

ŽUR V NOVI PREOBLEKI



Skupinsko gibanje je vedno zabavnejše.

Zdrava prehrana in gibanje za boljši jutri

Žur pod goro. Nad osveženo izvedbo šolske prireditve so navdušeni tako otroci, kot tudi starši in zaposleni v šoli.

» Piše: Zala Motanl

V soboto je v konjiški Osnovni šoli Pod goro in v njeni okolici potekala tradicionalna šolska prireditev Žur pod goro. Zjutraj so začeli z zumbom, zgodaj popoldan končali z razteznimi vajami na igrišču pred gimnazijo.

Uživali so v zdravju

Prireditev so prejšnja leta vselej pripravili čez

Nesladkan čaj in minuta za zdravje

OŠ Pod goro se je z novim šolskim vključila v projekt Uživajmo v zdravju. Gre za projekt republiškega Zavoda za šolstvo, v katerem se je šola povezala z različnimi ustanovami in društvi na lokalni ravni. Smernice nacionalnega projekta so začrtane na podlagi prehranskih in gibalnih analiz stanja otrok, o katerih je starešem na šoli že spregovoril dr. Janko Strel. Poleg tega učenci po novem pijejo tudi vodo ali nesladkan čaj in med poukom izvajajo minuto za zdravje.

teden v konjiški športni dvorani, letos pa so jo organizirali v soboto na različnih lokacijah po Konjicah. K sodelovanju namreč niso želeli pritegniti le otrok, temveč tudi starše in druge občane.

Dogajanje so pripravili v sklopu projekta Uživajmo v zdravju. Njegov cilj je zmanjšanje boleznij, povezanih z življenjskim slogom, zato so v šoli, kot tudi na lokacijah izven nje opozarjali na pomen zdravega življenja.

Pripravili so razne delavnice, ki so vključevale različne športno-gibalne aktivnosti. Tako so igrali košarko, se učili plesnih korakov, igrali stare igre, se preizkušali v ravnotežju, kot pravi taborniki kurili ogenj, hodili v slogu nordijske hoje in plezali po plezalni steni. Nekateri so se razgibali tudi pri urah pilatesa, zumbe, aerobike, bootcampa in sodelovali še v kakšni aktivnosti.

Pri izpeljavi sobotnega dogajanja so šoli pomagali posamezniki in društva iz lokalnega okolja, sicer pa so ga pripravili v sodelovanju s celjskim Nacionalnim inštitut za javno zdravje, Občino Slovenske Konjice in naslednjimi konjiškimi ustanovami: Zdravstvenim domom, Zavodom za šport in Centrom za socialno delo.

Drugošolci so se opogumili in plezali po plezalni steni.



Pred razgibavanjem je spregovoril boksar **Aljaž Venko**, nekdanji učenec OŠ Pod goro.

LJUDJE TEDNA

novice

1

2

3

4

5

6

7