

# Trzymaj formę



## Harmonogram działań programu „Trzymaj Formę” - edycja XVII

L.p.	Zadanie	Uwagi o realizacji	Termin
1.	Udział koordynatora programu „Trzymaj formę” w szkoleniu.	Spotkanie z koordynatorem programu „Trzymaj formę”, przekazanie materiałów, zapoznanie z założeniami programu w roku szkolnym 2023/2024	II 2024
2.	Opracowanie planu realizacji zadań programu „Trzymaj formę”.		IX 2023
3.	Propagowanie wiedzy dotyczącej właściwej postawy ciała podczas nauki.	Spotkanie z rehabilitantką, prezentacja ćwiczeń, pogadanka na temat: Wpływ aktywności fizycznej na stan zdrowia.	IX 2023
4.	Propagowanie i wdrażanie zasad prawidłowej postawy ciała, właściwego odżywiania, dbania o higienę ciała i umysłu.	ulotki, plakaty, gazetki szkolne, spotkanie z higienistką szkolną, pielęgniarką (klasa I-III) Lekcje wychowawcze Lekcje w-f, biologii i przyrody	cały okres realizacji harmonogramu
5.	Rola sportu w życiu nastolatków.	Nagranie spotu filmowego pt.,, Jestem silna” Klasa VII	IV 2024
6.	Konkurs plastyczny – „Zdrowie-ogarniam to”.	konkurs plastyczny – klasy IV - VII Gazetka klasowa	IV 2024
7.	Promocja sportu.	Udział w konkursach i turniejach sportowych	Cały okres realizacji harmonogramu
8.	Propagowanie aktywnego stylu życia.	zajęcia w-f, zajęcia SKS, wycieczki rowerowe, aktywne przerwy, spaceru krajobrazowe	cały okres realizacji harmonogramu
9.	Podsumowanie realizacji zadań programu „Trzymaj formę” .	sporządzenie sprawozdania, uzyskanie certyfikatu	VI 2024

szkolny koordynator programu „Trzymaj formę”

Danuta Boczuła