

FESTYN RODZINNY „ZDROWY TRYB ŻYCIA”

PROGRAM

12:00	Otwarcie Festynu / przywitanie gości
12:10 – 12:45	POKAZ JUDO Miejsce: plac przed szkołą
12:10 – 13:00 przerwa na mecze 14:45 – 15:30	SPORTOWY CHALLENGE (klasy 7-8 i LO) Miejsce: sala gimnastyczna
12:15 – 14:00	RADZENIE SOBIE ZE STRESEM Warsztaty z technik radzenia sobie ze stresem Miejsce: sala , I piętro 12:15 klasy 7-8 12:45 klasy 1-3 LO 13:15 klasy 4-6
12:15 – 14:00	WARSZTATY Warsztaty z zakresu prawidłowego odżywiania i prawidłowych nawyków aktywności fizycznej Miejsce: sala , I piętro 12:15 klasy 1-3 LO 12:45 klasy 4-6 13:15 klasy 7-8
12.45 – 13.45	KONKURENCJE SPORTOWE dla najmłodszych Miejsce: szkolny plac zabaw za sala gimnastyczną 12:45 klasy 0-1 SP 13:15 klasy 2-3 SP
12.45 – 13.45	KONKURS O ZDROWIU dla klas 0-3 SP Miejsce: plac przed szkołą 12:45 klasy 2-3 SP 13:15 klasy 0-1 SP
13:00 – 13:40	MECZ KOSZYKÓWKI NAUCZYCIELE – UCZNIOWIE Miejsce: sala gimnastyczna
14:00 – 14:45	MECZ SIATKÓWKI NAUCZYCIELE – RODZICE Miejsce: sala gimnastyczna
14:45 – 15:00	KONKURS RODZINNY NA „ZDROWY DESER” / rozstrzygnięcie dla uczniów klas 4-8 SP oraz LO i ich rodzin
15:00 – 15:30	FINAŁ TURNIEJU TENISA STOŁOWEGO Miejsce: sala gimnastyczna
15:00 – 15:45	ŻEGLARSTWO – pasja dla każdego Miejsce: sala , I piętro

15:45 – 16:00	MISTRZ KROKÓW - rozstrzygnięcie Sportowy challenge – nagroda dla osoby, która do godz. 15:30 zrobi najwięcej kroków Aplikacja do zainstalowania: Krokomierz – Licznik Kroków
16:00	Zakończenie i wręczenie nagród

STOISKA

12:00 – 16:00	PUNKT POMIAROWY ciśnieniomierz, pomiar tętna, pulsoksymetr Miejsce: plac przed szkołą
12:00 – 14:00	SPORTOWE HOBBY Miejsce: stoisko na zewnątrz
14:00 – 16:00	LOTERIA FANTOWA

STOISKA ZE ZDROWĄ ŻYWNOŚCIĄ

12:00 – 15:00	SŁODKIE PRZEKĄSKI stanowisko ze słodkimi przekąskami Miejsce: hol / parter
12:00 – 16:00	SOKI OWOCOWE Świeżo przygotowane soki z owoców i warzyw Miejsce: hol / parter
12:00 – 16:00	ZDROWE KOKTAJLE Świeżo przygotowane koktajle z owoców Miejsce: hol / parter
12:00 – 16:00	OWOCOWE PRZEKĄSKI Mix. owoców Miejsce: stoisko na zewnątrz
12:00 – 16:00	BUFET SAŁATKOWY Fit sałatki Miejsce: stoisko na zewnątrz