

ΠΡΕΣΠΕΣ 13&14 ΙΟΥΛΙΟΥ 2018

Αθλητιατρική Κινητή Μονάδα «Sports Excellence»
Για παιδιά ηλικίας 6-18 ετών

ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΕ ΓΥΜΝΑΣΟΥ ΚΑΙ ΑΠΟΦΑΣΙΣΕ ΤΙ ΣΟΥ ΑΡΕΣΕΙ!

Παρασκευή 13/07 ώρα 09:00-13:00

Group A 09:00-11:00 συμμετοχή 30 παιδιά

Group B 11:00-13:00 συμμετοχή 30 παιδιά

Σάββατο 14/07 ώρα 09:00-13:00 –Μικτός Αγώνας Μπασκετοποδόσφαιρο –
παιχνίδια – OWIWI βιντεοπαιχνίδι

5 σταθμοί παιχνιδιού, maximum συμμετοχές 30 παιδιά, διάρκεια γύρου 1,5 ώρα!

Την Παρασκευή 13/07 & το Σάββατο 14/07, σας περιμένουμε στο χώρο του Γυμνασίου Λυκείου του Λαιμού Πρεσπών για να γνωριστούμε, να παίξουμε, να αθληθούμε να πάρουμε ιδέες για το πώς θα βελτιώσουμε τη διατροφή μας και να παίξουμε ένα συναρπαστικό ηλεκτρονικό παιχνίδι επαγγελματικού προσανατολισμού.

Ελάτε να:

- ✓ παίζουμε ομαδικά και ατομικά παιχνίδια
- ✓ μετρήσουμε τη δύναμη, την ταχύτητα και τα αντανεκλαστικά μας
- ✓ αξιολογήσουμε την σύσταση του σώματος μας
- ✓ βρούμε πρακτικές ιδέες για να βελτιώσουμε τη διατροφή μας
- ✓ ανακαλύψουμε τις δεξιότητές μας με διασκεδαστικό τρόπο

Η κινητή αθλητιατρική μονάδα του προγράμματος «Sports Excellence», αποτελούμενη από: Πανεπιστημιακούς Ιατρούς, Καθηγητές φυσικής Αγωγής, Διαιτολόγους, Φυσιοθεραπευτές και επιστήμονες άλλων ειδικοτήτων, θα βρίσκεται στο χώρο του σχολείου για τη διεξαγωγή του προγράμματος που υλοποιείται από την *Αναγέννηση & Πρόοδος*, υπό την επιστημονική επίβλεψη της Α' Ορθοπαιδικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ, με αποκλειστική δωρεά από το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος.

Υπό την επιστημονική επίβλεψη



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικό και Καποδιστριακό
Πανεπιστήμιο Αθηνών
Α' Ορθοπαιδική Κλινική, Ιατρική Σχολή
Μονάδα Αθλητιατρικής - Τμήμα Αθλητικής Αριστείας



Ορθοπαιδικό Κέντρο Έρευνας & Εκπαίδευσης
«Γ.Ν. ΣΟΥΚΑΚΟΣ»
Ρίμνι 1, Τ.Κ. 124 62, Χαϊδάρι, Αθήνα

Με αποκλειστική δωρεά



ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ
STAVROS NIARCHOS
FOUNDATION

Σκοπός του προγράμματος είναι η επαφή των μαθητών με την κίνηση και την υγεία μέσω της πολύπλευρης κινητικής εκπαίδευσης, της αξιολόγησης με γηπεδικές και εργαστηριακές δοκιμασίες και της καταγραφής δεικτών της σύστασης του σώματος.

Οι μαθητές μυούνται στην ορθή εκτέλεση βασικών μετακινήσεων και θέσεων του σώματος, με εκπαιδευτικά μέσα τα βασικά κινητικά και αγωνιστικά χαρακτηριστικά Ολυμπιακών αθλημάτων.

Παράλληλα οι μαθητές ενημερώνονται για την υγιεινή διατροφή και την σημασία της άσκησης στη διατήρηση του κανονικού σωματικού βάρους. Μέσω δια δραστικού ηλεκτρονικού παιχνιδιού καταγράφονται οι δεξιότητές τους και τα παιδιά καθοδηγούνται ως προς τον επαγγελματικό προσανατολισμό.

Με τη δημιουργία του προσωπικού ηλεκτρονικού φακέλου «Athlete Monitoring» δημιουργείται ένας διάυλος επικοινωνίας μεταξύ, παιδιού, γονέα και επιστημονικής ομάδας που αποτελεί σημαντικό εργαλείο συμβουλευτικής καθοδήγησης και υποστήριξης για το σύμβουλο αθλητικής κατεύθυνσης.

Δηλώσεις συμμετοχής στο δήμο έως τις 30/06/2018