

Z okazji Dnia Dziecka „ZST” przygotował wyzwanie dla uczniów, rodziców i nauczycieli

Wyzwanie: Aktywny Tydzień Dziecka



1. Czas trwania wyzwania: Od 1 czerwca do 5 czerwca 2020



4. Zasady wyzwania

W okresie od 1-5.06.20 wyznacz sobie jeden dzień aktywności, którą będziesz zapisywać za pomocą aplikacji w telefonie bądź w zegarku sportowym.

Na mapie swojego miejsca zamieszkania znajdź trasę, której linia będzie przypominała wyrażenie „ZST”

Zaproś do wyzwania rodziców i rodzeństwo, im więcej osób tym lepiej

PAMIĘTAJ!!!

Uczniowie do 13 roku życia mają obowiązek przebywania na zewnątrz pod opieką dorosłego opiekuna zgodnie z zasadami aktualnie obowiązującymi w okresie epidemii.

2. Rodzaj aktywności

- Marsz, spacer
- Nordic Walking
- Jazda na rowerze
- Rolki, hulajnoga

3. Potrzebne przybory

- Strój sportowy
- Wygodne buty
- Woda do picia
- Telefon z aplikacją Endomondo, itp.



5. Chwalimy się wyzwaniem

W czasie pokonywania trasy zrób jedno zdjęcie ciekawego elementu krajobrazu (drzewo, budynek, ogólny widok itp.), bądź „selfie”

Zrób zrzut ekranu/ zdjęcie pokonanej trasy w kształcie liter „ZST” w aplikacji Endomondo lub dowolnej, której używasz.

Jeśli podejmujesz wyzwanie koniecznie skontaktuj się z nauczycielkami wf: Justyna Długosz, Joanna Majchrzak, Magdalena Stanirowska.

Wszystkie nadesłane zdjęcia zostaną opublikowane w galerii FB oraz na stronie naszej szkoły.

* Aplikacja Endomondo w wersji podstawowej jest bezpłatna, może być sposobem do planowania i zapisywania codziennej aktywności ruchowej.