

Projekt

# VIDA! ŠKOLÁM – PROPOJENÍ FORMÁLNÍHO A NEFORMÁLNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ

**je spolufinancován Evropskou unií.**

Cílem projektu je podpora a rozvoj klíčových kompetencí žáků ZŠ a středoškolských studentů, vzájemná spolupráce pedagogických pracovníků a pracovníků v neformálním vzdělávání při tvorbě, realizaci a evaluaci vzdělávacích programů, která povede k rozvoji jejich schopností.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
OP Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Oběhni 3x stanovený okruh.	Oběhni 3x stanovený okruh.	Oběhni 3x stanovený okruh.	Skákání přes švihadlo (40 přeskoků).
Skákání přes švihadlo (40 přeskoků).	Skákání přes švihadlo (40 přeskoků).	Udělej 30 dřepů s výskokem.	Udělej 30 dřepů s výskokem.
Udělej 30 dřepů s výskokem.	Vyběhni 3x schody k jídelně.	Vyběhni 3x schody k jídelně.	Vyběhni 3x schody k jídelně.

Do každé ruky si vezmi plnou „petku“ a posiluj. (30 x)	Do každé ruky si vezmi plnou „petku“ a posiluj. (30 x)	Do každé ruky si vezmi plnou „petku“ a posiluj. (30 x)	Tancuj energicky na celou píseň, kterou Pepa pustí.
Tancuj energicky na celou píseň, kterou Pepa pustí.	Tancuj energicky na celou píseň, kterou Pepa pustí.	10x vyslov: „Pokopete-li mi to pole, či nepokopete-li mi to pole?“	10x vyslov: „Pokopete-li mi to pole, či nepokopete-li mi to pole?“
10x vyslov: „Pokopete-li mi to pole, či nepokopete-li mi to pole?“	Utvoř skupinu 3 lidí a 3 minuty si házejte míčem.		