

Projekt **Zdravý chrbátik** sa začína aj na našej škole

Hlavným cieľom projektu je pozitívne a hravou formou sa zamerať na posilnenie chrbtice u detí.


Na začiatku občianske združenie (OZ) Za zdravší život darovalo našej základnej škole cvičebné pomôcky pre deti, ako sú fit lopty.

„U všetkých sa vykonali vstupné vyšetrenia chrbátika, kde sa len potvrdila štatistika, že približne 30 percent detí nemá žiadne problémy s chrbticou, 30 percent má mierne chyby držania tela, 30 percent má vážne choroby v súvislosti s držaním tela a 10 percent detí má ťažké deformity,“ vymenoval koordinátor projektu Stanislav Ján Droppa.


Za účasti fyzioterapeutky prebiehala na škole edukácia učiteľov z 3 základných škôl z okresu Čadca, kde im bola prezentovaná odborná teoretická časť, ako aj praktický nácvik cvičení, ktoré následne môžu aplikovať vo svojich školách pre samotné deti.

Vďaka špeciálnym cvičebným zostavám sa podporujú správne návyky v držaní tela a v starostlivosti o chrbticu. Do projektu sa už zapojilo viac ako 60 škôl po celom Slovensku, kde na hodinách telesnej výchovy precvičuje zostavy 200 zaškolených učiteľov.

Sme veľmi radi ,že aj my sa môžeme zapojiť do tohto projektu, a tešíme sa na cvičenia s novými fit loptami.

 *Naučme naše deti v slovenských školách sedieť a cvičiť zdravo...*

 *Naučme ich vážiť si svoje zdravie...*

 *Naučme ich odovzdávať šancu byť zdravý aj ďalším generáciám. Každá jedna z nich nám to vráti aj s úrokmi...*

Mgr. Anna Tomašcová