

Złap FORMĘ!

Samorządowe szkoły podstawowe

Szkoła Podstawowa nr 1- sp1@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia, zabawy ruchowe na świeżym powietrzu (Planty) z wykorzystaniem sprzętu sportowego: piłek, paetek, skakanek, gum do skakania. Gry zręcznościowe.	Zajęcia, zabawy ruchowe na świeżym powietrzu (Planty) z wykorzystaniem sprzętu sportowego: piłek, paetek, skakanek, gum do skakania. Gry zręcznościowe.	Zajęcia, zabawy ruchowe na świeżym powietrzu (Planty) z wykorzystaniem sprzętu sportowego: piłek, paetek, skakanek,	Tak

	Korzystanie z sali gimnastycznej i siłowni w razie niesprzyjających warunków atmosferycznych.	Korzystanie z sali gimnastycznej i siłowni w razie niesprzyjających warunków atmosferycznych.	gum do skakania. Gry zręcznościowe. Korzystanie z sali gimnastycznej i siłowni w razie niesprzyjających warunków atmosferycznych.	
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Przygotowanie propozycji zabaw ruchowych do wykorzystania w czasie przerw międzylekcyjnych (zabawy piankowymi piłkami, zabawy ruchowe przy muzyce, wykorzystanie samoprzylepnych plansz - twister, stopki, klasy).</p> <p>Spacerem na Kopiec Krakusa jako forma obchodów Święta Flagi i Święta Konstytucji 3 Maja.</p> <p>Zajęcia sportowo-rekreacyjne na Plantach z wykorzystaniem sprzętu dostępnego na sali gimnastycznej (gry i zabawy bieżne), biegi terenowe, wycieczki rowerowe z podziałem na grupy wiekowe.</p> <p>Szkolny turniej tenisa stołowego dla klas IV – VIII. Rozgrywki międzyklasowe – koszykówka, piłka siatkowa.</p> <p>Udział w akcji „Rowerowy maj”</p>	<p>Przygotowanie propozycji zabaw ruchowych do wykorzystania w czasie przerw międzylekcyjnych (zabawy piankowymi piłkami, zabawy ruchowe przy muzyce, wykorzystanie samoprzylepnych plansz - twister, stopki, klasy).</p> <p>Zajęcia sportowo-rekreacyjne na Plantach z wykorzystaniem sprzętu dostępnego na sali gimnastycznej (gry i zabawy bieżne), biegi terenowe, wycieczki rowerowe z podziałem na grupy wiekowe.</p> <p>Aktywny Dzień Dziecka – Kolorowy Orszak – spacer Plantami Krakowskimi</p> <p>Dzień Sportu – międzyklasowy turniej różnego rodzaju aktywności ruchowych (tor przeszkód, bieg na czas, przeciąganie liny).</p> <p>DZIEŃ SPORTU dla klas IV – VI dla klas VII - VIII Dzień Dziecka na świeżym</p>	<p>Przygotowanie propozycji zabaw ruchowych do wykorzystania w czasie przerw międzylekcyjnych (zabawy piankowymi piłkami, zabawy ruchowe przy muzyce, wykorzystanie samoprzylepnych plansz - twister, stopki, klasy).</p> <p>Zajęcia sportowo-rekreacyjne na Plantach z wykorzystaniem sprzętu dostępnego na sali gimnastycznej (gry i zabawy bieżne), biegi terenowe, wycieczki rowerowe z podziałem na grupy wiekowe.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne dla uczniów klas IV – VIII.</p> <p>Wycieczka rowerowa, aktywny piknik.</p> <p>Rodzinna gra terenowa.</p>	Tak

		powietrzu (Park Jordana). Spacer historyczno-geograficzny po mieście - ostatni tydzień nauki. Aktywne przerwy międzylekcyjne dla uczniów klas IV – VIII.		
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja zajęć wf w formie małej/dużej zabawy biegowej, zabaw w terenie – najbliższym otoczeniu szkoły. Prowadzenie zajęć z wychowania fizycznego w ramach 3-4 godziny na terenach sportowo-rekreacyjnych na Placu przy Groblach. Lekcje wf realizowane z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta - Planty. Wycieczki piesze w najbliższej okolicy szkoły w trakcie realizacji wybranych zagadnień przyrodniczych, społecznych. Zajęcia ruchowe w ramach lekcji wychowania fizycznego na terenie Plant, niedaleko budynku szkoły. Prowadzenie zajęć ruchowych, zabaw, torów przeszkód, zabaw z piłkami, skakankami, ringo, szarfami, woreczkami. Obserwowanie przyrody –	Realizacja zajęć wf w formie małej/dużej zabawy biegowej, zabaw w terenie – najbliższym otoczeniu szkoły. Prowadzenie zajęć z wychowania fizycznego w ramach 3-4 godziny na terenach sportowo-rekreacyjnych na Placu przy Groblach. Lekcje wf realizowane z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta - Planty. Wycieczki piesze w najbliższej okolicy szkoły w trakcie realizacji wybranych zagadnień przyrodniczych, społecznych. Zajęcia ruchowe w ramach lekcji wychowania fizycznego na terenie Plant, niedaleko budynku szkoły. Prowadzenie zajęć ruchowych, zabaw, torów przeszkód, zabaw z piłkami, skakankami, ringo, szarfami, woreczkami. Obserwowanie przyrody – późna wiosna w czasie	Realizacja zajęć wf w formie małej/dużej zabawy biegowej, zabaw w terenie – najbliższym otoczeniu szkoły. Prowadzenie zajęć z wychowania fizycznego w ramach 3-4 godziny na terenach sportowo-rekreacyjnych na Placu przy Groblach. Lekcje wf realizowane z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta - Planty. Wycieczki piesze w najbliższej okolicy szkoły w trakcie realizacji wybranych zagadnień przyrodniczych, społecznych. Zajęcia ruchowe w ramach lekcji wychowania fizycznego na terenie Plant, niedaleko budynku	Tak

	późna wiosna w czasie wycieczek pieszych, wyjść. Zabawy ruchowe w trakcie przerw międzylekcyjnych.	wycieczek pieszych, wyjść. Zabawy ruchowe w trakcie przerw międzylekcyjnych.	szkoły. Prowadzenie zajęć ruchowych, zabaw, torów przeszkód, zabaw z piłkami, skakankami, ringo, szarfami, woreczkami. Obserwowanie przyrody – późna wiosna w czasie wycieczek pieszych, wyjść. Zabawy ruchowe w trakcie przerw międzylekcyjnych.	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		Zorganizowanie przejazdów rowerowych w ramach Programu STARS.		

Szkoła Podstawowa nr 4 - sp4@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
--	------------	-----------------	-----------------	--

<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Joga dla dzieci, Gimnastyka Świetlika Zabawy ruchowe z wykorzystaniem chusty klauza Zabawy taneczne – Just Dance.</p>	<p>Joga dla dzieci, Gimnastyka Świetlika Zabawy ruchowe z wykorzystaniem chusty klauza Zabawy taneczne – Just Dance Świetlicowy Dzień Sportu.</p>	<p>Joga dla dzieci, Gimnastyka Świetlika Zabawy ruchowe z wykorzystaniem chusty klauza, Zabawy taneczne – Just Dance.</p>	TAK
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Sobotnie wycieczki rowerowe.</p> <p>Akcja Rowerowy Maj w ramach projektu STARS.</p>	<p>Sobotnie wycieczki rowerowe.</p> <p>Szkolny Dzień Sportu.</p>	<p>Sobotnie wycieczki rowerowe.</p>	TAK
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Wyjścia w ramach lekcji wf na krakowskie Błonia, do Parku Jordana, na stadion MOS Wschód.</p>	<p>Wyjścia w ramach lekcji wf na krakowskie Błonia, do Parku Jordana, na stadion MOS Wschód.</p>	<p>Wyjścia w ramach lekcji wf na krakowskie Błonia, do Parku Jordana, na stadion MOS Wschód.</p>	

Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		Międzyszkolne zawody na ergometrach wioślarskich we współpracy z AZS AWF Kraków oraz UKS 93.	Międzyszkolny turniej koszykówki we współpracy z SP 7 i Strażą Miejską.	TAK

Szkoła Podstawowa nr 7- sp7@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Gry zespołowe na boisku sportowym, auli szkolnej i bawialni. Pozalekcyjne zajęcia sportowe: -zajęcia z instruktorem Centrum Młodzieży- gry i zabawy z elementami judo.	Gry zespołowe na boisku sportowym, auli szkolnej i bawialni. Pozalekcyjne zajęcia sportowe: -zajęcia z instruktorem Centrum Młodzieży- gry i zabawy z elementami judo	Gry zespołowe na boisku sportowym, auli szkolnej i bawialni. Pozalekcyjne zajęcia sportowe: -zajęcia z instruktorem Centrum Młodzieży- gry i zabawy z elementami judo -zajęcia przy muzyce –Szkoła	TAK TAK

	-zajęcia przy muzyce –Szkoła TANCA OBSSESION.	-zajęcia przy muzyce –Szkoła TANCA OBSSESION.	TANCA OBSSESION	
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<ol style="list-style-type: none"> Aktywne przerwy międzylekcyjne – ruch/ tańce przy muzyce z radiowęzła szkolnego. Tenis stołowy na przerwach. Wycieczka rowerowa po Krakowie. Wspólne ćwiczenia przed lekcjami na boisku szkolnym (raz w miesiącu). 	<ol style="list-style-type: none"> Aktywne przerwy międzylekcyjne – ruch/ tańce przy muzyce z radiowęzła szkolnego. Tenis stołowy na przerwach. Dzień Sportu Szkolnego na terenie ośrodka sportowego przy Placu na Groblach. Wspólne ćwiczenia przed lekcjami na boisku szkolnym (raz w miesiącu). Zajęcia Boole –Park Jordana (kl 3,4). Zajęcia Stars – nauka jazdy na hulajnodze. Zajęcia praktyczne w przygotowaniu do Karty Rowerowej. (nauka jazdy na rowerze, manewry, slalomy itp.) 	<p>1.Aktywne przerwy międzylekcyjne – ruch/ tańce przy muzyce z radiowęzła szkolnego.</p> <p>2.Tenis stołowy na przerwach.</p> <p>3. Wspólne ćwiczenia przed lekcjami na boisku szkolnym (raz w miesiącu).</p> <p>4.Zajęcia Boole –Park Jordana (kl. 3-4).</p> <p>5. Zajęcia Stars – nauka jazdy na hulajnodze.</p>	TAK
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boi-</p>	<ol style="list-style-type: none"> Wycieczka piesza w góry organizowane przez szkolne koło PTTK. Lekcja w-f „Siłownia na świeżym powietrzu”. Zajęcia sportowe w ramach wycieczki turystycznej, gry i zabawy, piłka nożna. 	<ol style="list-style-type: none"> Wycieczka piesza w góry organizowane przez szkolne koło PTTK. Lekcja w-f na Błoniach. Spacer po Krakowie w ramach zajęć z wychowawcą, Samorząd Uczniowski. 	<ol style="list-style-type: none"> Wycieczka piesza w góry organizowane przez szkolne koło PTTK. Lekcja w-f w Parku Krakowskim. 	TAK

skami.				
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.			Turniej międzyszkolny (5 dyscyplin)	TAK

Szkoła Podstawowa nr Oddziałami Integracyjnymi nr 15- sekretariat@sp15.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Gry i zabawy na boisku szkolnym i w szkolnym ogrodzie	Gry i zabawy na boisku szkolnym i w szkolnym ogrodzie	Gry i zabawy na boisku szkolnym i w szkolnym ogrodzie	Do wykorzystania jest ogród szkolny oraz kort tenisowy. Od września również boisko szkolne.
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy	Długa przerwa na świeżym powietrzu. Wycieczki do parku krajobrazowego.	Święto rodziny – gry i zabawy na świeżym powietrzu. Długa przerwa na świeżym powietrzu.	Długa przerwa na świeżym powietrzu. Wyjazdy na jednodniowe wycieczki w góry i do gospodarstw agroturystycznych.	Do wykorzystania jest ogród szkolny oraz kort tenisowy. Od września również boisko szkolne.

<p>współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Wycieczki do lasu na lekcje poświęcone ekologii.</p>	<p>Wyjazdy do lasu na lekcje poświęcone ekologii.</p>	<p>Wyjazdy do lasu na lekcje poświęcone ekologii.</p>	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>		<p>Szkolny Dzień Sportu – zawody sportowe na świeżym powietrzu.</p>		

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!” Szkoła Podstawowa nr 27 w Krakowie– sp27@mjo.krakow.pl

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej – pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły, prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych.</p>	<p>Animacja zajęć wykorzystujących elementy lekkoatletyki oraz gier zespołowych. Zajęcia ruchowe odbywać się będą z wykorzystaniem obiektów sportowych, którymi dysponuje szkoła: boisko piłkarskie, boisko do koszykówki, boisko do piłki siatkowej, tereny rekreacyjne, mała sala gimnastyczna.</p>			<p>Szkoła dysponuje wymaganą infrastrukturą.</p>
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np.: biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane wspólnie z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) np. Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne.</p>	<p>– Udział szkoły w Akcji Rowerowy Maj. Wycieczki rowerowe klas ósmych. – Zabawy i gry rekreacyjne z wykorzystaniem warunków naturalnych.. – Angażowanie uczniów w inicjowanie zabaw i gier rekreacyjnych, uwzględniających warunki naturalne okolicy. – Aktywne przerwy – promowanie aktywności fizycznej podczas przerw szkolnych na boiskach sportowych..</p>	<p>– Sportowy Dzień Dziecka. – Dzień Sportu dla klas 1-3 oraz 4-8. – Gry i zabawy sportowe, turnieje siatkówki, koszykówki, piłki nożnej. Wyścigi rzędów – rywalizacja klasowa. – Prezentowanie walorów sportowych i turystycznych najbliższej okolicy. Takich jak ścieżka zdrowia, zielone siłownie.</p>	<p>– Promocja „Jesiennej Kampanii Rowerowej”. – Marszobiegi z pokonywaniem naturalnych przeszkód, ćwiczeniami siłowymi w terenie. – Gry tereneowe – podchody i marsz na orientację. – Piknik rodzinny – gry i zabawy w plenerze. Promowanie wspólnej aktywności rodziców i uczniów.</p>	<p>Szkoła dysponuje wymaganą infrastrukturą.</p>

<p>„Tu też można ćwiczyć” – realizacja 3 i 4 godziny wf-u z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia wf-u poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Zabawy i gry rekreacyjne z wykorzystaniem warunków naturalnych. – Gry tereneowe – podchody i marsz na orientację.</p>	<p>Zabawy i gry rekreacyjne z wykorzystaniem warunków naturalnych. – Gry tereneowe – podchody i marsz na orientację.</p>		<p>Szkoła dysponuje wymaganą infrastrukturą.</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>– Koszykówka liga „Radwan Sport” koszykówka. – Organizator Straż Miejska. Piłka nożna klas 1-3</p>			

Szkoła Podstawowa nr 31 – sp31@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

<p>Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia</p>	<p>MAJ</p>	<p>CZERWIEC</p>	<p>WRZESIEŃ</p>	<p>Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?</p>
---	-------------------	------------------------	------------------------	---

<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Gry zespołowe, „piłka nożna”, „dwa ognie” na boisku szkolnym. Zabawy ruchowe na placu zabaw.</p>	<p>Zabawy ruchowe „Rzuty do kosza”, „Król strzelców” Gry zespołowe na boisku szkolnym. Zabawy ruchowe na placu zabaw.</p>	<p>Gry zespołowe: „zbijak”, „pięć podań” Na boisku szkolnym Zabawy ruchowe na placu zabaw.</p>	<p>Tak</p>
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Przerwy na sportowo na boisku szkolnym i na sali gimnastycznej - Święto Patrona Szkoły – dra H. Jordana – Szkolna Olimpiada. - Turnieje „Błyskawiczne” w różnych dyscyplinach sportu (piłka nożna, koszykówka, siatkówka, piłka ręczna). 	<ul style="list-style-type: none"> - Dzień dziecka na sportowo – rozgrywki międzyklasowe o Puchar Patrona Szkoły 31 - Wycieczki rowerowe w ramach zajęć sportowych - Rozgrywki szkolne – mecze międzyklasowe, - zajęcia rolkarskie w Parku Jordana, - rozgrywki Badmintona na terenach rekreacyjnych szkoły. 	<ul style="list-style-type: none"> - zajęcia sportowe na świeżym powietrzu na boisku szkolnym, Błoniach, w Parku Jordana. - Plogging – sprzątanie świata na sportowo (biegając). 	<p>Tak</p>
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - gry zespołowe i zajęcia lekkoatletyczne w Parku Jordana, - zajęcia ruchowe na Błoniach. 	<ul style="list-style-type: none"> - marszobiegi na krakowskich Błoniach i po Lasku Wolskim - gry zespołowe i zajęcia lekkoatletyczne w Parku Jordana. 	<ul style="list-style-type: none"> - Wycieczki rowerowe w ramach zajęć sportowych – wzdłuż rzek Wisły i Rudawy. 	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozy-</p>	<p>Bieg śladami panien zwierzynieckich.</p>			

cje rozgrywek.

Szkoła Podstawowa nr 32 - sp322@wp.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Prowadzenie ćwiczeń ruchowych ogólnorozwojowych w ogrodzie szkolnym, na boisku i podwórku z wykorzystaniem sprzętu sportowego.	Prowadzenie ćwiczeń ruchowych ogólnorozwojowych w ogrodzie szkolnym, na boisku i podwórku z wykorzystaniem sprzętu sportowego. - „Dzień sportu” – podwórkowy tor przeszkód.	Prowadzenie ćwiczeń ruchowych ogólnorozwojowych w ogrodzie szkolnym, na boisku i podwórku z wykorzystaniem sprzętu sportowego.	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	- Zajęcia ogólnorozwojowe na terenie szkoły oraz na zewnątrz z wykorzystaniem infrastruktury zewnętrznej, turnieje międzyszkolne z różnych dyscyplin sportowych. - „Dzień dziecka” – na sportowo, biegi, gry zespołowe, zawody wewnątrz szkolne.	- Cykliczne prowadzenia aktywnej gimnastyki między zajęciami tematycznymi. - Wyjścia na zajęcia ogólnorozwojowe na pobliskie tereny rekreacyjne (Błonia, Park Jordana, Kopiec Kościuszki, Las Wolski). - Dzień Sportu.	- Wyjścia na zajęcia ogólnorozwojowe na pobliskie tereny rekreacyjne (Błonia, Park Jordana, Kopiec Kościuszki, Las Wolski). - Wycieczki rowerowe i na hulajnodze. - Zajęcia sportowe z UKS - Maximus: Lekkoatletyka / Piłka nożna	TAK

<p>na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Przygotowanie do Biegu Śladami Panien Zwierzynieckich. - Cykliczne prowadzenia aktywnej gimnastyki między zajęciami tematycznymi. - Zajęcia z UKS. Maximus: zajęcia z elementami sztuk walki. - Lekcje biologii pod kątem edukacji prozdrowotnej – znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia. - Aktywne przerwy międzylekcyjne: <ul style="list-style-type: none"> • Gra w tenisa stołowego/ping pong. • Stoliki z grami planszowymi. • Zajęcia ruchowe pod czas długiej przerwy. 	<ul style="list-style-type: none"> - Turnieje sportowe z udziałem nauczycieli i rodziców. Cykliczne prowadzenia aktywnej gimnastyki między zajęciami tematycznymi. - Festyn Rodzinny - Zajęcia z UKS. Maximus: lekkoatletyka - Nauka jazdy na rolkach. - Zajęcia z elementami tańca. - Lekcje biologii w ogrodzie szkolnym. - Aktywne przerwy międzylekcyjne: <ul style="list-style-type: none"> • Gra w tenisa stołowego/ping pong. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aktywne przerwy międzylekcyjne: <ul style="list-style-type: none"> • Gra w tenisa stołowego/ping pong. • Stoliki z grami planszowymi. • Zajęcia ruchowe pod czas długiej przerwy. 	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cykliczne wyjścia na zajęcia ogólnorozwojowe na pobliskie tereny rekreacyjne (Kopiec Kościuszki, Park Jordana, Błonie) – ramach zajęć z WF. - Zajęcia na pływalni KOLNA. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realizacja godzin WF –u na Błoniach, w Parku Jordana, w okolicach Kopca Kościuszki. - Wyjścia na Błonia w czasie godzin wychowawczych. - Wyjście do Parku Trampolin/ Parku Doświadczeń. - Zajęcia na pływalni KOLNA. 	<p>Cykliczne wyjścia na zajęcia ogólnorozwojowe na pobliskie tereny rekreacyjne (Kopiec Kościuszki, Park Jordana, Błonie) – ramach zajęć z WF.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dzień Chłopca na sportowo. - Zabawy terenowe w Parku Decjusza. 	<p>TAK</p>

<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Bieg Śladami Panien Zwierzynieckich – kontynuacja. - Turnieje piłki nożnej, tenisa stołowego, piłki siatkowej, koszykówki. - Udział w biegach organizowanych wspólnie z Radą Dzielnicy. - Turniej gry w piłkę nożną dla klas 1 – 3. 	<p>Turnieje piłki nożnej, tenisa stołowego, piłki siatkowej, koszykówki.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Udział w biegach organizowanych wspólnie z Radą Dzielnicy, rozgrywki koszykówki. - Gry i zabawy na boisku szkolnym: piłka nożna, piłka ręczna, koszykówka, siatkówka. - Turniej pin ponga. 	

Szkoła Podstawowa nr 37 - sp37krakow@gazeta.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>- Gry i zabawy ruchowe na terenach zielonych , rekreacyjnych.</p>	<p>- Gry i zabawy ruchowe na terenach zielonych , rekreacyjnych.</p>	<p>- Gry i zabawy ruchowe na terenach zielonych , rekreacyjnych.</p>	<p>Tereny zielone, plac apelowy pozwalają na prowadzenie zajęć rekreacyjnych.</p>

<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>- Wycieczki rowerowe w ramach rowerowy maj oraz dodatkowe w ramach projektu ekologiczno – sportowego- „Poznaj ścieżki rowerowe w Nowej Hucie”.</p> <p>- Gimnastyka popołudniowa dla rodziców, seniorów i dzieci dwa razy w tygodniu.</p>	<p>- Wycieczki rowerowe w ramach rowerowy maj oraz dodatkowe w ramach projektu ekologiczno – sportowego- „Poznaj ścieżki rowerowe w Nowej Hucie”.</p> <p>- Dzień Dziecka</p> <p>- Talenty sportowe 37 – siódemki.</p> <p>- Gimnastyka popołudniowa dla rodziców, seniorów i dzieci dwa razy w tygodniu.</p>	<p>- Wycieczki rowerowe w ramach rowerowy maj oraz dodatkowe w ramach projektu ekologiczno – sportowego- „Poznaj ścieżki rowerowe w Nowej Hucie”.</p> <p>- Gimnastyka popołudniowa dla rodziców, seniorów i dzieci dwa razy w tygodniu.</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Wykorzystanie terenów rekreacyjnych nad Zalewem w Nowej Hucie – realizacja 3-4 godziny (siłownie na powietrzu, boiska rekreacyjne, siatka plażowa, tężnia).</p>	<p>Wykorzystanie terenów rekreacyjnych nad Zalewem w Nowej Hucie – realizacja 3-4 godziny (siłownie na powietrzu, boiska rekreacyjne, siatka plażowa, tężnia).</p>	<p>Wykorzystanie terenów rekreacyjnych nad Zalewem w Nowej Hucie – realizacja 3-4 godziny (siłownie na powietrzu, boiska rekreacyjne, siatka plażowa, tężnia)</p>	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>Współpraca z RD nr XVIII w organizacji zawodów sportowych” turniej o Puchar dyrektora Szkoły w mini koszykówce i koszykówce chłopców i dziewcząt.</p>	<p>- Współpraca z RD nr XVIII w organizacji festynów sportowych: Dni Nowej Huty, Piknik Rodzin.</p> <p>- Organizacja zawodów Rugby Tag – przy wsparciu Klubu sportowego NHRK Kraków.</p>	<p>- Współpraca z RD nr XVIII w organizacji festynów sportowych: Dni Nowej Huty, Piknik Rodzin, Zajrzyj do Nowej Huty – popularyzacja sportu Rugby –sportowe rozgrywki</p> <p>- „ Tydzień Sportu Europejskiego”.</p>	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia sportowe.	Zajęcia sportowe.	Zajęcia sportowe.	tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	STARS Rowerem do szkoły.	Dzień Sportu.	STARS Rowerem do szkoły.	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Tenis stołowy to sport i dobra zabawa (świetlicowy turniej tenisa stołowego) Zabawy z wykorzystaniem chusty animacyjnej.</p>	<p>Gry i zabawy ożywiające np. berek ,murarz, 5 podań Ćwiczenia ze skakankami (koordynacja ruchowa).</p>	<p>Gry i zabawy zręcznościowe z wykorzystaniem np. hula hop, piłek ,balonów, woreczków , szarf Zwinnościowy tor przeszkód – wyścigi rzędów.</p>	<p>TAK</p>
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Przerwy na sportowo.</p>	<p>„Dzień Dziecka” - festyn sportowy współorganizowany z Rodzicami. „Dzień Sportu” - rywalizacja międzyklsowa i indywidualna. Przerwy na sportowo.</p>	<p>„Dzień Chłopaka na sportowo” turnieje gier zespołowych. Przerwy na sportowo.</p>	<p>TAK</p>

Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Rozgrywki Dzielnicy VIII – minikoszykówka i minisiatkówka.	Rozgrywki Dzielnicy VIII – LA.	Rozgrywki Dzielnicy VIII piłka nożna.	TAK
--	--	--------------------------------	---------------------------------------	-----

Szkoła Podstawowa nr 49 – sp49@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	„Aktywna świetlica”	„Aktywna świetlica”	„Aktywna świetlica”	Tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich	„Aktywna przerwa” „Rowerowy maj”	„Aktywna przerwa” „ Piknik”	„Aktywna przerwa”	Tak

<p>rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>				
---	--	--	--	--

Szkoła Podstawowa nr 62- sp62krk@gmail.com

<p>Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem</p> <p><u>„Złap FORMĘ!”</u></p>			
<p>Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia</p>	<p>MAJ</p>	<p>CZERWIEC</p>	<p>WRZESIEŃ</p>
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Każdego dnia, gdy sprzyja pogoda, w wymiarze 2 godzin dziennie, w ramach zajęć świetlicowych, doskonalimy motorykę, zaspokajając naturalną potrzebę ruchu u dzieci, poprzez pobyt na powietrzu. Gry i zabawy ruchowe z wykorzystaniem wyposażenia ogrodu i boiska szkolnego, obserwacje przyrodnicze.</p>		

<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Święto Szkoły organizowane w sobotę, promujące społeczność szkolną w środowisku lokalnym. Rozgrywki sportowe pomiędzy reprezentacjami nauczycieli, uczniów i rodziców. - Wycieczka integracyjna uczniów polskich i ukraińskich (Oblęgorek, Chęciny) - Dwu dniowa wycieczka wszystkich klas 8 do Wrocławia. - Jednodniowa wycieczka dla dwóch klas 8 do Chorzowa. - Wf w centrum AVATAR – fun climb – ścianka wspinaczkowa. - Zwiedzanie stadionu Wisły Kraków. - Udział uczniów klas 8 w meczach Wisły Kraków na sektorze szkolnym pod opieką nauczycielki wf. - Udział w Turnieju Siatkówki Szkół Podstawowych. - Organizacja dyskotek szkolnych. - Udział klas 8 w wolontariacie sportowym podczas Jubileuszowego 20 Cracovia Maraton 23 kwiecień 2023. <p>Zawsze gdy sprzyja pogoda nauczyciel dyżurujący na parterze zabiera uczniów do ogrodu szkolnego</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sportowy Rajd o puchar dyrektora szkoły organizowany przez dwa dni. - Wycieczka jednodniowa w ramach Dnia Dziecka dla dwóch klas. - Edukacyjno – integracyjne wycieczki rowerowe po Krakowie i Kazimierzu połączone np. ze zwiedzaniem Teatru im. J. Słowackiego. <p>Wycieczka rowerowa wraz ze zwiedzaniem radia RMF FM (zajrzemy za kulisy powstawania wiadomości).</p> <p>Od maja do września przewidziane są 2 aktywne przerwy w ciągu dnia.</p>	<p>Organizowanie darmowych biletów dla uczniów i opiekunów na zawody sportowe m.in.. siatkarskie czy Amp Futbol Polska.</p> <p>Wycieczka rowerowa do Parku Jordana oraz Parku AWF.</p> <p>Dziennie uczniowie mają do dyspozycji 3 przerwy 15 minutowe, podczas których przebywają pod opieką nauczyciela wf na sali gimnastycznej, aby pograć w gry drużynowe. Jedna przerwa piłka koszykowa, siatkowa oraz nożna.</p>
---	---	--	--

	w ramach aktywnych przerw.		
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>- Wf na kręgielni – bowling.</p> <p>- Wf w terenie – treningi fitness na siłowni zewnętrznej Kampusu UJ.</p> <p>- Małe zabawy biegowe w ramach wf z wykorzystaniem miejskiego placu zabaw oraz boiska.</p> <p>- Udział w programie STARS oraz akcjach Rowerowy Październik i Rowerowy Maj.</p>	<p>- Lekcja wf – u na trampolinach. Trening parkour w gojump Krawalkinków.</p> <p>- Spacer po okolicy w czasie lekcji wf: Fort Bodzów, Park Skały Twardowskiego, Podgórkę Tynieckie, Zakrzówek.</p> <p>Wf na rowerach – ok 2 godzinne wycieczki na Kolną i do Tyńca pod klasztor.</p>	<p>- Rozrywka na WYSOKIM poziomie! – wf w parku linowym.</p> <p>- Biegi przełajowe w terenie leśnym.</p> <p>- Biegi wahadłowe oraz sztafetowe organizowane na terenie Kampusu UJ.</p> <p>- Spływ kajakami po Wiśle. Wypływamy z Kolejowego Klubu Wodnego 1929 w Krakowie.</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>			<p>Międzyszkolny Turniej Tenisa Stołowego dla szkół szlaku Tynieckiego oraz Ligii VIII Dzielnic.</p>

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Trening czyni mistrza – ćwiczymy naszą sprawność. Zajęcia w plenerze z wykorzystaniem drobnego sprzętu sportowego.</p> <p>Zabawy ruchowe z wykorzystaniem Magicznego Dywanu.</p> <p>Zajęcia ruchowa na szkolnym placu zabaw.</p>	<p>Na sportowo – zawsze zdrowo! Sportowa i zdrowa rywalizacja podczas zawodów organizowanych na szkolnej bieżni.</p> <p>Zabawy ruchowe z wykorzystaniem Magicznego Dywanu.</p> <p>Zajęcia ruchowa na szkolnym placu zabaw.</p>	<p>Poznajemy się przez zabawę. Integracyjne zabawy ruchowe.</p> <p>Zabawy ruchowe z wykorzystaniem Magicznego Dywanu.</p> <p>Zajęcia ruchowa na szkolnym placu zabaw.</p> <p>Zabawa klockami Mammutico w ramach Projektu zajęć świetlicowych pod tytułem „Budujemy razem”.</p>	<p>Tak</p>

<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Rowerowy Maj – udział w kampanii rowerowej.</p> <p>Witamy Wiosnę na rowerze – wycieczki rowerowe.</p> <p>Zumba ma moc ! – aktywne przerwy międzylekcyjne.</p>	<p>Szkoła na rowerze – organizacja wycieczek rowerowych</p> <p>Dzień Dziecka na sportowo – organizacja zawodów indywidualnych i drużynowych</p> <p>Maraton Osiemdziesiątki organizacja maratonu dla uczniów, nauczycieli i przedszkolaków w różnych kategoriach wiekowych.</p> <p>Zumba ma moc ! – aktywne przerwy międzylekcyjne.</p>	<p>Wrzesień na rowerze – organizacja wycieczek rowerowych</p> <p>Zumba ma moc ! – aktywne przerwy międzylekcyjne.</p>	<p>Tak</p>
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Piesze wycieczki na terenie Łąk Nowohuckich.</p> <p>Wycieczki nad Zalew – ćwiczenia na siłowni terenowej.</p> <p>„Lekcja wf w plenerze” – Lekcje wychowania fizycznego z wykorzystaniem kijków do nordic walking.</p>	<p>Gry i zabawy w parku im. S. Żeromskiego</p> <p>Piesze wycieczki na terenie Łąk Nowohuckich.</p> <p>Wycieczki nad Zalew Nowohucki – ćwiczenia na siłowni terenowej.</p>	<p>Gry i zabawy w parku im. S. Żeromskiego</p> <p>Piesze wycieczki na terenie Łąk Nowohuckich.</p> <p>Wycieczki nad Zalew nowohucki – ćwiczenia na siłowni terenowej.</p>	<p>Tak</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po</p>		<p>„Razem na sportowo” Organizacja turnieju dla okolicznych przedszkoli</p>		

pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		pod hasłem „Złap formę po pandemii”.		Tak
--	--	--------------------------------------	--	-----

Szkoła Podstawowa nr 93-sp93@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach zajęć świetlicowych .	zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach zajęć świetlicowych .	zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach zajęć świetlicowych	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	Piknik integracyjny wspólnie z ZSS nr 4 Sportowa sobota Koszykarskie rozgrywki	Sportowy dzień dziecka Wielobój wielkanocny Koszykarskie rozgrywki dziewcząt i chłopców	Turniej piłki ręcznej	TAK

na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	dziewcząt i chłopców			
„ Tu też można ćwiczyć ” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.			Nordic walking	TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.			Turniej piłki nożnej	<u>TAK</u>

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych.</p>	<p>„Złap formę - zajęcia ruchowe w świetlicy”.</p> <p>Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw / sale gimnastyczne.</p> <p><u>I. Aktywny tydzień:</u></p> <p>1. Poniedziałek „zabawowy” - zabawy skoczne z użyciem skakanek, gum, piłek, hula hop,</p> <p>2. Wtorek „wyścigowy”- wyścigi z torami przeszkód (slalom, równowaga).</p> <p>3. Środa „taneczna” - gimnastyka przy muzyce, układy gimnastyczne / choreografie taneczne, elementy regionalne z przyborami.</p>	<p>„Złap formę - zajęcia ruchowe w świetlicy”.</p> <p>Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw / sale gimnastyczne.</p> <p><u>I. Aktywny tydzień:</u></p> <p>1. Poniedziałek „zabawowy” - zabawy skoczne z użycie skakanek, gum, piłek, hula hop</p> <p>2. Wtorek „wyścigowy”- wyścigi z torami przeszkód (slalom, równowaga).</p> <p>3. Środa „taneczna” - gimnastyka przy muzyce, układy gimnastyczne / choreografie taneczne, elementy regionalne z przyborami.</p> <p>4. Czwartek „zdrowa</p>	<p>„Złap formę - zajęcia ruchowe w świetlicy”.</p> <p>Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw / sale gimnastyczne.</p> <p><u>I. Aktywny tydzień:</u></p> <p>1. Poniedziałek „zabawowy” - zabawy skoczne z użycie skakanek, gum, piłek, hula hop</p> <p>2. Wtorek „wyścigowy”- wyścigi z torami przeszkód (slalom, równowaga).</p> <p>3. Środa „taneczna” - gimnastyka przy muzyce, układy gimnastyczne / choreografie taneczne, elementy regionalne z przyborami.</p> <p>4. Czwartek „zdrowa</p>	<p>TAK</p>

	<p>4. Czwartek „zdrowa rywalizacja” - gry zespołowe: koszykówka, siatkówka, piłka nożna, badminton .</p>	<p>rywalizacja” -gry zespołowe : koszykówka, siatkówka, piłka nożna, badminton .</p> <p><u>II. Turnieje sportowe:</u></p> <p>„Letni dzień sportu”</p> <ul style="list-style-type: none"> - wyścigi indywidualne i drużynowe - tory przeszkód - rozgrywki piłkarskie, w badmintonie. <p>III. Opracowanie tablicy wyników / zestawienie osiągnięć sportowych uczniów.</p>	<p>rywalizacja” - gry zespołowe : koszykówka, siatkówka, piłka nożna, badminton.</p> <p><u>II. Turnieje sportowe:</u></p> <p>„Jesienny dzień sportu”</p> <ul style="list-style-type: none"> - wyścigi indywidualne i drużynowe - tory przeszkód - rozgrywki piłkarskie, w tenisie stołowym, badmintonie. <p>III. Opracowanie tablicy wyników / zestawienie osiągnięć sportowych uczniów.</p>	
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness organizowane przy współpracy z Radą Rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Przystąpienie do programu „Rowerowy Maj” 2. Sobotni Piknik Rodzinny 3. Lekcje wf-u na zewnętrznych obiektach przyszkolnych. <p>Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw / sale gimnastyczne. Wyjścia podczas przerw lekcyjnych.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dzień Dziecka na sportowo w Parku Maćka i Doroty - podchody, gry i zabawy integracyjne. 2. Szkolny Tydzień Sportu - skok w dal, biegi indywidualne, biegi sztafetowe, piłka siatkowa, dwa ognie, koszykówka, piłka nożna. 3. Wyjścia na boiska i siłownię „Pod Chmurką” podczas przerw lekcyjnych. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spartakiada Jesienna : gry zespołowe, sporty indywidualne 2. Biegi przełajowe indywidualne i sztafety klasowe 3. Rodzinny Festyn na terenie szkoły 4. Wyjścia na boiska szkolne podczas przerw lekcyjnych w miarę możliwości. 	TAK
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny wf-u z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki</p>	<p>3 i 4 godzina wf-u realizowana jako lekcja wychowania fizycznego</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gry terenowe i marszobiegi w parku. 2. Wyjścia na Orlik. 3. Zajęcia na boiskach 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gry terenowe i marszobiegi w parku. 2. Wyjścia na Orlik. 3. Innowacyjne zajęcia z 	TAK

<p>piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia wf-u poza szkolnymi boiskami.</p>		<p>szkolnych. 4. Wyjścia na szkolną siłownię zewnętrzną.</p>	<p>wychowania fizycznego: sporty raketowe (tenis ziemny, tenis stołowy, badminton, speedball). 4. Turnieje międzyszkolne.</p>	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>Rozgrywki z tenisa ziemnego.</p>	<p>Międzyszkolne Zawody Sportowe o Puchar Przewodniczącego Dzielnic X. Karta Rowerowa- zapoznanie uczniów z przepisami ruchu drogowego.</p>	<p>Turnieje międzyszkolne organizowane przez Radę Dzielnic X i Straż Miejską i Radę Rodziców Jesienna Spartakiada Szkolna.</p>	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>- Zajęcia ruchowe, gry i zabawy na boiskach szkolnych, sali zabaw i sali gimnastycznej realizowane w ramach codziennych zadań świetlicy szkolnej</p> <p>- Zajęcia grupy tanecznej - cheeleaders</p> <p>- Zajęcia z gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej dla klas 1-3 z nauczycielem wf zatrudnionym również na świetlicy</p> <p>- Zajęcia sportowe ukierunkowane na naukę podstaw ZGS i poprawę cech motorycznych z nauczycielem wf zatrudnionym również na świetlicy</p>	<p>- Zajęcia ruchowe, gry i zabawy na boiskach szkolnych, sali zabaw i sali gimnastycznej realizowane w ramach codziennych zadań świetlicy szkolnej</p> <p>- Zajęcia grupy tanecznej - cheeleaders</p> <p>- Zajęcia z gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej dla klas 1-3 z nauczycielem wf zatrudnionym również na świetlicy</p> <p>- Zajęcia sportowe ukierunkowane na naukę podstaw ZGS i poprawę cech motorycznych z nauczycielem wf zatrudnionym również na świetlicy</p>	<p>- Zajęcia ruchowe, gry i zabawy na boiskach szkolnych, sali zabaw i sali gimnastycznej realizowane w ramach codziennych zadań świetlicy szkolnej</p> <p>- Zajęcia grupy tanecznej - cheeleaders</p> <p>- Zajęcia z gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej dla klas 1-3 z nauczycielem wf zatrudnionym również na świetlicy</p> <p>- Zajęcia sportowe ukierunkowane na naukę podstaw ZGS i poprawę cech motorycznych z nauczycielem wf zatrudnionym również na świetlicy</p>	<p>Stan techniczny obiektów dobry, na bieżąco kontrolowany i naprawiany</p>
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy</p>	<p>- Aktywne przerwy międzylekcyjne organizowane przez nauczycieli przy pomocy uczniów klas VIII</p> <p>- Zajęcia taneczne – nowoczesne</p>	<p>- Aktywne przerwy międzylekcyjne organizowane przez nauczycieli przy pomocy uczniów klas VIII</p> <p>- Zajęcia taneczne – nowoczesne</p>	<p>- Aktywne przerwy międzylekcyjne organizowane przez nauczycieli przy pomocy uczniów klas VIII</p> <p>- Zajęcia taneczne</p>	<p>Stan techniczny obiektów dobry, na bieżąco kontrolowany i naprawiany</p>

<p>z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>formy gimnastyczne, pokazy taneczne na meczach koszykówki, zawodach miejscowych.</p> <p>- Zachęcanie do brania udziału w wydarzeniach , zajęciach sportowych, zawodach i rywalizacjach organizowanych na terenie szkoły i poza nią m.in.–inicjatywy „Trenuj w Krakowie”, motywacja ze strony nauczyciela.</p> <p>Zachęcanie do zdrowej i zbilansowanej diety (lekcje tematyczne), prowadzenie zajęć o tematyce prozdrowotnej, zdrowe żywienie-zajęcia praktyczne, piramida żywieniowa, formy aktywnego wypoczynku, radzenie sobie ze stresem.</p> <p>- Szkoła objęta ministerialnym programem nadzorowanym przez Polski Związek Koszykówki – SMOK (Szkolne Młodzieżowe Ośrodki Koszykówki) – dla dzieci klas 1-5, 4 x w tygodniu 1,5 godz. oraz KOSSM (Koszykarskich Ośrodków Sportowego Szkolenia Młodzieży) – dla chłopców klas 6-8 – 4 x w tygodniu 1,5 godz.</p> <p>- Udział w „Gomar” – Krakowska Liga Szkolna Koszykówki</p>	<p>formy gimnastyczne, pokazy taneczne na meczach koszykówki, zawodach miejscowych.</p> <p>- Zachęcanie do brania udziału w wydarzeniach , zajęciach sportowych, zawodach i rywalizacjach organizowanych na terenie szkoły i poza nią m.in.–inicjatywy „Trenuj w Krakowie”, motywacja ze strony nauczyciela.</p> <p>Zachęcanie do zdrowej i zbilansowanej diety (lekcje tematyczne), prowadzenie zajęć o tematyce prozdrowotnej, zdrowe żywienie-zajęcia praktyczne, piramida żywieniowa, formy aktywnego wypoczynku, radzenie sobie ze stresem.</p> <p>- Szkoła objęta ministerialnym programem nadzorowanym przez Polski Związek Koszykówki – SMOK (Szkolne Młodzieżowe Ośrodki Koszykówki) – dla dzieci klas 1-5, 4 x w tygodniu 1,5 godz. oraz KOSSM (Koszykarskich Ośrodków Sportowego Szkolenia Młodzieży) – dla chłopców klas 6-8 – 4 x w tygodniu 1,5 godz.</p> <p>- Udział w „Gomar” – Krakowska Liga Szkolna Koszykówki (obejmująca</p>	<p>nowoczesne formy gimnastyczne, pokazy taneczne na meczach koszykówki, zawodach miejscowych.</p> <p>- Zachęcanie do brania udziału w wydarzeniach , zajęciach sportowych, zawodach i rywalizacjach organizowanych na terenie szkoły i poza nią m.in.–inicjatywy „Trenuj w Krakowie”, motywacja ze strony nauczyciela.</p> <p>Zachęcanie do zdrowej i zbilansowanej diety (lekcje tematyczne), prowadzenie zajęć o tematyce prozdrowotnej, zdrowe żywienie-zajęcia praktyczne, piramida żywieniowa, formy aktywnego wypoczynku, radzenie sobie ze stresem.</p> <p>- Szkoła objęta ministerialnym programem nadzorowanym przez Polski Związek Koszykówki – SMOK (Szkolne Młodzieżowe Ośrodki Koszykówki) – dla dzieci klas 1-5, 4 x w tygodniu 1,5 godz. oraz KOSSM (Koszykarskich Ośrodków Sportowego Szkolenia Młodzieży) – dla chłopców klas 6-8 – 4 x w tygodniu 1,5 godz.</p> <p>- Udział w „Gomar” – Krakowska Liga Szkolna</p>
--	---	---	---

	<p>Koszykówki (obejmująca dziewczynki i chłopców od III-VIII)</p> <p>-Udział w rywalizacji „Grand Prix Województwa w biegach przełajowych”</p> <p>-W zależności od możliwości – powrót do cyklicznych turniejów Międzynarodowych Koszykówki</p> <p>- Prowadzenie zajęć z minikoszykówki dla dziewcząt i chłopców klas 1-3 przy współpracy z klubami TS Wisła i Stowarzyszenie Krakowska Koszykówka Młodzieżowa (dla każdej grupy 2x tygodniu).</p> <p>-Organizacja szkolnego konkursu tanecznego: Tańcz, Tańcz, Tańcz – edycja 10</p> <p>Udział w projekcie “Bieg po zdrowie” – kampanii antytytoniowej</p>	<p>dziewczynki i chłopców od III-VIII)</p> <p>-Udział w rywalizacji „Grand Prix Województwa w biegach przełajowych”</p> <p>- Prowadzenie zajęć z minikoszykówki dla dziewcząt i chłopców klas 1-3 przy współpracy z klubami TS Wisła i Stowarzyszenie Krakowska Koszykówka Młodzieżowa (dla każdej grupy 2x tygodniu).</p> <p>-Udział w projekcie “Bieg po zdrowie” – kampanii antytytoniowej</p> <p>-Organizacja Dnia Rodziny na sportowo (rozgrywki dorośli kontra dzieci)</p> <p>-Organizacja Dnia Sportu z okazji Dnia Dziecka</p>	<p>Koszykówki (obejmująca dziewczynki i chłopców od III-VIII)</p> <p>-Udział w rywalizacji „Grand Prix Województwa w biegach przełajowych”</p> <p>- Prowadzenie zajęć z minikoszykówki dla dziewcząt i chłopców klas 1-3 przy współpracy z klubami TS Wisła i Stowarzyszenie Krakowska Koszykówka Młodzieżowa (dla każdej grupy 2x tygodniu).</p> <p>-Udział w projekcie “Bieg po zdrowie” – kampanii antytytoniowej</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>- Wycieczki piesze do pobliskiego Parku Lotników przy AWF Kraków, korzystanie z ich infrastruktury sportowej.</p> <p>-Udział w propozycjach podanych przez uczniów – paintball, zabawy: w parku trampolin, wrotkarni, na ściance wspinaczkowej</p> <p>- Zabawy w podchody, biegi na orientację.</p>	<p>- Wycieczki piesze do pobliskiego Parku Lotników przy AWF Kraków, korzystanie z ich infrastruktury sportowej.</p> <p>-Udział w propozycjach podanych przez uczniów – paintball, zabawy: w parku trampolin, wrotkarni, na ściance wspinaczkowej</p> <p>- Zabawy w podchody, biegi na orientację.</p>	<p>- Wycieczki piesze do pobliskiego Parku Lotników przy AWF Kraków, korzystanie z ich infrastruktury sportowej.</p> <p>-Udział w propozycjach podanych przez uczniów – paintball, zabawy: w parku trampolin, wrotkarni, na ściance wspinaczkowej</p> <p>- Zabawy w podchody, biegi na orientację.</p>	<p>Stan techniczny obiektów dobry, na bieżąco kontrolowany i naprawiany</p>

	- Klasy II i III – cotygodniowe zajęcia na basenie.	- Klasy II i III – cotygodniowe zajęcia na basenie.	- Klasy II i III – cotygodniowe zajęcia na basenie.	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>-W zależności od możliwości – powrót do cyklicznych turniejów Międzynarodowych Koszykówki</p> <p>Organizacja przy wsparciu „Krakowska Koszykówka Młodzieżowa” turnieju dla klas III i IV chłopców i dziewcząt</p> <p>- Udział w „Gomar” – Krakowska Liga Szkolna Koszykówki (obejmująca dziewczynki i chłopców od III-VIII)</p> <p>-Udział w rywalizacji „Grand Prix Województwa w biegach przełajowych”</p> <p>-Organizacja szkolnego konkursu tanecznego: Tańcz, Tańcz, Tańcz – edycja 10</p> <p>-Udział w rozgrywkach organizownych przez KOZkosz.</p> <p>- Udział dzieci z klas 1-3 w turniejach ligii CanPack organizowanych przez TS Wisła</p> <p>- Udział w Igrzyskach Dzieci i Igrzyskach Młodzieży Szkolnej .</p>	<p>-Organizacja przy wsparciu „Krakowska Koszykówka Młodzieżowa” turnieju dla klas V i VI chłopców i dziewcząt</p> <p>- Udział w „Gomar” – Krakowska Liga Szkolna Koszykówki (obejmująca dziewczynki i chłopców od III-VIII)</p> <p>-Udział w rywalizacji „Grand Prix Województwa w biegach przełajowych”</p> <p>- Udział w rozgrywkach organizownych przez KOZkosz.</p> <p>- Udział dzieci z klas 1-3 w turniejach ligii CanPack organizowanych przez TS Wisła</p> <p>- Udział w Igrzyskach Dzieci i Igrzyskach Młodzieży Szkolnej</p>	<p>-Organizacja przy wsparciu „Krakowska Koszykówka Młodzieżowa” turnieju dla klas I i II chłopców i dziewcząt</p> <p>- Udział w „Gomar” – Krakowska Liga Szkolna Koszykówki (obejmująca dziewczynki i chłopców od III-VIII)</p> <p>-Udział w rywalizacji „Grand Prix Województwa w biegach przełajowych”</p> <p>- Udział w rozgrywkach organizownych przez KOZkosz.</p> <p>- Udział dzieci z klas 1-3 w turniejach ligii CanPack organizowanych przez TS Wisła</p> <p>- Udział w Igrzyskach Dzieci i Igrzyskach Młodzieży Szkolnej</p>	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEN	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Gry i zabawy ruchowe na boisku lub Sali gimnastycznej.	Dzień Dziecka na sportowo.	Gry i zabawy na boisku szkolnym lub Sali gimnastycznej.	tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Festyn rodzinny. Rowerowy maj. Aktywne przerwy. Aktywna 101-ka całoroczny konkurs rodzinny- aktywne, rodzinne spędzanie czasu wolnego.	Aktywne przerwy. Aktywna 101-ka. Dzień sportu kl. I-III. Dzień sportu kl. IV-VIII.	Aktywne przerwy. Aktywna 101-ka.	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic,	Organizacja Turnieju Piłki Ręcznej- międzyszkolny memoriał Dariusz Sobczyka	Małe Mistrzostwa Świata w Piłkę Nożną- Turniej dla klas I-IV		tak

pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.				
--	--	--	--	--

Szkoła Podstawowa nr 124 - sp124@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne (długa przerwa 11.30 – 11.50) gry i zabawy na boiskach – teren wokół szkoły. Przedział czasowy maj – czerwiec, wrzesień.</p>			<p>TAK</p>

Aktywne przerwy międzylekcyjne		
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Szkoła SP 124 współpracuje z Klubem Sportowym „Biezanowianka”. Uczniowie korzystają z boisk i infrastruktury sportowej klubu. Przedział czasowy maj – czerwiec, wrzesień.	TAK

Szkoła Podstawowa nr 126 - sekretariat@sp126.edu.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	„Magiczny dywan” – cotygodniowe zajęcia sportowe na Sali gimnastycznej.	Spacery na plac zabaw – gry ruchowe na boiskach szkolnych.	Sportowa olimpiada na Sali gimnastycznej.	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, tre-	Gry terenowe z wykorzystaniem kodów QR. Aktywna przerwa- ligi szkolne	Dzień Sportu: - siatkówka - piłka nożna - dwa ognie.	Śladami ścieżek rowerowych – „Podchody AWF Kraków”.	TAK

<p>ningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>w koszykówce i siatkówce.</p> <p>Udział szkoły w programie WF z AWF.</p> <p>Rowerowy maj.</p>		<p>Udział w Krakowskiej Olimpiadzie Młodzieży Szkolnej.</p> <p>Kinowa kampania rowerowa.</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Biegi terenowe w parku na lekcji w-f.</p> <p>Podchody.</p>	<p>Biegi terenowe w parku na lekcji w-f.</p> <p>Podchody.</p>	<p>Biegi terenowe w parku na lekcji w-f.</p> <p>Podchody.</p>	<p>TAK</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>Współpraca z SP 130 – wdrożenie nowej dyscypliny sportowej Rugby.</p> <p>Organizacja turnieju mini koszykówki – współpraca z Radwansport.</p>	<p>Współpraca z SP 85 i SP 130: - piłka nożna, - piłka ręczna.</p>	<p>Współorganizacja wraz z Radą Rodziców turnieju tenisa stołowego dla uczniów ze szkół z Dzielnicy XV. Organizacja turnieju mini koszykówki – współpraca z Radwansport.</p>	<p>TAK</p>

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Organizacja porannych zajęć z wykorzystaniem ćwiczeń korekcyjnych na kręgosłup.	Organizacja co tygodniowych zmagani wyścigów rzędów z wykorzystaniem gier i zabaw na orliku szkolnym.	Co tygodniowa seria poznania różnych dyscyplin sportowych z wykorzystaniem sprzętu sportowego świetlicy.	TAK
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Seria spacerów nad zalew Nowohucki.		Bieg na orientacje.	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Organizacja turniejów międzyszkolnych- Turniej piłki nożnej drużyn mieszanych o „Puchar Przewodniczącego Rady Dzielnic” – 12.05.2023			TAK

Szkoła Podstawowa nr 132 - sp132@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia ruchowe podczas zajęć świetlicowych organizowane w zależności od pogody- na placu zabaw lub w sali gimnastycznej.	Zajęcia ruchowe podczas zajęć świetlicowych organizowane w zależności od pogody- na placu zabaw lub w sali gimnastycznej.	Zajęcia ruchowe podczas zajęć świetlicowych organizowane w zależności od pogody- na placu zabaw lub w sali gimnastycznej.	
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy	Aktywne przerwy międzylekcyjne na świeżym powietrzu. Wyjazdy na zielone szkoły lub wycieczki.	Aktywne przerwy międzylekcyjne na świeżym powietrzu. Wyjazdy na zielone szkoły lub wycieczki.	Aktywne przerwy międzylekcyjne na świeżym powietrzu. Wycieczki.	

szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Zajęcia wychowania fizycznego na placu sportowym lub boisku Klubu Sportowego Tynec.	Zajęcia wychowania fizycznego na placu sportowym lub boisku Klubu Sportowego Tynec.	Zajęcia wychowania fizycznego na placu sportowym lub boisku Klubu Sportowego Tynec.	

Szkoła Podstawowa nr134 - sp134@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEN	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Gry i zabawy rekreacyjne na szkolnym placu zabaw. Zabawy z chustą animacyjną. Bicie świetlicowych rekordów (skoki na skakance, kapki, kozłowanie).	Gry i zabawy rekreacyjne na szkolnym placu zabaw. Zabawy z chustą animacyjną. Bicie świetlicowych rekordów (skoki na skakance, kapki, kozłowanie).	Gry i zabawy rekreacyjne na szkolnym placu zabaw Zabawy z chustą animacyjną. Bicie świetlicowych rekordów (skoki na skakance, kapki, kozłowanie).	tak

<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne: rozgrywki tenisa stołowego, piłkarzyków, cymbergaja.</p> <p>Rowerowy Maj – udział w kampanii rowerowej.</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne: rozgrywki tenisa stołowego, piłkarzyków, cymbergaja.</p> <p>Dzień sportu.</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne: rozgrywki tenisa stołowego, piłkarzyków, cymbergaja.</p>	<p>tak</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>-Turnieje Dzielnic X w grach zespołowych, -Turniej piłki ręcznej organizowany we współpracy za Strażą Miejską.</p>	<p>Turnieje Dzielnic X w grach zespołowych.</p>	<p>Gry i zabawy ruchowe dla uczniów klas I-III szkół Dzielnic X.</p>	

Szkola Podstawowa nr 137 Kraków, sp137@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

<p>Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia</p>	<p>MAJ</p>	<p>CZERWIEC</p>	<p>WRZESIEŃ</p>	<p>Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne</p>
--	------------	-----------------	-----------------	---

				użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Prowadzenie ćwiczeń ruchowych ogólnorozwojowych na sali gimnastycznej i na boisku przyszkolnym z wykorzystaniem sprzętu sportowego.	Prowadzenie ćwiczeń ruchowych ogólnorozwojowych na sali gimnastycznej i na boisku przyszkolnym z wykorzystaniem sprzętu sportowego.	Prowadzenie ćwiczeń ruchowych ogólnorozwojowych na sali gimnastycznej i na boisku przyszkolnym z wykorzystaniem sprzętu sportowego.	Tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Aktywne przerwy międzylekcyjne na boisku przyszkolnym. „Rowerowy Maj”. WF z AWF – program ministerialny.	Aktywne przerwy międzylekcyjne na boisku przyszkolnym. 1 czerwca - Dzień Dziecka. WF z AWF – program ministerialny.	Aktywne przerwy międzylekcyjne na boisku przyszkolnym. WF z AWF – program ministerialny.	Tak
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Zajęcia na rowerach. Młodzieżowe spotkania z Lekką Atletyką – treningi lekkoatletyczne w Kraków Athletics Team.	Zajęcia na rowerach Młodzieżowe spotkania z Lekką Atletyką – treningi lekkoatletyczne w Kraków Athletics Team.	Zajęcia na rowerach Młodzieżowe spotkania z Lekką Atletyką – treningi lekkoatletyczne w Kraków Athletics Team.	Tak

Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Organizacja turnieju pt. „Gry i zabawy na wesoło” – gra w Dwa ognie.		Rozgrywki piłki nożnej Organizacja turnieju siatkarskiego pt. „Siatkówka łączy pokolenia”.	Tak

Szkoła Podstawowa nr 148 – sp148@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć		Czwartek - godz. 12:30 Zajęcia sportowo-ruchowe na świeżym powietrzu.	Zajęcia sportowo-ruchowe na świeżym powietrzu.	Tak

światlicowych .				
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p><u>11.05.2023r. – godz. 15.30</u> Zajęcia sportowo-rodzinne z rodzicami. „Piłka nożna na wesoło – zagrajmy razem”.</p>	<p><u>5.06.2023r. - godz. 16:30</u> „Rodzinny Turniej Piłki Nożnej”.</p>	<p>„Rodzinna Siatkówka na Żabiej”.</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Realizacja 3 i 4 godziny w-f (nordic walking w pobliskich parkach przyrody).</p>	<p>Realizacja 3 i 4 godziny w-f (nordic walking w pobliskich parkach przyrody).</p>	<p>Realizacja 3 i 4 godziny w-f (nordic walking w pobliskich parkach przyrody).</p>	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia na boiskach szkolnych.	Zajęcia na boiskach szkolnych.	Zajęcia na boiskach szkolnych.	tak
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Dzielnicowy turniej piłki siatkowej dziewcząt.	Dzień dziecka dla uczniów szkoły.		Tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic,	Turniej inauguracyjny piłki siatkowej dziewcząt – rozgrywki dzielnicowe. Pozyskanie środków z Rady Dzielnic XI przeznaczony na	Dzień dziecka- ogólnoszkolne rozgrywki. Zabawy dla młodszych uczniów.	Turniej siatkówki mieszanej ze współpracą z Radą Dzielnic XI.	tak

pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	turniej siatkarski.			
--	---------------------	--	--	--

Szkoła Podstawowa nr 156 - sp156@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Bieżnia – gry i zabawy, piłka nożna, przeciąganie liny, wyścigi.	Gry i zabawy ruchowe na bieżni i boisku.		Tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Aktywne przerwy międzylekcyjne dla uczniów klas IV – VIII.	Aktywne przerwy międzylekcyjne dla uczniów klas I – III.		Tak

„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.		Zajęcia z wychowania fizycznego prowadzone w Parku Lotników.		
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Organizacja międzyszkolnego turnieju piłki nożnej klas 7 -8.	Festyn szkolny sportowo – rekreacyjny z Okazji Dnia Dziecka.	Rodzinny piknik sportowo rekreacyjny.	

Ogólnokształcąca Szkoła Muzyczna I st.- e-mail: osm1@szkolapaderewski.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia sportowe na podwórku szkolnym z uczniami klas I-IV przebywającymi w świetlicy: gry zespołowe w piłkę, zabawy ze skakankami, ringo, tenis.	Zajęcia sportowe na podwórku szkolnym z uczniami klas I-IV przebywającymi w świetlicy: gry zespołowe w piłkę, zabawy ze skakankami, ringo, tenis.	Zajęcia sportowe na podwórku szkolnym z uczniami klas I-IV przebywającymi w świetlicy: gry zespołowe w piłkę, zabawy ze skakankami, ringo, tenis.	Tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Aktywne przerwy międzylekcyjne organizowane przez nauczycieli wychowania fizycznego wg określonego harmonogramu.	Aktywne przerwy międzylekcyjne organizowane przez nauczycieli wychowania fizycznego wg określonego harmonogramu.	Aktywne przerwy międzylekcyjne organizowane przez nauczycieli wychowania fizycznego wg określonego harmonogramu.	
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boi-	Sobotnie wycieczki poza miasto organizowane przez Szkolne Koło Turystyczne.	Sobotnie wycieczki poza miasto organizowane przez Szkolne Koło Turystyczne.	Sobotnie wycieczki poza miasto organizowane przez Szkolne Koło Turystyczne.	

skami.				
--------	--	--	--	--

Bursa Szkolnictwa Ponadpodstawowego nr 1 - Al. M. Focha 39 bursa1@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	<p>Nie rezygnuj, nie odmawiaj - 20 propozycji ruchu i zabawy w każdym miejscu z użyciem dostępnych sprzętów. Opracowane propozycje ćwiczeń.</p>	<p>Zajęcia taneczne „zumba” , śpiew z wykorzystaniem posiadanego sprzętu. Gry i zabawy ruchowe.</p>	<p>Oddychaj pełną piersią - Ćwiczenia oddechowe na stres i dobre samopoczucie, gry i zabawy ruchowe.</p>	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy	<p>Marszobiegi i biegi z wykorzystaniem infrastruktury najbliższej okolicy – Bulwary Wiślane, Błonia Krakowskie. Piknik integracyjny w środowisku lokalnym ćwiczenia taneczne „zumba” na powietrzu Odwiedzimy Ogród ZOO.</p>	<p>Wycieczki piesze : zwiedzamy Ogród botaniczny, Ogród ZOO Maszerujemy na Kopiec Kościuszki, Kopiec Krakusa, Kopiec Wandy –poznajemy historię kopców. „Spacerem po relaks”- odwiedzamy okoliczne skwery rekreacyjne; Skwer Lajkonika, Skwer Papcia Chmiela, Skwer</p>	<p>Biegi i spacer po Bulwarach Wiślanych i Błoniach Krakowskich Ćwiczymy w siłowni napowietrznej. Gramy w szachy na powietrzu w Kaciku Rekreacyjnym.</p>	TAK

szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne		Gustawa Holoubka, Skwer Olgi Jackowskiej „Kora”, Ar- tystyczny Ogród Krakowian.		
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Rozgrywki szachowe ze środowiskiem lokalnym	Turniej tenisa stołowego	Integracyjny turniej sportowy pomiędzy bursami – bilard , szachy.	<u>TAK</u>

Zespoły szkolno-przedszkolne

Zespół Szkolno-Przedszkolny Nr 3- zsp3@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne
--	------------	-----------------	-----------------	---

				użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Nauczyciele wychowania fizycznego współpracują z wychowawcami świetlicy i aktywizują uczniów podczas zajęć na boisku szkolnym.			Boisko szkolne pozwala na realizację zadań.
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Przerwy międzylekcyjne – rekreacja na boisku szkolnym.	Dzień Dziecka: - gry i zabawy ruchowe - turnieje i rywalizacja międzyklasowa. Przerwy międzylekcyjne – rekreacja na boisku szkolnym.	Przerwy międzylekcyjne rekreacja na boisku szkolnym.	
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Biegi i zabawy lekkoatletyczne oraz rekreacyjne z wykorzystaniem terenów rekreacyjnych miasta (realizacja 3 i 4 godziny wf)			

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Zajęcia sportowe na boisku szkolnym oraz na placach zabaw przy szkole i przedszkolu.</p> <p>Zajęcia w Ogródku Jordanowskim przy CKiS Sidzina.</p>	<p>Zajęcia sportowe na boisku szkolnym oraz na placach zabaw przy szkole i przedszkolu.</p> <p>Zajęcia w Ogródku Jordanowskim przy CKiS Sidzina.</p>	<p>Zajęcia sportowe na boisku szkolnym oraz na placach zabaw przy szkole i przedszkolu.</p> <p>Zajęcia w Ogródku Jordanowskim przy CKiS Sidzina.</p>	<p>Tak</p>
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy</p>	<p>Aktywne spędzanie przerw na boisku szkolnym oraz na placach zabaw przy szkole i przedszkolu.</p> <p>Wycieczka rowerowa pt. „Poznajemy naszą dzielnicę”.</p> <p>Zajęcia w ramach programu SKS.</p> <p>Zajęcia sportowe w ramach środków Dzielnic VIII (sportowe popołudnia).</p>	<p>Aktywne spędzanie przerw na boisku szkolnym oraz na placach zabaw przy szkole i przedszkolu.</p> <p>Wycieczka rowerowa pt. „Poznajemy nasze miasto Kraków”.</p> <p>Dzień Dziecka na sportowo : (turniej rodzin, rozgrywki międzyklasowe, tory przeszkód, gry i zabawy ruchowe, zabawy z wykorzystaniem chusty ani-</p>	<p>Aktywne spędzanie przerw na boisku szkolnym oraz na placach zabaw przy szkole i przedszkolu.</p> <p>Wycieczka rowerowa pt. „Poznajemy naszą dzielnicę”.</p> <p>Zajęcia w ramach programu SKS.</p> <p>Zajęcia sportowe w ra-</p>	<p>Tak</p>

<p>szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Sobotnie wycieczki PTTK. Regularne wyjścia na basen klas III. Udział szkoły w programie STARS. Aktywne Zielone Szkoły.</p>	<p>macyjnej). Zajęcia w ramach programu SKS. Zajęcia sportowe w ramach środków Dzielnicy VIII (sportowe popołudnia). Sobotnie wycieczki PTTK. Regularne wyjścia na basen klas III. Udział szkoły w programie STARS. Aktywne Zielone Szkoły.</p>	<p>mach środków Dzielnicy VIII (sportowe popołudnia). Sobotnie wycieczki PTTK. Regularne wyjścia na basen klas III. Udział szkoły w programie STARS. Aktywne Zielone Szkoły.</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Wycieczka rowerowa pt. „Poznajemy naszą dzielnicę”. WF na rolkach w Ogródku Jordanowskim. Biegi terenowe w Ogródku Jordanowskim.</p>	<p>Wycieczka rowerowa pt. „Poznajemy nasze miasto Kraków”. WF na rolkach w Ogródku Jordanowskim. Biegi terenowe w Ogródku Jordanowskim. Baloniada.</p>	<p>Wycieczka rowerowa pt. „Poznajemy naszą dzielnicę”. WF na rolkach w Ogródku Jordanowskim. Biegi terenowe w Ogródku Jordanowskim. Baloniada.</p>	<p>Tak</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>		<p>Turniej rodzin z okazji DNIA DZIECKA.</p>		

--	--	--	--	--

Zespoły szkół ogólnokształcących

Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 9- zso9@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Turnieje sportowe – piłkarzyki, piłka nożna i ping pong.	Dzień Sportu w SP.	Szkolny turniej tenisa stołowego w SP.	Tak
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	Rowerowy Maj – Stars rowerem do szkoły.	Rajd wiosenny (rowerowy) dla SP i LO, Dzień sportu dla LO.	Rajd jesienny (rowerowy) dla SP i LO.	Tak
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.			Biegi przełajowe w Parku Lotników.	Tak

<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>			<p>Bieg im. Skarżyńskiego w ramach współpracy z III Dzielnicą, Mała Olimpiada dla przedszkoli z III Dzielnicy.</p>	<p><u>Tak</u></p>
---	--	--	--	-------------------

Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 18 - sekretariat@zso18.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
Uatrakcyjnienie zajęć z wychowania fizycznego	<ol style="list-style-type: none"> 1. „English on the move” zajęcia prowadzone po angielsku z udziałem wolontariusza. 2. Udział w rywalizacji pionu sportowego MSZS (pływanie, siatkówka plażowa, piłka nożna, lekkoatletyka). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. „English on the move” zajęcia prowadzone po angielsku z udziałem wolontariusza. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. „English on the move” zajęcia prowadzone po angielsku z udziałem wolontariusza. 2. Udział w rywalizacji pionu sportowego MSZS (szachy, piłka siatkówka, lekkoatletyka). 	TAK
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizacja turnieju szachów dla uczniów SP 2. gry i zabawy sprawnościowe – wykorzystanie drobnego sprzętu sportowego . 3. Rowerowa majówka świetlicy . 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia ruchowe na obiektach sportowych ZSO nr 18 w Krakowie – gry zespołowe, zręcznościowe, ćwiczenia gimnastyczne. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia ruchowe na obiektach sportowych ZSO nr 18 w Krakowie – gry zespołowe, zręcznościowe, ćwiczenia gimnastyczne. 2. Wycieczka do Twierdzy Kraków. 	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.	<ol style="list-style-type: none"> 1. „Bieg Panien Zwierzynieckich”. 2. Wolontariat sportowy „Cracovia Maraton”. 3. SKS – jujitsu . 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wolontariat sportowy „Igrzyska Europejskie”. 2. Aktywny „Dzień Dziecka” (gry i zabawy zręcznościowo-zwinnościowe). 3. SKS – jujitsu oraz siatkówka . 4. Organizacja szkolnego Dnia Sportu – lekkoatletyka oraz gry zespołowe – przy współpracy z AWF w Krakowie. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rekreacyjne wycieczki popołudniowe (LA terenowa, kręgle) 2. Szkolne zawody w pływaniu (2h) 3. Turniej Badmintona dziewcząt i chłopców. 4. SKS – jujitsu, siatkówka, piłka nożna . 5. FitBoks na długiej przerwie (2x w tyg.). 	TAK

		5. Wycieczka autokarowa w Pieniny – dzień dziecka dla uczniów SP.		
Aktywne przerwy międzylekcyjne	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aktywna tablica rekordów. 2. Szkolne obiekty zewnętrzne – sporty całego życia (badminton, ringo, itp.). 3. W strefie wypoczynku: szachy. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aktywna tablica rekordów. 2. Szkolne obiekty zewnętrzne – sporty całego życia (badminton, ringo, itp.). 3. W strefie wypoczynku: szachy. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aktywna tablica rekordów. 2. Szkolne obiekty zewnętrzne – sporty całego życia (badminton, ringo, itp.). 3. W strefie wypoczynku: szachy. 	TAK
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siłownia zewnętrzna (hala Cracovi, lub po dofinansowaniu teren przyszkolny). 2. MOS Kraków – stadion LA na Groblach. 3. Nordic Walking – Błonia Krakowskie, Bulwary Wiślane, Kopiec Kościuszki, Polana Modrzewiowa) – uzupełnienie sprzętu sportowego. 4. Ścieżka zdrowia Park Jordana 5. Szkolne biegi przełajowe edycja II (wały nad Rudawą). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siłownia zewnętrzna (hala Cracovi, lub po dofinansowaniu teren przyszkolny). 2. MOS Kraków – stadion LA na Groblach. 3. Nordic Walking – Błonia Krakowskie, Bulwary Wiślane, Kopiec Kościuszki, Polana Modrzewiowa) – uzupełnienie sprzętu sportowego. 4. Ścieżka zdrowia Park Jordana. 5. Szkolne biegi przełajowe edycja III (wały nad Rudawą). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siłownia zewnętrzna (hala Cracovi, lub po dofinansowaniu teren przyszkolny). 2. MOS Kraków – stadion LA na Groblach. 3. Nordic Walking – Błonia Krakowskie, Bulwary Wiślane, Kopiec Kościuszki, Polana Modrzewiowa) – uzupełnienie sprzętu sportowego. 4. Ścieżka zdrowia Park Jordana. 5. Szkolne biegi przełajowe edycja I (wały nad Rudawą). 	TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Szkolny – międzyklasowy: „najsprawniejszy uczeń/uczennica w szkole” (dofinansowanie zakupu sprzętu: ciężarki zakładane na kostki). 2. Bieg „śladami Panien 		<ol style="list-style-type: none"> 1. Dzień Sportu (turnieje: piłki siatkowej, piłki koszykowej, konkurs skoku wzwyż) 2. Ergometry wioślarskie – międzyszkolne korespondencyjne (przy współpracy ośrodka sportów 	TAK

	Zwierzynieckich”.		wodnych AZS AWF Kraków . 3. Międzyszkolny Symultaniczny Turniej piłki nożnej na pełnowymiarowym obiekcie .	
--	-------------------	--	--	--

Samorządowe licea ogólnokształcące

V Liceum Ogólnokształcące - lo5@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	Rajd dwóch kopców.	Spotkanie Cheerleaderek.	Mecze sparingowe gier zespołowych.	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	Nordic Walking.	Biegi przełajowe.	Gry drużynowe w Parku Jordana.	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic,</p>	Turniej międzyszkolny z I LO.	Dzień sportu.		

pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.				
--	--	--	--	--

VI Liceum Ogólnokształcące - lo6@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia pozalekcyjne sportowo-rekreacyjne: - piłka siatkowa - piłka koszykowa - piłka nożna - badminton - inne /zależnie od zainteresowania uczniów/	Zajęcia pozalekcyjne sportowo-rekreacyjne: - piłka siatkowa - piłka koszykowa - piłka nożna - badminton - inne /zależnie od zainteresowania uczniów/	Zajęcia pozalekcyjne sportowo-rekreacyjne: - piłka siatkowa - piłka koszykowa - piłka nożna - badminton - inne /zależnie od zainteresowania uczniów/	tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy	Szkolne zawody sportowe: - wyciskanie sztangi - podciąganie na drążku - Liga Wioślarska	Szkolne zawody sportowe: - wyciskanie sztangi - podciąganie na drążku	Szkolne zawody sportowe: - wyciskanie sztangi - podciąganie na drążku - Turniej Piłki Nożnej	tak

<p>współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>- /kwiecień/ zrealizowano: szkolne zawody sportowe: Piłka Siatkowa 3+3 /140 uczniów/, Piłka nożna – VILO CUP /60 uczniów/, Strong Man i Strong Women</p>		<p>VILO</p> <p>- Turniej Tenisa Stołowego</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Realizacja PP z wychowania fizycznego: Lekkoatletyka terenowa – marsze, marszobiegi, Gry i zabawy terenowe Siłownie plenerowe</p> <p>(bulwary wiślane, KS Korona, park Bednarskiego, Planty im. Floriana Nowackiego).</p>	<p>Realizacja PP z wychowania fizycznego: Lekkoatletyka terenowa – marsze, marszobiegi, Gry i zabawy terenowe Siłownie plenerowe</p> <p>(bulwary wiślane, KS Korona, park Bednarskiego, Planty im. Floriana Nowackiego).</p>	<p>Realizacja PP z wychowania fizycznego: Lekkoatletyka terenowa – marsze, marszobiegi, Gry i zabawy terenowe Siłownie plenerowe</p> <p>(bulwary wiślane, KS Korona, park Bednarskiego, Planty im. Floriana Nowackiego).</p>	<p>tak</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>- 11 Turniej Memoriału im. K. Wójcika w Piłce Siatkowej dziewcząt o Puchar Dyrektora VILO w Krakowie.</p>			<p>tak</p>

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>matura</p>	<ul style="list-style-type: none"> – SKS – koszykówka, wspinaczka, siatkówka, samoobrona – sportowy Dzień Dziecka organizowany dla uczniów i ich rodziców klasa 1e – 2 czerwiec, piątek po lekcjach – udział w imprezach sportowych organizowanych przez Radę Dzielnicy 	<ul style="list-style-type: none"> – SKS – koszykówka, wspinaczka, siatkówka, samoobrona – Rollerdisco – jazda na rolkach w czasie przerw międzylekcyjnych – jednorazowa akcja w roku szkolnym – Taniec belgijski na przerwie z okazji Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzn w marcu 	<ul style="list-style-type: none"> – hala sportowa i sala gimnastyczna pozwala na bezpieczne użytkowanie
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boi-</p>	<p>- wyjścia do Parku Jordana ze względu na niedostępność podczas matur obiektów sportowych – wykorzystanie infrastruktury sportowej, boisk do lekcji wfu, marszobiegi, podchowy, gry terenowe w ramach lekcji wychowania</p>	<p>- wyjścia do Parku Jordana ze względu na niedostępność podczas matur obiektów sportowych – wykorzystanie infrastruktury sportowej, boisk do lekcji wfu, marszobiegi, podchowy, gry terenowe w ramach lekcji wychowania</p>	<p>- wyjścia do Parku Jordana ze względu na niedostępność podczas matur obiektów sportowych – wykorzystanie infrastruktury sportowej, boisk do lekcji wfu,</p>	

skami.	fizycznego	fizycznego - testy sprawnościowe na bieżni i skoczni dwa razy w roku	marszobieg, podchowy, gry terenowe w ramach lekcji wychowania fizycznego - testy sprawnościowe na bieżni i skoczni	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	matury	Organizacja Festynu Sportowego z X LO rywalizacja w różnych konkurencjach z okazji Dnia Dziecka.	Organizacja sportowej integracji klas pierwszych z X LO na Dzień Chłopaka.	

X Liceum Ogólnokształcące - lo10@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Zajęcia na siłowni zewnętrznej przynależącej do szkoły.</p> <p>Organizowanie przez nauczycieli wf krótkich treningów relaksacyjno-rozciągających podczas dłuższych przerw na dziedzińcu szkoły.</p>	<p>Dzień sportu z wykorzystaniem szkolnej infrastruktury sportowej oraz przestrzeni Parku Jalu Kurka.</p> <p>Zajęcia na siłowni zewnętrznej przynależącej do szkoły.</p> <p>Organizowanie przez nauczycieli wf krótkich treningów relaksacyjno-rozciągających podczas dłuższych przerw na dziedzińcu szkoły.</p>	<p>Zajęcia na siłowni zewnętrznej przynależącej do szkoły.</p> <p>Organizowanie przez nauczycieli wf krótkich treningów relaksacyjno-rozciągających podczas dłuższych przerw na dziedzińcu szkoły.</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami</p>	<p>Nordic walking w Parku Jalu Kurka podczas zajęć wychowania fizycznego;</p>	<p>Nordic walking w Parku Jalu Kurka podczas zajęć wychowania fizycznego;</p>	<p>Nordic walking w Parku Jalu Kurka podczas zajęć wychowania fizycznego;</p>	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>Całodzienny Turniej sportowy z IV LO odbędzie się 24 marca br. w Hali Wisły;</p> <p>Udział uczniów (w miarę ich zainteresowań) pod opieką nauczycieli wychowania fizycznego w Licealiadzie i</p>	<p>Udział uczniów (w miarę ich zainteresowań) pod opieką nauczycieli wychowania fizycznego w Licealiadzie i innych zawodach sportowych organizowanych dla szkół ponadpodstawowych przez różne podmioty.</p>	<p>Udział uczniów (w miarę ich zainteresowań) pod opieką nauczycieli wychowania fizycznego w Licealiadzie i innych zawodach sportowych organizowanych dla</p>	

	innych zawodach sportowych organizowanych dla szkół ponadpodstawowych przez różne podmioty.		szkół ponadpodstawowych przez różne podmioty	
--	---	--	--	--

XIII Liceum Ogólnokształcące - lo13@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
	-	Szkolny Klub Sportowy - zajęcia z siatkówki	Szkolny Klub Sportowy - zajęcia z siatkówki, SKS - koszykówka	
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	Aktywne przerwy międzylekcyjne – możliwość gry na sali gimnastycznej (koszykówka, siatkówka).	Aktywne przerwy międzylekcyjne – możliwość gry na sali gimnastycznej (koszykówka, siatkówka).	Aktywne przerwy międzylekcyjne – możliwość gry na sali gimnastycznej (koszykówka, siatkówka).	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym ha-				

słom: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.			Planowany Turniej Międzyszkolny Siatkówki Dziewcząt i Chłopców przy współpracy Rady Dzielnicy II.	
---	--	--	---	--

XV Liceum Ogólnokształcące- lo15@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne – co drugi dzień w tygodniu po 2 przerwy.</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne – co drugi dzień w tygodniu po 2 przerwy.</p> <p>Organizacja „Sztafetowego biegu po zdrowie” - 01.06.2023 r – we współpracy z radą rodziców oraz radą dzielnicy XII w pobliskim Parku Jerzmanowskich.</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne – co drugi dzień w tygodniu po 2 przerwy.</p>	

„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja zajęć z wychowania fizycznego w ramach lekcji z wykorzystaniem terenów w pobliskim Parku Jerzmanowskich i Parku Lili Wenedy- organizacja marszobiegów z atletyki terenowej i biegów.	Realizacja zajęć z wychowania fizycznego w ramach lekcji z wykorzystaniem terenów w pobliskim Parku Jerzmanowskich i Parku Lili Wenedy- organizacja marszobiegów z atletyki terenowej i biegów.	Realizacja zajęć z wychowania fizycznego w ramach lekcji z wykorzystaniem terenów w pobliskim Parku Jerzmanowskich i Parku Lili Wenedy- organizacja marszobiegów z atletyki terenowej i biegów.	
---	---	---	---	--

XXI Liceum Ogólnokształcące- lo21@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy		Piknik rodzinny, treningi fitness.		

szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Wykorzystanie placów zabaw, siłowni na świeżym powietrzu, boisk wielofunkcyjnych.	Wykorzystanie placów zabaw, siłowni na świeżym powietrzu, boisk wielofunkcyjnych.	Wykorzystanie placów zabaw, siłowni na świeżym powietrzu, boisk wielofunkcyjnych.	Tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		Turniej szkolny w tenisie stołowym.		

XXV Liceum Ogólnokształcące – sekretariat@xxvlo.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?

<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Rajd Trzech Kopców.</p> <p>Szkolne turnieje sportowe.</p> <p>Aktywne przerwy lekcyjne (dwa razy w tygodniu)</p> <p>- zajęcia aerobowe</p> <p>-zajęcia taneczne „Ruszaj się na zdrowie”</p> <p>Szkolny Festiwal Zdrowia.</p> <p>Marszobiegi terenowe.</p>	<p>Wojskowy tor przeszkód.</p> <p>Obozy szkoleniowo – kondycyjne.</p> <p>Turnieje sportowe.</p> <p>Aktywne przerwy śródlekcyjne.</p> <p>Marszobiegi terenowe.</p>	<p>Obozy szkoleniowo – kondycyjne.</p> <p>Turnieje sportowe.</p> <p>Aktywne przerwy śródlekcyjne.</p> <p>Marszobiegi terenowe.</p>	<p>Tak</p>
--	--	---	--	------------

XLI Liceum Ogólnokształcące – lo41@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

<p>Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia</p>	<p>MAJ</p>	<p>CZERWIEC</p>	<p>WRZESIEŃ</p>	<p>Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?</p>
--	------------	-----------------	-----------------	--

<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne.</p> <p>Gra w tenisa stołowego.</p> <p>Rywalizacja w „Piłkarzyki”.</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne.</p> <p>Gra w tenisa stołowego.</p> <p>Rywalizacja w „Piłkarzyki”.</p>	<p>Aktywne przerwy międzylekcyjne.</p> <p>Gra w tenisa stołowego.</p> <p>Rywalizacja w „Piłkarzyki”.</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Marszobiegi w parku.</p>	<p>Pieszne wycieczki krakowskimi plantami i Bulwarami Wiślanymi.</p>	<p>Biegi na orientację w terenie.</p>	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>		<p>Zawody szkolne w wieloboju siłowym.</p>	<p>Międzyszkolny turniej szachowy we współpracy z Dzielnicą I.</p>	

Zespoły szkół specjalnych

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 3 -sosw3@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
				<p>Tak pozwala:</p> <ul style="list-style-type: none"> -teren szkoły jest ogrodzony , uporządkowany i bezpieczny - nowoczesny plac zabaw -siłownia zewnętrzna -ogród szkolny -duże boisko szkolne.
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>“Sprawny spacer” - spacer połączony z treningiem chodu poza terenem szkoły. Wyjście z uczniami 4 razy w maju.</p>	<p>1.06.2023 Piknik z okazji Dnia Dziecka pt: “ Przygody z Koziołkiem Matołkiem”</p> <ul style="list-style-type: none"> -konkurencje sportowe -gra terenowa -zabawy integracyjne - wspólne biesiadowanie. 	<p>„Nordic walking-aktywnie wejdź w nowy rok szkolny”</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1x w tygodniu wyjście z grupą uczniów poza teren szkoły. 	

<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>		<p>15.06.2023 Szkolny turniej badmintona. „Gramy w badmintona ja i mój nauczyciel”.</p>	<p>Koniec września 2023 Międzyszkolny Turniej w Bocce Szkoły specjalne: SOSW nr 6 ZSS im. B.A. Kosiby w Wieliczce oraz SP nr 64 .</p>	
			<p>Miejsce: Szkoła SOSW nr 3 ul.Praska 64.</p>	

KRAKOWSKI SZKOLNY OŚRODEK SPORTOWY

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>13.05.23 r. zawody Aquathlon 20.05.23 r. KSOS CUP Zawody tenisowe (zapisy przez stronę internetową PZT) 27.05.23r Family Run</p>			<p>Tak Tak Tak</p>

--	--	--	--	--

Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Kraków

Zachód

- sekretariat@mos-zachod.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>27.05.2023</p> <p>Festyn Sportowy w ramach Święta Rodziny Krakowskiej.</p>			tak
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>	<p>19.04.2023</p> <p>Międzyszkolne Zawody w Łyżwiarstwie</p>			<u>tak</u>

Młodzieżowe Domy Kultury

Młodzieżowy Dom Kultury al. 29 Listopada 102 -mdk29listopada@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. „Bawimy się w You Can Dance” – konkurs taneczny. 2. „Święto Rodziny Krakowskiej” – pokazy, gry, zawody. 3. Rodzinny Turniej Tenisa Stołowego – zawody. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Święto Dzielnicy III – piknik rodzinny. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rodzinna Gra Terenowa. 	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Alternatywna świetlica – zajęcia muzyczno - ruchowe dla uczniów ze świetlicy ze Szkoły Podstawowej nr 22 (od poniedziałku do piątku)</p> <p>Logo rytmika\sensualne ścieżki – zajęcia dla przedszkolaków i uczniów klas początkowych szkoły podstawowej</p> <p>Taniec klasyczny dla dzieci i młodzieży - aktywizacja, metodyka tańca klasycznego wg Agripiny Waganovej, Barre au sol – technika uzupełniająca tańca klasycznego, stretching dynamiczny, techniki relaksacyjne.</p> <p>Showdance – w tym elementy</p>	<p>Alternatywna świetlica – zajęcia muzyczno - ruchowe dla uczniów ze świetlicy ze Szkoły Podstawowej nr 22 (od poniedziałku do piątku)</p> <p>Logo rytmika\sensualne ścieżki – zajęcia dla przedszkolaków i uczniów klas początkowych szkoły podstawowej</p> <p>Taniec klasyczny dla dzieci i młodzieży - aktywizacja, metodyka tańca klasycznego wg Agripiny Waganovej, Barre au sol – technika uzupełniająca tańca klasycznego, stretching dynamiczny, techniki relaksacyjne.</p> <p>Showdance – w tym elementy</p>	<p>Logo rytmika\sensualne ścieżki – zajęcia dla przedszkolaków i uczniów klas początkowych szkoły podstawowej</p> <p>Taniec klasyczny dla dzieci i młodzieży - aktywizacja, metodyka tańca klasycznego wg Agripiny Waganovej, Barre au sol – technika uzupełniająca tańca klasycznego, stretching dynamiczny, techniki relaksacyjne.</p> <p>Showdance – w tym</p>	<p>TAK</p>

	<p>akrobatyki i ćwiczenia ogólnorozwojowe, wzmacniające, koordynacyjne dla dzieci i młodzieży.</p> <p>Taniec współczesny dla młodzieży - elementy body balet (elementy pilatesu, baletu i fitness)</p> <p>Rytmika w przedszkolu</p> <p>Cyrk – warsztaty koordynacji i sprawności (monocykl szczudła, rola- bola, piłka do balansu, slackline, talerzyk, flowerstick, akrobatyka, akrobatyka powietrzna, żonglerka piłkami, maczuga)</p>	<p>akrobatyki i ćwiczenia ogólnorozwojowe, wzmacniające, koordynacyjne dla dzieci i młodzieży.</p> <p>Taniec współczesny dla młodzieży - elementy body balet (elementy pilatesu, baletu i fitness)</p> <p>Rytmika w przedszkolu</p> <p>Cyrk – warsztaty koordynacji i sprawności (monocykl szczudła, rola- bola, piłka do balansu, slackline, talerzyk, flowerstick, akrobatyka, akrobatyka powietrzna, żonglerka piłkami, maczuga)</p>	<p>elementy akrobatyki i ćwiczenia ogólnorozwojowe, wzmacniające, koordynacyjne dla dzieci i młodzieży.</p> <p>Taniec współczesny dla młodzieży - elementy body balet (elementy pilatesu, baletu i fitness)</p> <p>Rytmika w przedszkolu</p> <p>Cyrk – warsztaty koordynacji i sprawności (monocykl szczudła, rola- bola, piłka do balansu, slackline, talerzyk, flowerstick, akrobatyka, akrobatyka powietrzna, żonglerka piłkami, maczuga)</p>	
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja</p>	<p>Cyrk Rodzinny – rodzinne, otwarte warsztaty cyrkowe.</p> <p>Cyrk Ekstra - warsztaty cyrkowe dla stałej grupy dzieci z rodzicami.</p> <p>Baśniowy Muzyczny Świat – działania interdyscyplinarne z elementami tańca i ruchu.</p> <p>Wiedza, sprawność i zdrowie</p>	<p>Cyrk Rodzinny – rodzinne, otwarte warsztaty cyrkowe.</p> <p>Cyrk Ekstra - warsztaty cyrkowe dla stałej grupy dzieci z rodzicami.</p> <p>Baśniowy Muzyczny Świat – działania interdyscyplinarne z elementami tańca i ruchu.</p> <p>Wiedza, sprawność i zdrowie</p>	<p>Cyrk Rodzinny – rodzinne, otwarte warsztaty cyrkowe.</p> <p>Cyrk Ekstra - warsztaty cyrkowe dla stałej grupy dzieci z rodzicami.</p> <p>Baśniowy Muzyczny Świat – działania interdyscyplinarne z elementami</p>	TAK

<p>na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>w rodzinie poprzez sztuki walki – druga sobota miesiąca.</p> <p>Święto Rodziny Krakowskiej:</p> <p>Rodzinne zajęcia z samoobrony (27.05.2023) .</p> <p>Akrobatyczno – gimnastyczne warsztaty dla rodzin (27.05.2023).</p> <p>Spotkanie z bosmanem – rekreacyjno żeglarskie warsztaty dla dzieci i rodzin (28.05.2023).</p>	<p>w rodzinie poprzez sztuki walki – druga sobota miesiąca.</p> <p>Letnia Akademia Sztuk Walki (od 16.06.2023).</p> <p>IhahaArt –krakowskie forum sztuki dziecka - zabawy podwórkowe, warsztaty cyrkowe (2,3,4.06.2023).</p>	<p>tańca i ruchu.</p> <p>Wiedza, sprawność i zdrowie w rodzinie poprzez sztuki walki – druga sobota miesiąca.</p>	
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Wycieczka rowerowa do Niepołomic Trasą Nadwiślańską.</p> <p>Warsztaty cyrkowe w plenerze (Park Serkowskiego).</p>	<p>Warsztaty cyrkowe w plenerze (Bulwary).</p> <p>Obóz rekreacyjno-sportowy– (J. Fąfara i M. Puchalska).</p>	<p>Wycieczka rowerowa do Skawiny Trasą Nadwiślańską.</p>	

Szkoły techniczne i branżowe

Zespół Szkół Łączności- zsl@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Propozycja: Biegi terenowe (Las Wolski) realizowane jako zajęcia pozalekcyjne dla młodzieży w ramach „Szkolnego klubu biegacza”. Aktywności te były już w poprzedniej edycji („Ruszmy się”). Informacje otrzymali również rodzice – każdy zainteresowany mógł się dołączyć do zajęć.</p> <p>W ramach przerw międzylekcyjnych Samorząd Uczniowski organizuje tzw. „Przerwy na zewnątrz”: wspólne tańce przy muzyce: belgijka, makarena, itp. Ponadto, młodzież ma zapewnioną opiekę nauczycieli – może rozgrywać krótkie mecze w koszykówkę, piłkę nożną, tenisa stołowego (stół na zewnątrz).</p>	<p>Propozycja: Biegi terenowe (Las Wolski) realizowane jako zajęcia pozalekcyjne dla młodzieży w ramach „Szkolnego klubu biegacza”. Aktywności te były już w poprzedniej edycji („Ruszmy się”). Informacje otrzymali również rodzice – każdy zainteresowany mógł się dołączyć do zajęć.</p> <p>W ramach przerw międzylekcyjnych Samorząd Uczniowski organizuje tzw. „Przerwy na zewnątrz”: wspólne tańce przy muzyce: belgijka, makarena, itp. Ponadto, młodzież ma zapewnioną opiekę nauczycieli – może rozgrywać krótkie mecze w koszykówkę, piłkę nożną, tenisa stołowego (stół na zewnątrz).</p>	<p>Propozycja: Biegi terenowe (Las Wolski) realizowane jako zajęcia pozalekcyjne dla młodzieży w ramach „Szkolnego klubu biegacza”. Aktywności te były już w poprzedniej edycji („Ruszmy się”). Informacje otrzymali również rodzice – każdy zainteresowany mógł się dołączyć do zajęć.</p> <p>W ramach przerw międzylekcyjnych Samorząd Uczniowski organizuje tzw. „Przerwy na zewnątrz”: wspólne tańce przy muzyce: belgijka, makarena, itp. Ponadto, młodzież ma zapewnioną opiekę nauczycieli – może rozgrywać krótkie mecze w koszykówkę, piłkę nożną, tenisa stołowego (stół na zewnątrz).</p>	<p>tak</p>

<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>realizacja 3 godziny wf: marszobiegi w terenie, wycieczki rowerowe na Kolną, do Tyńca, wycieczki piesze,</p>	<p>realizacja 3 godziny wf: marszobiegi w terenie, wycieczki rowerowe na Kolną, do Tyńca, wycieczki piesze,</p>	<p>realizacja 3 godziny wf: marszobiegi w terenie, wycieczki rowerowe na Kolną, do Tyńca, wycieczki piesze,</p>	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>		<p>Sportowe turnieje (piłka nożna, siatkówka, tenis stołowy) rozgrywane pomiędzy internatami/bursami (realizowane dotychczas, m.in. w poprzedniej edycji). Rozgrywki pomiędzy szkołami (ZSEI nr 1, VIII LO) w siatkówkę, mini piłkę nożną.</p>	<p>Sportowe turnieje (piłka nożna, siatkówka, tenis stołowy) rozgrywane pomiędzy internatami/bursami (realizowane dotychczas, m.in. w poprzedniej edycji). Rozgrywki pomiędzy szkołami (ZSEI nr 1, VIII LO) w siatkówkę, mini piłkę nożną.</p>	<p>tak</p>

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .</p>	<p>Organizacja zajęć sportowych dla uczniów z internatu (1h w miesiącu).</p>	<p>Organizacja zajęć sportowych dla uczniów z internatu (1h w miesiącu).</p>	<p>Organizacja zajęć sportowych dla uczniów z internatu (1h w miesiącu).</p>	
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Rywalizacja uczniów na poziomie amatorskim w prostych formach aktywności ruchowej.</p>	<p>Challenge z podstaw aktywności ruchowej.</p>	<p>Zaangażowanie nauczycieli do rywalizacji z uczniami.</p>	

<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	<p>Marszobiegi, biegi z wykorzystaniem najbliższej infrastruktury szkoły.</p>	<p>Marszobiegi, biegi z wykorzystaniem najbliższej infrastruktury szkoły.</p>	<p>Marszobiegi, biegi z wykorzystaniem najbliższej infrastruktury szkoły.</p>	
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>		<p>Międzyszkolny turniej z okazji Dnia Dziecka</p>	<p>Międzyszkolny turniej/mecz w piłkę nożną</p>	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Sportowe przerwy-gry sportowe z piłką na sali gimnastycznej na dużych przerwach.</p>	<p>Sportowe przerwy-gry sportowe z piłką na sali gimnastycznej na dużych przerwach.</p>		<p>Tak</p>
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozy-</p>	<p>Organizacja szkolnych turniejów – rozgrywanych międzyklasowo/ siatkówka, koszykówka.</p>		<p>Organizacja szkolnych turniejów – rozgrywanych międzyklasowo/ siatkówka, koszykówka.</p>	<p>tak</p>

cje rozgrywek.				
----------------	--	--	--	--

Zespół Szkół Elektrycznych nr 1- szkola@zsel1.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Marsz z kijami nordic walking – trasa: szkoła- Kopiec Wandy lub marsz szlakiem 3 kopców: Krakusa-Kościuszki-Piłsudskiego. Majowy lub czerwcowy weekend.</p> <p>Turniej piłki nożnej klas pierwszych- w tygodniu, godziny popołudniowe, szkolny Orlik.</p> <p>Turniej piłki koszykowej klas drugich- w tygodniu, godziny popołudniowe, w zależności od pogody sala gimnastyczna lub boisko wielofunkcyjne.</p>	<p>Turniej piłki koszykowej klas pierwszych - w tygodniu, godziny popołudniowe, w zależności od pogody sala gimnastyczna lub boisko wielofunkcyjne.</p>		<p>TAK</p> <p>TAK</p> <p>TAK</p>

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>Mistrzostwa szkoły w siatkówce.</p> <p>Turniej piłki nożnej drużyn pięciosobowych na boisku otwartym.</p> <p>Mistrzostwa szkoły w tenisie stołowym.</p> <p>Udostępnianie sprzętu do tenisa stołowego na każdej przerwie, mini zajęcia na przerwie 20 minutowej.</p>	<p>Dzień Dziecka na sportowo – festyn rekreacyjno – sportowy na obiektach szkoły i stadionie MOS Wschód.</p> <p>Turniej piłki nożnej drużyn pięciosobowych na boisku otwartym.</p> <p>Turniej koszykówki na boisku otwartym.</p> <p>Udostępnianie sprzętu do tenisa stołowego na każdej przerwie, mini zajęcia na przerwie 20 minutowej.</p>	<p>Turniej piłki nożnej drużyn pięciosobowych na boisku otwartym.</p> <p>Udostępnianie sprzętu do tenisa stołowego na każdej przerwie, mini zajęcia na przerwie 20 minutowej.</p>	<p>tak</p>

„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Lekcje wf na otwartych obiektach Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego Wschód, oraz na terenach rekreacyjnych parku nad zalewem nowohuckim.	Lekcje wf na otwartych obiektach Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego Wschód, oraz na terenach rekreacyjnych parku nad zalewem nowohuckim.	Lekcje wf na otwartych obiektach Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego Wschód, oraz na terenach rekreacyjnych parku nad zalewem nowohuckim.	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Organizacja mini turniejów gier zespołowych wraz z sąsiednimi szkołami z dzielnicy, wykorzystywanie finansowego wsparcia Rady Dzielnic przy ich organizacji.	Organizacja mini turniejów gier zespołowych wraz z sąsiednimi szkołami z dzielnicy, wykorzystywanie finansowego wsparcia Rady Dzielnic przy ich organizacji.	Organizacja mini turniejów gier zespołowych wraz z sąsiednimi szkołami z dzielnicy, wykorzystywanie finansowego wsparcia Rady Dzielnic przy ich organizacji.	tak

Zespół Szkół nr 1 - zs1@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć	„SKS” -piłka siatkowa -samoobrona -tenis stołowy	„SKS” -piłka siatkowa -samoobrona -tenis stołowy	„SKS” -piłka siatkowa -samoobrona -tenis stołowy	TAK

światlicowych .				
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>-aktywne przerwy międzylekcyjne</p> <p>-piknik szkolny</p> <p>(gry i zabawy ruchowe)</p> <p>(kwiecień/maj)</p>	<p>-”Dzień dziecka” na sportowo</p> <p>-aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	<p>-Turniej piłki nożnej</p> <p>-aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	TAK
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.</p>	Zajęcia ruchowe w terenie	Marszobiegi w terenie	Biegi przełajowe	TAK
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>			Siatkówka Amatorska Liga SKS	

Zespół Szkół Energetycznych- zsen@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ!”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy</p>			<p>integracyjne zawody sportowe dla uczniów klas pierwszych;</p> <p>turniej piłkarski klas pierwszych;</p> <p>zajęcia z instruktorką aerobiku (nauczycielką w ZSEn)</p>	

szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne			termin: czwarty tydzień września	
---	--	--	-------------------------------------	--

Jak nakazuje tradycja na zakończenie kampanii „Kraków w formie” w Parku Jordana proponujemy wspólną zabawę taneczną z korowodem, przy dźwiękach poloneza.

Zespół Szkół Mechanicznych nr 4 – zsm4@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	TAK	TAK	TAK	TAK

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEN	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
<p>„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>	-	Organizacja Dnia z Samorządem Uczniowskim ZSCH w Parku Jordana – różne aktywności sportowe (nordic walking, speedminton i badminton, baseball, pilates i joga, ćwiczenia relaksacyjne).	-	-
<p>„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boi-</p>	Zajęcia wf w terenie – piesze wycieczki z wykorzystaniem szlaków w Paśmie Sowińca i Lasku Wolskiego.	Zajęcia wf w terenie – szlaki Ojcowskiego Parku Narodowego – klasy I i II.	Zajęcia wf w terenie – szlaki Ojcowskiego Parku Narodowego – Klasy III i IV.	

skami.				
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Organizacja Turnieju Strzeleckiego o Puchar Dyrektora ZSCh dla 5 Techników : Technikum Chemiczne, Technikum Mechaniczne nr 1, Technikum Energetyczne, Technikum Ekonomiczne i Technikum Odzieżowe.			Obiekt – strzelnica TS Wisła. Dofinansowanie do biletów wstępu na strzelnicę dla 5 osobowych reprezentacji szkół (25 osób x 20 złotych = 500 złotych) Nagrody i dyplomy sfinansowane przez SU ZSCh.

Zespół Szkół Geodezyjno – Drogowych i Gospodarki Wodnej w Krakowie/ zsgdigw@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2023 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„Złap FORMĘ !”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich	Wycieczka rowerowa jednodniowa do Ojcowskiego Parku Narodowego dla 15 uczniów.		Wycieczka rowerowa jednodniowa do Ojcowskiego Parku Narodowego dla 15 uczniów.	tak

<p>rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.</p> <p>Aktywne przerwy międzylekcyjne</p>				
<p>Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.</p>		<p>Otwarte mistrzostwa dzielnicy w piłkę nożną.</p>	<p>Otwarte mistrzostwa dzielnicy w piłkę siatkową kobiet i mężczyzn.</p>	<p>Współpraca z Radą Dzielnicy celem organizacji turniejów na terenach KS Bronowianka.</p>