

# OBELIX- NEOVLÁDNI NÁS!



Začiatkom septembra zavítal na našu školu, na Strednú odbornú školu zdravotnícku v Poprade, Obelix. Krúťte hlavou, že to nie je možné? A ja vás presvedčím, že je. Táto obľúbená

rozprávková postava k nám prišla s projektom „Obelix- neovládni nás!“. Prečo práve Obelix a koho nemá ovládnuť? Obelix je pre nás symbolom nadváhy a tá by nemala ovládnuť naše deti, našu mladú generáciu. Len zo zdravých detí vyrastú zdraví dospelí.

Obelixove kroky a kroky našich žiakov - druhákov viedli v polovici septembra na ZŠ s MŠ Tajovského v Poprade. A zamierili si to medzi štvrtákov na ZŠ a predškóľakov v MŠ. To sú cieľové skupiny nášho projektu. Na prvé stretnutie sa naši druháci vyzbrojili nielen dobrou náladou, ale aj tlakomerami, tukomerami i váhami na meranie telesnej hmotnosti. Prvé stretnutie s deťmi bolo tzv. diagnostické, spolu s Obelixom - teda jeho maketou, sme merali, vážili, zaznamenávali údaje do pripravených diagnostických hárkov a vypočítali sme u každého dieťaťa BMI index.

Koncom septembra sme zhotovili nástenu, venovanú projektu, na tému „Zdravá výživa, zdravý spôsob života“. Každé z detí obdržalo brožúru „

Obelixov a púť“. S brožúrou deti pracujú pod vedením svojich pani učiteliek



v čase realizácie projektu. Prostredníctvom brožúry deti putujú s Obelixom za zdravou výživou, pohybom a zdravým spôsobom života. Toto putovanie je úsmevné a hravé zároveň.

A prišiel

október a s ním Športový deň. Obelix sa riadil heslom „V zdravom tele- zdravý duch!“ A deti behali, cvičili, hrali futbal aj volejbal. A to všetko pod vedením našich druhákov.



Obelix im rozprúdil krv v žilách. V októbri do školy zavítala aj naša hliadka, ktorá bez ohlásenia skontrolovala desiaty, ktoré si deti nosia do školy. A niektoré veru vôbec nezodpovedali tomu, čomu hovoríme zdravá desiata.

A ani sme sa nenazdali a bol tu november a Obelixova púť pokračovala „Dopoludním zdravej výživy“. Všetko sa to začalo prednáškou o zdravej výžive, deti sa pýtali, naši žiaci odpovedali a naopak. A potom pozval Obelix štvrtákov na zdravú hostinu. Stoly sa prehýbali pod zdravými dobrotami - syrmi, pomazánkami, jogurtami, mliekom, cereáliami, ovocím a zeleninou. Tv spot z tejto akcie bol odvysielaný v regionálnej televízii TV Poprad.

Obelix putuje ďalej aj v decembri, čakajú ho ešte záverečné merania a váženie detí a na úplnom konci jeho putovania, odmení všetky zúčastnené deti detskou párty a drobnými odmenami.

Obelixova púť sa zrealizovala vďaka ochote vedenia ZŠ s MŠ Tajovského, vďaka Školskej jedálni pri tejto ZŠ - jej vedúcej a všetkých zamestnancov. Vďaka rovnako patrí milým triednym učiteľkám štvrtákov p. učiteľke Kormaňošovej a p. učiteľke Bigošovej. Za spoluprácu a pomoc ďakujeme aj RÚVZ v Poprade. A naše veľké ďakujem adresujem našim druhákom. A ešte jedno moje ďakujem patrí kolegyni Mgr. Ľubke Králikovej, ktorá pomohla s realizáciou tohto zmysluplného diela z dielne Strednej odbornej školy zdravotníckej v Poprade.

spracovala koordinátorka projektu Mgr. Ľuba Mičundová