

10^η Πανελλήνια Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού

Με κεντρικό σύνθημα «**Η Κίνηση δίνει ζωή**» το σχολείο μας συμμετείχε στις αθλητικές εκδηλώσεις για τον εορτασμό της **10ης Πανελλήνιας Ημέρας Σχολικού Αθλητισμού 2023** και της εναρμόνισής της με την Ευρωπαϊκή Ημέρα Σχολικού Αθλητισμού.

Στόχος των δράσεων είναι να αναδειχθεί η θεμελιώδης σημασία της σωματικής άσκησης και του αθλητισμού για την υγεία και την ευημερία του ατόμου. Βασική επιδίωξη είναι η αύξηση της σωματικής δραστηριότητας των παιδιών, προκειμένου να αποκτήσουν συνήθειες που θα έχουν μακροπρόθεσμα οφέλη στην υγεία τους.

Η πρωτοβουλία ανήκει στην Ευρωπαϊκή Επιτροπή (Κομισιόν) κι έχει ως στόχο την αύξηση της συμμετοχής όλων των πολιτών στη φυσική δραστηριότητα και τον αθλητισμό σε όλα τα επίπεδα, έτσι ώστε να υιοθετήσουν έναν ενεργό και υγιή τρόπο ζωής.



Η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού (European Week of Sport) υλοποιήθηκε για πρώτη φορά το 2015, σε μία προσπάθεια να ανατραπεί η ανησυχητική τάση για τη μειωμένη ενασχόληση των ευρωπαίων πολιτών με τη φυσική δραστηριότητα, όπως καταδεικνύουν έρευνες, τόσο σε ευρωπαϊκό επίπεδο, όσο και σε επίπεδο κρατών μελών της Ε.Ε.

Ενδεικτικά είναι τα αποτελέσματα του Ευρωβαρόμετρου του 2014 για τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα, σύμφωνα με τα οποία σχεδόν 60% των Ευρωπαίων δεν αθλούνται ή αθλούνται ελάχιστα.

Για τη φετινή χρονιά διοργανώθηκε από τους εκπαιδευτικούς των μεγάλων τάξεων (Δ' - Ε'-ΣΤ') με τις οδηγίες και τις γνώσεις των εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής, μια οργανωμένη έξοδος από το σχολείο σε μια διαδρομή που άγγιξε και ξεπέρασε τα 2023 βήματα. Βασικός στόχος ήταν να επισκεφτούν οργανωμένους χώρους αλλά και χώρους ελεύθερης άσκησης.

Πρώτη στάση... το Κλειστό Γυμναστήριο «Μιχάλης Παρασκευόπουλος», όπου οι μαθητές είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν αγώνες του παγκόσμιου Πρωταθλήματος μεικτών Πολεμικών (Mixed Martial Arts)

Στη συνέχεια επισκέφτηκαν το Γήπεδο Φώτης Κοσμάς μαθαίνοντας για τους αγώνες που μπορούν να διεξαχθούν σε αυτό, περπάτησαν παράλληλα με τον ποδηλατόδρομο της παραλιακής λεωφόρου και κατέληξαν στο πάρκο προσκόπων, όπου έτρεξαν στα μονοπάτια και έμαθαν για την ορθή χρήση των οργάνων γυμναστικής που είναι τοποθετημένα για τους δημότες.

Παράλληλα οι μαθητές των μικρών τάξεων, πληροφορήθηκαν για την Ημέρα του Αθλητισμού, έπαιξαν και ζωγράρισαν με θέμα την κίνηση,

Οι δράσεις συνεχίζονται και τη Δευτέρα 2 Οκτωβρίου 2023 οπότε και οι μαθητές των μικρών τάξεων κάνουν πράξη όσα θεωρητικά έμαθαν.

