prevenci nemocí a úrazů

2. zaměření na pracovníky školy

- cílem je relaxace po namáhavé práci, zdravý životní styl
- volejbal a stolní tenis pro učitele
- využívání FKSP pro relaxační a sportovní činnosti pro všechny pracovníky
- společné sportovní akce (bowling, voda, ...)

3. zaměření na rodiče a ostatní veřejnost

- zpřístupnění školního hřiště a tělocvičny formou výhodného pronájmu pro rodiče s dětmi
- pronajímání tělocvičny v odpoledních a večerních hodinách pro sportovní aktivity veřejnosti
- besedy s rodiči v rámci třídních schůzek na téma zdravého životního stylu

4. v materiální oblasti

- pravidelně aktualizovat nástěnku na chodbě v přízemí s přehledy o výsledcích soutěží, o nabídkách zájmové činnosti externích organizací a o plánovaných akcích
- postupně obnovovat a modernizovat nářadí a náčiní v tělocvičně a na školním hřišti
- náhrada skleněných netěsnících oken vhodnějším materiálem, do budoucna zavedení klimatizace či alespoň účinného odvětrávání tělocvičny
- využití venkovní učebny, záhony s bylinkami a květinami pro výuku pracovních činností

5. v oblasti různé

- pokusit se o realizaci dalších společných akcí učitelů, rodičů a žáků
- upevnit kontakty s jinými ZŠ v tělovýchovných a kulturních aktivitách
- vést žáky k Fair play
- vést žáky ke zdravému životnímu stylu i v oblasti prevence zneužívání návykových látek a drog – viz plán protidrogové prevence

V Děčíně 1. 9. 2014

Monika Horáková
Koordinátor

Mgr. Věra Floriánová
ředitelka