

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ



Co-funded by
the European Union



ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΗΜΕΡΕΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ SPORT ERASMUS+
Sport Small Collaborative Partnership
101089488-ERASMUS-SPORT-2022-SSCP
<https://culturalsportsday.com/>
<https://www.facebook.com/CulturalSportsDay>

“Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι απόψεις που εκφράζονται είναι μόνο του ή των συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτά.”

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

- 1. Η Φυσική Αγωγή στο Σχολείο.** Η υλοποίηση πολιτικών, όπως η βελτίωση των προγραμμάτων σπουδών, των υλικών και της εκπαίδευσης του προσωπικού στη φυσική αγωγή, μπορεί να αυξήσει τα επίπεδα φυσικής δραστηριότητας στα παιδιά και τους νέους μέσω της βελτίωσης της ποσότητας και της ποιότητας της φυσικής αγωγής στα σχολεία. Τουλάχιστον τρεις ημέρες αθλητικής δραστηριότητας την εβδομάδα απαιτούνται για να επιτευχθεί μία από τις συστάσεις σωματικής δραστηριότητας του ΠΟΥ.
- 2. Γενική Φυσική Αγωγή.** Η υλοποίηση προγραμμάτων σπουδών στη φυσική αγωγή και τη διδασκαλία που επικεντρώνονται στην ευχάριστη συμμετοχή σε σωματικές δραστηριότητες αποσκοπεί στην υποστήριξη των μαθητών ώστε να αναπτύξουν γνώσεις, στάσεις, κινητικές δεξιότητες, δεξιότητες συμπεριφοράς και αυτοπεποίθηση. Αυτά τα προγράμματα βοηθούν τους μαθητές να υιοθετήσουν και να διατηρήσουν σωματικά δραστήριους τρόπους ζωής.
- 3. Σχολείο, αθλητικοί σύλλογοι και ΜΚΟ για Περιβαλλοντική Υποστήριξη.** Αυτός ο τομέας περιλαμβάνει την παροχή μιας σειράς κοινοτικών αθλητικών και ψυχαγωγικών προγραμμάτων που είναι ελκυστικά για όλους τους νέους. Αύξηση της κατάρτισης των δασκάλων, των εκπαιδευτών και των εργαζομένων νεολαίας, αύξηση του αθλητικού εξοπλισμού για οργανισμούς, και έμφαση στη διασκέδαση παρά στον ανταγωνισμό. Χρήση σχολείων, αθλητικών συλλόγων και ΜΚΟ για την προσφορά τακτικών εβδομαδιαίων αθλητικών προγραμμάτων για παιδιά που θα είναι δωρεάν και διαθέσιμα για όλους.
- 4. Ενεργός Αστικός Σχεδιασμός.** Η οικοδόμηση υγιών τοπικών κοινοτήτων με αθλητικές εγκαταστάσεις που είναι διαθέσιμες στην τοπική κοινότητα έχει σημαντική σημασία για την προώθηση της υγείας. Ενσωμάτωση πολεοδομικού σχεδιασμού που προωθεί την πρόσβαση με ποδήλατο και περπάτημα σε καθημερινές μετακινήσεις, όπως προς τα σχολεία και άλλους οργανισμούς, έχει επίσης ουσιαστική σημασία.
- 5. Εκδηλώσεις Προώθησης Αθλητισμού και Υγείας.** Η οργάνωση περιοδικών αθλητικών εκδηλώσεων αποτελεί αποτελεσματική πρακτική για την ανάδειξη της σημασίας του αθλητισμού και της υγείας. Αυτές οι εκδηλώσεις μπορούν να διοργανωθούν σε διάφορες μορφές αθλητικών εκδηλώσεων που συμπεριλαμβάνουν τη συμμετοχή παιδιών ή οικογενειών, με σκοπό την προώθηση ενός αθλητικού τρόπου ζωής.