

ΤΕΣΤ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ

Πρόσκληση από το τμήμα διατροφής και άσκησης του Δήμου Παλαιού Φαλήρου

Καλούμε τα παιδιά του σχολείου σας, στο πολιτιστικό και αθλητικό κέντρο του Δήμου Παλαιού Φαλήρου να παίξουν, να γυμναστούν, να διασκεδάσουν. Τα παιδιά θα ενταχθούν σε ένα πρόγραμμα αξιολόγησης της φυσικής κατάστασης.

Δηλαδή θα περάσουν από ορισμένα απλά, διασκεδαστικά, ευχάριστα **ΤΕΣΤ**, με στόχο την καταγραφή της φυσικής κατάστασης.

Θα μάθουν **ποια είναι η τωρινή τους φυσική κατάσταση**, ποια είναι η **...ιδανική**, και πώς μπορούν να την **βελτιώσουν**.

Θα γίνει μέτρηση ικανοτήτων, όπως η ταχύτητα, η αντοχή, η αλτικότητα, η ευλυγισία, η μυϊκή δύναμη, κ.α.

Τα αποτελέσματα θα δοθούν **στους γονείς των παιδιών**, ενώ οι καθηγητές θα ενημερωθούν για το αποτέλεσμα της αξιολόγησης.

Τέλος θα έχουμε την ευκαιρία **να διακρίνουμε εκείνα τα παιδιά** που έχουν κάποιες ιδιαίτερες ικανότητες, και προοπτική για ορισμένα αθλήματα.

Πάνω από όλα όμως ο κύριος στόχος είναι η προσφορά γνώσης στα παιδιά, για την σημασία της καλής φυσικής κατάστασης αφού αυτή είναι η βάση για καλύτερη υγεία, για καλύτερη απόδοση στο σχολείο για προστασία από διάφορες ασθένειες.

ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΗΛΙΚΙΑΣ 6-8 ΕΤΩΝ ΚΑΙ 8-12 ΕΤΩΝ.

ΤΑ ΤΕΣΤ ΘΑ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΤΙΣ ΕΞΗΣ ΩΡΕΣ ΚΑΙ ΜΕΡΕΣ

ΠΡΩΙ: 9:00 – 12:00 [Κάθε ώρα θα συμμετέχουν μέχρι 25 παιδιά.]

ΑΠΟΓΕΥΜΑ: ΔΕΥΤΕΡΑ –ΤΕΤΑΡΤΗ- ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ώρες 18:00 – 19:00

ΠΟΥ ΘΑ ΕΦΑΡΜΟΖΟΝΤΑΙ ΤΑ ΤΕΣΤ;

ΣΤΟ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ

ΤΑ ΤΕΣΤ ΕΦΑΡΜΟΖΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

ΥΠΟ ΤΗΝ ΕΠΙΒΛΕΨΗ ΤΟΥ ΚΑΘΗΓΗΤΗ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΧΡΗΣΤΟΥ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ

ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΡΕΚΟΡ ΣΤΟ ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ.

Επικοινωνήστε για ραντεβού με την γραμματεία

Δευτέρα – Παρασκευή ώρες : 9:00-20:00

τηλ: 210 9848730 210 9827022

e.mail tmima.diatrofikisagogis@yahoo.gr