

“9η Πανελλήνια Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού-Ευρωπαική Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού 2022”

3^ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΡΙΠΟΛΗΣ



ΑΘΛΗΣΗ κάθε μέρα ΥΓΕΙΑ

για μια ζωή

Στο πλαίσιο του εορτασμού της 9ης Πανελλήνιας Ημέρας Σχολικού Αθλητισμού 2022 και της Ευρωπαικής Ημέρας Σχολικού Αθλητισμού την **Παρασκευή 30 Σεπτεμβρίου** με σύνθημα "ΑΘΛΗΣΗ κάθε μέρα ΥΓΕΙΑ για μια ζωή" το σχολείο μας έχει προγραμματίσει μια σειρά από δράσεις που στόχο έχουν να αναδείξουν την ωφελιμότητα της άθλησης στη σωματική και πνευματική υγεία εφ' όρου ζωής.

8.15-9.00 "Ελάτε να χορέψουμε με την φίλη μας την 'Άσκησούλα'"

Η μασκότ της ημέρας μας ξεσηκώνει για τα καλά στο προαύλιο του σχολείου. Ποια είναι τα μυστικά της άθλησης και ποιο είναι το σύνθημά μας;

9.00-9.40 "Τα οφέλη της σωματικής άσκησης"

Ανοιχτή συζήτηση με την παιδίατρο Κέκου Κασσιανή στο αμφιθέατρο του σχολείου.

10.00-11.30 "Ελάτε να παίξουμε και να τρέξουμε"

Σκυταλοδρομίες και ομαδικά παιχνίδια στο προαύλιο του σχολείου.

11.45-12.25 "Μολύβια, χρώματα και όχι μόνο μας μιλούν"

Δημιουργία θεματικής αφίσας για την ημέρα του αθλητισμού στις τάξεις του σχολείου.

12.35-1.15 "Αθληση κάθε μέρα, υγεία για μια ζωή"

Παρουσίαση της αφίσας και του συνθήματος της ημέρας από τους μαθητές και τις μαθήτριες στο αμφιθέατρο του σχολείου.

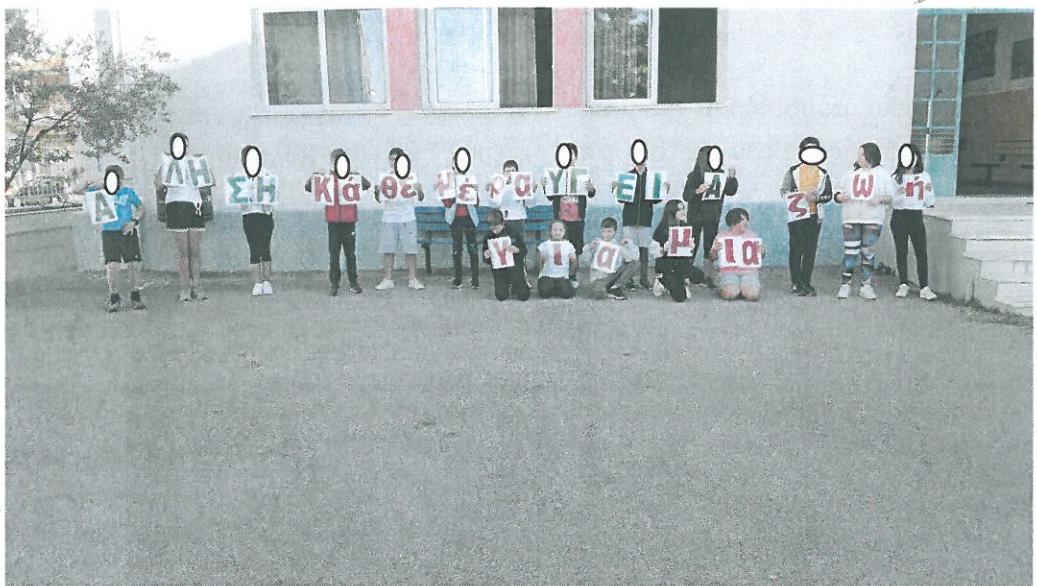
Με πολλά χαμόγελα, μουσική και χρωματιστά μπαλόνια, πραγματοποιήθηκαν στο σχολείο μας οι δράσεις για τον εορτασμό της ημέρας Σχολικού αθλητισμού.



Τα παιδιά ξεκίνησαν το πρωινό τους χορεύοντας με τα μπαλόνια τους στο προαύλιο, παρέα με τη μασκότ της ημέρας την "Ασκησούλα." Η "Ασκησούλα", παρότρυνε τα παιδιά στους ρυθμούς της μουσικής, λέγοντάς τους τα μυστικά της άθλησης και πόσο σημαντική είναι για την υγεία τους.



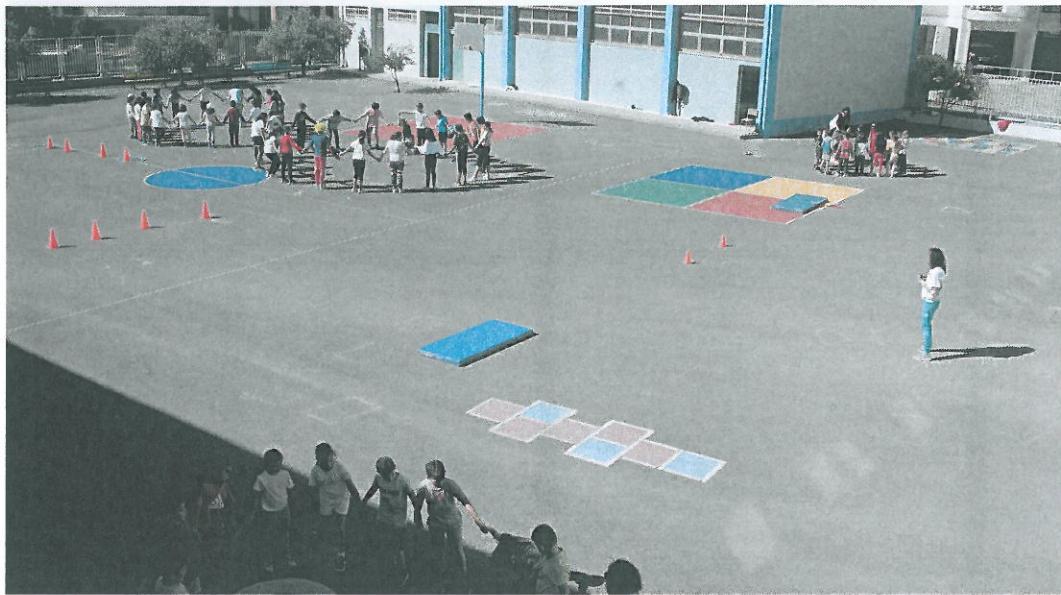
Ανακάλυψαν το σύνθημα της ημέρας, παίζοντας το παιχνίδι "Τὰ γράμματα μπερδεύτηκαν."



Στο αμφιθέατρο του σχολείου, συζήτησαν για τη συμβολή της άθλησης στη πνευματική και σωματική υγεία των ανθρώπων με την παιδίατρο κα Κέκου Κασσιανή. Στη συνέχεια προβλήθηκε βίντεο "Τα οφέλη της σωματικής άσκησης."



Το πρόγραμμα συνεχίστηκε με πολλές σκυταλοδρομίες και ομαδικά παιχνίδια στο προαύλιο, με συμμετοχή παιδιών και δασκάλων!!



Στη τάξη σχεδίασαν με τις δασκάλες τους τη δική τους αθλητική αφίσα, αποτυπώνοντας με χρώματα, λέξεις και ζωγραφιές συναισθήματα και εικόνες από την σημερινή μέρα.



Οι δράσεις ολοκληρώθηκαν στο αμφιθέατρο με τους μαθητές να παρουσιάζουν την αφίσα τους και τα δικά τους μηνύματα.



Η λήξη της ημέρας του Αθλητισμού δόθηκε με το σκάσιμο των μπαλονιών φωνάζοντας όλοι μαζί ότι "**Η ΑΘΛΗΣΗ ΔΙΝΕΙ ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΗ ΖΩΗ ΚΑΙ ΖΩΗ ΣΤΑ ΧΡΟΝΙΑ!!**"

