

OBVESTILO za 7. razrede

Izbirni predmet:

ŠPORT ZA ZDRAVJE

SODOBNA PRIPRAVA HRANE

V soboto 10. oktobra se bodo učenci in njihovi mentorici izbirnega predmeta ŠPORT ZA ZDRAVJE (Petra Krizmancic) in SODOBNA PRIPRAVA HRANE (Margareta Manfreda) z nekaterimi starši udeležili prireditve **TRIS - SVETOVNI DAN HOJE, HRANE in DUŠEVNEGA ZDRAVJA SKUPAJ** na območju Mladinskega zdravilišča in letovišča Debeli rtič.

Skupna prireditev bo potekala po naslednjem programu:

- 8.00 - 8.30 zbiranje udeležencev
- 8.30 - 9.00 uvodni pozdrav in razdelitev v skupine
- 9.00 - 10. 30 izvajanje aktivnosti po skupinah
- 10. 30 - 11.30 odmor za malico
- 11.30 - 12.30 Zaključek - predstavitev in poročanje o izvedenih aktivnostih

Udeleženci bodo lahko izbirali med naslednjimi delavnicami:

- ❖ Delavnica kuhanja
- ❖ predstavitev Nordijske hoje po poti z označevanjem poti in vmesnimi točkami za razgibavanje in vajami za moč
- ❖ Delavnica poslušanje planetarnega gonga
- ❖ Delavnica Joge v terapevtske namene
- ❖ Delavnica zdrave prehrane za otroke
- ❖ Delavnica družabne igre

ZANIMIVOST!!!!

Table za označevanje poti v delavnici Nordijske hoje bodo delo učencev OŠ Elvire Vatovec Prade pod mentorstvom prof. likovne umetnosti Ksenje Pfeifer.

Organizatorji prireditve so: ZZV Koper, ZD Koper, Društvo za zdravo življenje Jabolko & kruh Koper, Mladinsko zdravilišče in letovišče Debeli rtič. Pobuda poteka v okviru projekta Koper - zdravo mesto Mestne občine Koper.