

# Zdrav življenjski slog



Osnovna šola Idrija je bila na javnem razpisu izbrana za izvajanje programa **Zdrav življenjski slog**.

Program je podprt s strani Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport, delno pa je sofinanciran iz Evropskega socialnega sklada, zato je izvajanje dejavnosti znotraj tega programa **brezplačno**.



Namenjen je otrokom, ki niso vključeni v programe, usmerjene v kakovostni in vrhunski šport. Program poteka v času pouka in v času pouka prostih dni ter med počitnicami. Predvidoma se bo izvajal do konca junija 2016, in sicer v šolskih telovadnicah, na šolskem igrišču, raznih javnih športnih objektih ter v naravnem okolju.

Cilj programa je dodatno spodbuditi osnovnošolske otroke k oblikovanju zdravega življenjskega sloga, razvijati splošno vzdržljivost in odpravljati posledice negativnih vplivov sodobnega načina življenja (slabša telesna drža, ploskost stopal, debelost). S programom želimo zagotoviti otrokom, vključenim v program, priporočeno vsakodnevno strokovno vodeno vadbo.

## URNIK

	PON	TOR	SRE	ČET	PET
5. ura 11.25 – 12.10	1.r (A sk.)	1.r (A sk.)	2.r	1.r (B sk.)	2.r
6. ura 12.15 – 13.00	3.r	4.r	3.r	5.r	4.r
7. ura 13.05 – 13.50	5.r	8.,9.r	6.,7.r	6.,7.r	8.,9.r
8. ura 13.55 – 14.40 (G = Godovič)	1.r (B sk.)	1.,2.r G (14.45 – 15.30)		1.,2.r G (14.30-15.15)	8.,9.r

Obvestila o sobotnih in počitniških športnih aktivnostih bodo objavljena na tem mestu ter pri vhodu v telovadnico.

Za prijave se obrnite na razrednika, športnega pedagoga ali direktno pri uri ZŽS.

Izvajalka programa: Špela Šemrl, prof. športne vzgoje