

3. ZŠ HOLEŠOV

NESEĎ A HÝBEJ SE

Akce je zaměřena na podporu pohybové aktivity žáků a učitelů 3. ZŠ Holešov. Cílem je motivovat žáky a učitele k pohybu v této těžké době. (běh či chůze)



Pravidla výzvy:

- Výzva bude probíhat od 22.2. 2021 až do 31.3. 2021.
- Kolik kroků za určitý den ujdete, tolik si jich zaznamenáte na konci dne do sdílené tabulky, která bude přístupná na webových stránkách naší školy a budete ji mít všichni ve zprávě na EduPage.
- Do sdílené tabulky si každý účastník napíše svoje jméno a příjmení (třídu). Podle data v tabulce si každý účastník (žák, učitel) vždy na konci dne doplní počet kroků, které během dne zaznamenal. V tabulce nic neukládáte (ukládá se to samo). Jenom ji otevřete, napíšete tam dané údaje a zase zavřete.

Odkaz na tabulku zde:

- <https://docs.google.com/spreadsheets/d/11MIekIdY-y3qEoOfNPKnGUcJmRbED5D6jxSqN5cuCLc/edit#gid=0>

Co k tomu potřebujete?

- Jakékoli zařízení, které dovede měřit počet kroků → doporučujeme aplikace, které si můžete stáhnout do chytrého telefonu (Strava, Runtastic, Nike +, Amazfit, RunKeeper, C25K, EPP, apod.), chytré hodinky či krokoměr.
- Na konci výzvy bude probíhat kontrola záznamů u vybraných žáků. Takže doporučujeme si během výzvy postupně ukládat fotky nebo screenshoty se záznamy pohybových aktivit (s počtem kroků).
- Kdo se do výzvy zapojí, může obdržet z tělesné výchovy od tělocvikářů 1.
- Nejlepší tři žáci a tři učitelé obdrží zdravou sladkou odměnu. Odměnu také obdrží nejlepší třída a kabinet.
- Žáci mohou soutěžit mezi třídami (musí se však účastnit min. 10 žáků ze třídy a počítat se bude výsledný součet 10 nejvíce aktivních žáků).
- Učitelé mezi kabinety (musí se však účastnit min. 3 učitelé a počítat se bude výsledný součet 3 nejvíce aktivních učitelů).
- V případě nejasností či problémů kontaktujte učitele tělesné výchovy Filipa Ourodu nebo Richarda Davida.