

Základná škola s materskou školou Kolárovice, 013 54 Kolárovice 62

Plán práce školy v oblasti prevencie

OBEZITA

Mesiac	Úloha	Zodpovedný
Počas celého šk. roka	1. Zabezpečiť v šk.jedálni racionálne stravovanie v zmysle platných noriem pre ŠJ pri ZŠ	ŠJ stravovacie komisia
	2. Spropagovať pitný režim /čaj 2x týždenne/, mliečny a ovocný program s podporou EÚ/2x týždenne/ a dbať na pravidelný odber detí, hygienický režim TU	ved.školy, RR/plen.ZRPŠ/ dozorkon. učitelia
	3. Vytvárať žiakom adekvátne výchovné, vzdelávacie podmienky zamerané na zdravý osobnostný rozvoj žiakov a stanoviť konzultačné hodiny pre rodičov žiakov	
IX.	4. Eurofit test - záznam výšky a váhy žiakov+dosiahnuté výkony v šport.disciplínach /ľah, sed, člnkový beh, skok do diaľky z miesta/	vyuč. TV
	5. Cvičenie v prírode pre 1.stupeň ZŠ	tr. učitelia I.st.
	6. Účelové cvičenie pre 2.stupeň ZŠ	tr.učitelia II.st.

7. Zdravý životný štýl – výchova k podpore zdravia, pohyb, šport, zdravá výživa
psychohygiena

p. Hofericová
vyuč. BIO

8. Propagácia v krúžkovej činnosti – CVČ – Zdravotníci I. a II.stupňa

p. Klimová, p. Tvrdá

X.

1. Svetový deň výživy /16.10/ - nástenky v triedach, jedálni, chodbách

TU, vyuč. PR, VL

2. Svetový deň duševného zdravia /10.10/

vyuč. PR, G, tr.uč.

3. Svetový deň výživy /16.10./

4. Týždeň boja proti stresu /posledný októbrový týždeň/

5. Cezpoľný beh-vytrvalostný

vyuč. TV

XI.

1. Súťaž vo florbale

p. Klimo, p. Ciesarík

2. Zdravá výživa, mliečny a ovocný program

p. Hofericová

3. Športové hry 2.-4.roč.

vyuč. 2.-4.roč.

4. Športové hry 5.-9.roč.

vyuč. TV

XII.

1. Ovocný balíček - Mikuláš

tr. učitelia

	2. Súťaž vybíjaná 3.-9.roč. dievčatá	uč.TV
	3. Význam ovocia – príjem vitamínov v zimnom období	p. Tvrdá
I.	1. Lyžiarsky výcvik 7. a 8. roč.	vyuč.TV
	2. Spoločná guľovačka – zimné športy	vych. ŠKD
II.	1. Lyžiarske preteky	vyuč. TV
	2. Spoločná sánkovačka	vych. ŠKD
III.	1. Súťaž volejbal – dievčatá, bedminton	vyuč. TV
	2. Rozvíjať spoluprácu s CPPP v Bytči	RŠ, vých. poradkyňa
IV.	1. Strelecké preteky	p. Klimo-RŠ
	2. Súťaž vo futsale – chlapci	p. Klimo, ml.
	3. Deň narcisov	tr. uč. na TH
V.	1. Význam mlieka pre človeka – zdravá strava	vyuč. BIO, p. Hofericová
	2. Turistické výlety – Súľov, Javorníky, Manín, M. a V. Fatra	vyuč. TV

VI. 1. Deň športu pre všetkých žiakov ZŠ – so zameraním na rozvoj telesnej zdatnosti

žiakov (futsal, vybíjaná, volejbal)

vyuč. TV

2. Eurofit test – zaznamenávanie dosiahnutých výsledkov v šport. disciplínach

/ľah, sed, člnkový beh, skok do diaľky z miesta/

p. Klimo, ml.

Súčasťou plánu je:

ŠKD: podľa možnosti každý deň v týždni pobyt vonku, využívanie telocvične a ihrísk, stretávanie s deťmi

p. Ďurajková

zo susednej obce Petrovice – spoločné športové aktivity

p. Kočišíková

CVČ: športové krúžky – florbal, športové hry 2.-4.roč., športové hry 5.-9.roč., hasiči, strelci, zdravotnícky

ved. krúžkov

Špd: zdravá výživa, mliečny a ovocný program

p. Hofericová

Veľké prestávky: pohyb vonku na ihriskách podľa počasia

dozorkon.uč.

Materiálne vybavenie školy a MŠ pre pohybové aktivity a šport:

- telocvična školy s lezeckou stenou a výbavou na športové hry
- viacúčelové športové ihrisko s umelým povrchom pre ZŠ aj MŠ, je voľne prístupné popoludní a cez víkendy
- asfaltové ihrisko na hokejbal, korčule a hry
- futbalové ihrisko /trávnatý povrch/ - využitie počas hodín TV, vytrvalostné behy, hry,

pre CVČ-športové krúžky

Vybavenie telocvične:

lavičky, šplh-tyče, lano, rebriny, žinenky, švedske bedne, lopty-futbal, hádzaná, volejbal,
basketbal, bedminton, stolný tenis, florbalové sety, bránky

Prevencia obezity:

Vzdelávanie o výžive, zdravá strava, propagácia – pohyb

V Kolárovinciach, 5.9.2016

.....

Mgr. Stanislav Klimo, RŠ