

PRIJAVNICA 2017/2018

Spodaj podpisani

(ime in priimek starša)

prijavljam

(ime in priimek otroka)

iz _____ oddelka OŠ Škofljica,

PŠ Lavrica, PŠ Želumlje (označite šolo)

v program **ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG.**

Moja telefonska številka za nujne primere je

in mail za obvestila

Škofljica, _____

(podpis starša)



PRIJAVE

Če želite, da se vaš otrok vključi v program Zdrav življenjski slog, izpolnite priloženo prijavnico in jo oddajte razredniku **do petka, 9. 6. 2017.**

Vsa obvestila za sobotne in počitniške dejavnosti bodo objavljena tudi na naši šolski internetni strani in obešena na oglasni deski pri zbornici.

Pri prijavah na sobotne in počitniške aktivnosti bodo imeli prednost tisti, ki bodo redno obiskovali program Zdrav življenjski slog.

Za dodatne informacije nama lahko pošljete elektronsko pošto na z.zs.skofljica@gmail.com.

Vodji programa ZŽS:

mag. prof. šp. vzg. Marko Brinjavc in
prof. šp. vzg. Janja Prelovšek



ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG

v šolskem letu 2017/2018



Spoštovani starši!

Zdrav otrok je tako vaša kot tudi naša največja želja. Ker lahko kot šola za to marsikaj naredimo, smo se tudi letos odločili, da vašim otrokom ponudimo aktivno in igrivo preživljanje popoldanskih uric pod strokovnim vodstvom. Z evropskim programom »Zdrav življenjski slog« (v nadaljevanju ZŽS) želimo pozitivno vplivati na vse spektre otrokovega življenja. Prekomerna telesna teža v povezavi z nepravilnim prehranjevanjem, telesna neaktivnost, škodljive razvade in duševne stiske so težave, s katerimi se srečujemo, a žal so postale že tako pogoste, da jih skoraj ne opazimo, dokler ne prerastejo do težje bolezni, potrebne zdravniške oskrbe. Vse te tegobe želimo zatreti že v kali.



Z vključitvijo v program dobi vaš otrok dodatni dve uri vodene športne vadbe s poudarkom na gibanju preko igre in učenju zdravega načina življenja. Strnjene oblike različnih športnih panog pa bomo občasno izvajali tudi ob koncu tedna.

Prijava je prostovoljna in obiskovanje **BREZPLAČNO**. Zaželeno je, da prijavljen otrok obiskuje vadbo dvakrat na teden skozi vse šolsko leto. Za dejavnosti med vikendom pa se bodo že vključeni učenci prijavi še dodatno.



SOBOTNE IN POČITNIŠKE DEJAVNOSTI

Aktivnosti, ki jih z učenci ne moramo izvajati v šoli, bomo izvedli v času počitnic in ob sobotah izven šole. Spoznavali bomo kajakaštvo, kolesarjenje, vaterpolo, odbojko na mivki, plavanje, pohodništvo, se preizkusili v ježi konj in še in še.



CILJI PROJEKTA:

- spodbujati otroke in njihove družine k športni dejavnosti
- odpravljati posledice negativnih vplivov sodobnega načina življenja (vadba za primerno telesno držo, odpravljanje ploskosti stopal, odpravljanje debelosti, razvoj splošne vzdržljivosti)
- čim širše razviti gibalni potencial otrok
- spodbujati k oblikovanju vzorcev zdravega življenjskega sloga
- zagotavljati vsakodnevno vodeno vadbo (4 - 5 ur športne aktivnosti na teden)

