

Samorządowe szkoły podstawowe

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia fitness, W zdrowym ciele zdrowy duch- zajęcia sportowe na korytarzu, rozgrywki w tenisa stołowego, gry i zabawy na boisku szkolnym, zajęcia ruchowe na świeżym powietrzu, spacer po Plantach, Parku Jordana oraz wyjścia na pobliskie place zabaw. Zabawy ruchowe z wykorzystaniem chusty animacyjnej. Jogga dla dzieci.	Zajęcia fitness, W zdrowym ciele zdrowy duch- zajęcia sportowe na korytarzu, rozgrywki w tenisa stołowego, gry i zabawy na boisku szkolnym, zajęcia ruchowe na świeżym powietrzu, spacer po Plantach, Parku Jordana oraz wyjścia na pobliskie place zabaw. Zabawy ruchowe z wykorzystaniem chusty animacyjnej. Jogga dla dzieci. Dzień dziecka – piknik sportowy.	Zajęcia fitness, W zdrowym ciele zdrowy duch- zajęcia sportowe na korytarzu, rozgrywki w tenisa stołowego, gry i zabawy na boisku szkolnym, zajęcia ruchowe na świeżym powietrzu, spacer po Plantach, Parku Jordana oraz wyjścia na pobliskie place zabaw. Zabawy ruchowe z wykorzystaniem chusty animacyjnej. Jogga dla dzieci.	Stan techniczny obiektów pozwala na bezpieczne użytkowanie.
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich	Aktywne przerwy międzylekcyjne – rozgrywki w tenisa stołowego, duża przerwa na podwórku szkolnym.	Aktywne przerwy międzylekcyjne – rozgrywki w tenisa stołowego, duża przerwa na podwórku szkolnym. Dzień Sportu w ramach Dnia Dziecka.	Aktywne przerwy międzylekcyjne – rozgrywki w tenisa stołowego, duża przerwa na podwórku szkolnym. Sobotnie wycieczki rowerowe.	Stan techniczny obiektów pozwala na bezpieczne użytkowanie.

rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Zajęcia wychowania fizycznego w Parku Jordana, na stadionie przy Placu na Groblach, na Błoniach, Bulwarach Wiślanych- wycieczki piesze, rolki, biegi.	Zajęcia wychowania fizycznego w Parku Jordana, na stadionie przy Placu na Groblach, na Błoniach, Bulwarach Wiślanych- wycieczki piesze, rolki, biegi.	Zajęcia wychowania fizycznego w Parku Jordana, na stadionie przy Placu na Groblach, na Błoniach, Bulwarach Wiślanych- wycieczki piesze, rolki, biegi.	

Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi Nr 22– sp22@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMŹ się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia ruchowe na boiskach przyszkolnych i placach zabaw.	Zajęcia ruchowe na boiskach przyszkolnych i placach zabaw.		TAK

„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne		Dzień Rodziny - piknik z aktywnościami sportowymi dla uczniów i członków ich rodzin.		TAK
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	• wycieczki rowerowe bulwarami wiślanymi • mecze piłki nożnej • treningi biegowe bulwarami wiślanymi	• wycieczki rowerowe bulwarami wiślanymi • mecze piłki nożnej • treningi biegowe bulwarami wiślanymi		TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Turniej gier zespołowych.	Turniej piłki nożnej (dla przedszkolaków).		TAK

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	„W zdrowym ciele zdrowy duch”.	„Gimnastyka to zabawa”.	„Zabawy ruchowe integrujące grupę”.	TAK
„Zostaw kompa, weźże piłkę!” – dofinansowanie szkół w zakresie zakupu drobnego sprzętu sportowego (piłki, skakanki, hula-hop i inne) - wykorzystanie środków na doposażenie pracowni przedmiotowych.	Turniej piłki nożnej IV-VII.	Turniej piłki nożnej i ręcznej VII-VIII.	Turniej piłki nożnej IV-VIII.	TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Turniej siatkówki IV-V.	Turniej siatkówki VII-VIII.	Turniej LA IV-VIII.	TAK

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia ruchowe na terenie przyszkolnym podczas sprzyjającej pogody.	Zajęcia ruchowe na terenie przyszkolnym podczas sprzyjającej pogody.	Zajęcia ruchowe na terenie przyszkolnym podczas sprzyjającej pogody.	tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Zabawy i gry rekreacyjne, sportowe z wykorzystaniem warunków naturalnych, ćwiczenia siłowe i szybkościowe w terenie. Wycieczki rowerowe klas ósmych.	Nordic Walking, manewrowanie z kijkami. Sportowy dzień dziecka. Dzień sportu dla klas 1-3 oraz 4-8. Gry i zabawy sportowe, turniej siatkówki i koszykówki, piłki nożnej. Wyścigi rzędów – rywalizacja klasowa.	Marszobiegi, pokonywanie naturalnych przeszkód, ćwiczenia siłowe w terenie – zielona siłownia. Gry terenowe i marsze na orientację. Podchody. Piknik rodzinny – gry i zabawy w plenerze integracja z rodzicami .	tak

„ Tu też można ćwiczyć ” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Tu mieszkam wybór tras wycieczek pieszych. Zabawowe formy atletyki terenowe. Wykazanie walorów rekreacyjnych najbliższej okolicy.	Rozwijanie orientacji w terenie poprzez bieg.	Zabawowe formy atletyki terenowej i wykazanie walorów rekreacyjnych najbliższej okolicy.	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Koszykarska liga „Radwan Sport” koszykówka. Organizator Straż Miejska. Piłka nożna klas 1-3.			

Szkoła Podstawowa nr 31- sp31@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„ Aktywna świetlica ” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Realizujemy idee patrona szkoły „Ruch to zdrowie” zabawy na boisku szkolnym.	Zabawy ruchowe z chustą i tunelem klanza w ogrodzie szkolnym.	Integracyjne zabawy ruchowe w ogrodzie szkolnym i na boisku szkolnym.	TAK

„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Chłopcy z klasy piłkarskiej w soboty rozgrywają mecz w różnych miejscach w zależności od przeciwnika. Aktywne spędzanie długich przerw międzylekcyjnych na boisku szkolnym i w ogrodzie szkolnym.	Chłopcy z klasy piłkarskiej w soboty rozgrywają mecz w różnych miejscach w zależności od przeciwnika. Aktywne spędzanie długich przerw międzylekcyjnych na boisku szkolnym i w ogrodzie szkolnym.	Aktywne spędzanie długich przerw międzylekcyjnych na boisku szkolnym i w ogrodzie szkolnym.	TAK
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Zajęcia sportowe w Parku Jordana w ramach zajęć sportowych w klasach sportowych oraz zajęć wychowania fizycznego w klasach ogólnych 1 raz w tygodniu po 2-3 godziny. Zajęcia z lekkoatletyki z wykorzystaniem bieżni tartanowej oraz piaskownicy do skoku w dal. Zespołowe gry sportowe z wykorzystaniem boisk sportowych: piłka nożna, siatkówka, koszykówka, piłka ręczna. zajęcia sportowe z wykorzystaniem sprzętu kołowego: deskorolki, rolki i hulajnogi w wyznaczonych miejscach w parku.	Zajęcia sportowe w Parku Jordana w ramach zajęć sportowych w klasach sportowych oraz zajęć wychowania fizycznego w klasach ogólnych 1 raz w tygodniu po 2-3 godziny. Zajęcia z lekkoatletyki z wykorzystaniem bieżni tartanowej oraz piaskownicy do skoku w dal. Zespołowe gry sportowe z wykorzystaniem boisk sportowych: piłka nożna, siatkówka, koszykówka, piłka ręczna. zajęcia sportowe z wykorzystaniem sprzętu kołowego: deskorolki, rolki i hulajnogi w wyznaczonych miejscach w parku.	Zajęcia sportowe w Parku Jordana w ramach zajęć sportowych w klasach sportowych oraz zajęć wychowania fizycznego w klasach ogólnych 1 raz w tygodniu po 2-3 godziny. Zajęcia z lekkoatletyki z wykorzystaniem bieżni tartanowej oraz piaskownicy do skoku w dal. Zespołowe gry sportowe z wykorzystaniem boisk sportowych: piłka nożna, siatkówka, koszykówka, piłka ręczna. zajęcia sportowe z	

	Treningi biegowe, kształtowanie wytrzymałości biegowej z wykorzystaniem Błoń krakowskich.	Treningi biegowe, kształtowanie wytrzymałości biegowej z wykorzystaniem Błoń krakowskich.	wykorzystaniem sprzętu kołowego: deskorolki, rolki i hulajnogi w wyznaczonych miejscach w parku. Treningi biegowe, kształtowanie wytrzymałości biegowej z wykorzystaniem Błoń krakowskich.	
--	---	---	--	--

Szkoła Podstawowa nr 37 - sp37krakow@gazeta.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Gry i zabawy rekreacyjne na boisku wielofunkcyjnym małym w godz. 12.30 -16.30 – wg. harmonogramu pracy świetlicy (np. zajęcia z MOS – piłka nożna).	Gry i zabawy rekreacyjne na boisku wielofunkcyjnym małym w godz. 12.30 - 16.30 – wg. harmonogramu pracy świetlicy (np. zajęcia z MOS – piłka nożna).	Gry i zabawy rekreacyjne na boisku wielofunkcyjnym małym w godz. 12.30 -16.30 – wg. harmonogramu pracy świetlicy (np. zajęcia z MOS – piłka nożna).	Boisko wielofunkcyjne – stan techniczny – prawidłowy. Stan techniczny sali gimnastycznej – prawidłowy.

„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	- „Akademia siatkówki dziewcząt i chłopców klas 4-8 szkół podstawowych –raz w tygodniu 1,5 godz. - Aerobic dla rodziców i nauczycieli– dwa razy w tygodniu po 1 godz. - Siatkówka nauczycieli i rodziców- wspólne granie –raz w tygodniu.	Dzień Dziecka- 01.06.2022 r. –sportowa impreza całej szkoły z udziałem Rodziców. - Akademia siatkówki dziewcząt i chłopców klas 4-8 szkół podstawowych – raz w tygodniu 1,5 godz. - Aerobic dla rodziców i nauczycieli– dwa razy w tygodniu po 1 godz. - Siatkówka nauczycieli i rodziców- wspólne granie – raz w tygodniu.	- Akademia siatkówki dziewcząt i chłopców klas 4-8 szkół podstawowych – raz w tygodniu 1,5 godz. - Sportowy Piknik Rodzinny organizowany przez Radę Rodziców i SP nr 37. - Międzynarodowy Dzień Sportu- piłka nożna. - Aerobic dla rodziców i nauczycieli– dwa razy w tygodniu po 1 godz. - Siatkówka nauczycieli i rodziców- wspólne granie –raz w tygodniu.	Boisko wielofunkcyjne – stan techniczny – prawidłowy. Stan techniczny sali gimnastycznej –prawidłowy.
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja czwartej godziny oraz sportowych zajęć świetlicowych , także zielonych lekcji w terenie na terenach rekreacyjnych Zalewu Nowohuckiego.	Realizacja czwartej godziny oraz sportowych zajęć świetlicowych , także zielonych lekcji w terenie na terenach rekreacyjnych Zalewu Nowohuckiego.	Realizacja czwartej godziny oraz sportowych zajęć świetlicowych , także zielonych lekcji w terenie na terenach rekreacyjnych Zalewu Nowohuckiego.	Nie dotyczy
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	-Turniej Mini koszykówki o Puchar Dyrektora SP nr 37 w Krakowie dziewcząt i chłopców klas 4. - Szybki jak wiatr – biegi sprinterskie klas 1-3 – Mistrzostwa SP nr 37 w klasach.	-Powitanie lata – turniej siatkarski dziewcząt i chłopców klas 7- 8. - Liga szkolna –o tytuł najsprawniejszej klasy.	Turniej Mini koszykówki o Puchar Dyrektora SP nr 37 w Krakowie dziewcząt i chłopców klas 5. - Liga szkolna –o tytuł najsprawniejszej klasy	Boisko wielofunkcyjne małe – stan techniczny – prawidłowy. Stan techniczny sali gimnastycznej –prawidłowy.

	- Liga szkolna –o tytuł naj-sprawniejszej klasy			
--	---	--	--	--

Szkoła Podstawowa nr 39– sp39@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Każdego dnia, jeśli tylko pogoda pozwala, dzieci wychodzą na szkolne boiska i do ogrodu.	Każdego dnia, jeśli tylko pogoda pozwala, dzieci wychodzą na szkolne boiska i do ogrodu.	Każdego dnia, jeśli tylko pogoda pozwala, dzieci wychodzą na szkolne boiska i do ogrodu.	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	Program Stars „Rowerem do szkoły”. Wszystkie długie przerwy dzieci spędzają w szkolnym ogrodzie i na boiskach szkolnych.	Wszystkie długie przerwy dzieci spędzają w szkolnym ogrodzie i na boiskach szkolnych.	Wszystkie długie przerwy dzieci spędzają w szkolnym ogrodzie i na boiskach szkolnych.	TAK

na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
---	--	--	--	--

Szkoła Podstawowa nr 48 - sp48kr@wp.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia ruchowe ogólnorozwojowe na boisku szkolnym (gry integracyjne oraz zespołowe).	Ćwiczenia na siłowni na zewnątrz Szkoły. Sportowy Dzień Dziecka.	Gry i zabawy dynamiczne na boisku. Rekreacja na szkolnym placu zabaw.	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	Gimnastyka korekcyjna na boisku szkolnym. Zabawy taneczne (zumba itp.). Zajęcia z elementami fitness.	Wyjścia na spacer w ramach poznawania okolicznych atrakcji (Las Wolski, Kopiec Piłsudzkiego, Zoo). „Dzień Sportu”.	Rozgrzewki ogólnorozwojowe w formie dynamicznej. Międzyklasowe zawody w grach zespołowych.	TAK

na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja godzin z wychowania fizycznego na okolicznych terenach zielonych.	Prowadzenie zajęć wychowania fizycznego przez uczniów (w grupach) na sali gimnastycznej oraz boisku szkolnym z wykorzystaniem sprzętu sportowego.	Wycieczki mające na celu lepsze poznawanie okolicy, a także miasta i terenów nieopodal.	TAK
„Zostaw kompa, weźże piłkę!” – dofinansowanie szkół w zakresie zakupu drobnego sprzętu sportowego (piłki, skakanki, hula-hop i inne) - wykorzystanie środków na doposażenie pracowni przedmiotowych.	Uczniowie korzystają bez ograniczeń z obiektów szkolnych podczas zajęć oraz w godzinach popołudniowych.	Zajęcia pozalekcyjne z różnych dyscyplin sportowych (piłka nożna, siatkówka, piłka ręczna).	Zajęcia lekkoatletyczne na boisku oraz bieżni przy szkole.	TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	-	-	Chęć zorganizowania zawodów i zaproszenia uczniów z pobliskich szkół.	TAK

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ, CZERWIEC, WRZESIEŃ			Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Każdego dnia, gdy sprzyja pogoda, w wymiarze 2 godzin dziennie, w ramach zajęć świetlicowych, doskonalimy motorykę, zaspokajając naturalną potrzebę ruchu u dzieci, poprzez pobyt na powietrzu. Gry i zabawy ruchowe z wykorzystaniem wyposażenia ogrodu i boiska szkolnego, obserwacje przyrodnicze.			TAK
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy	- Święto Szkoły organizowane w sobotę, promujące społeczność szkolną w środowisku lokalnym. Rozgrywki	- Sportowy Rajd o puchar dyrektora szkoły organizowany przez dwa dni.	Organizowanie darmowych biletów dla uczniów i opiekunów na zawody sportowe m.inn. siatkarskie	

z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	sportowe pomiędzy reprezentacjami nauczycieli, uczniów i rodziców. - Sobotnia wycieczka do Salezjańskich Wiosek Świata organizowana w sobotę, dla dzieci z oddziałów przygotowawczych, które przybyły z Ukrainy. Zawsze gdy sprzyja pogoda nauczyciel dyżurujący na parterze zabiera uczniów do ogrodu szkolnego w ramach aktywnych przerw.	- Wycieczka jednodniowa w ramach Dnia Dziecka dla dwóch klas. - Edukacyjno – integracyjne wycieczki rowerowe po Krakowie i Kazimierzu połączone np. ze zwiedzaniem Teatru im. J. Słowackiego. Od maja do września przewidziane są 2 aktywne przerwy w ciągu dnia.	czy Amp Futbol Polska. Dziennie uczniowie mają do dyspozycji 3 przerwy 15 minutowe, podczas których przebywają pod opieką nauczyciela wf na sali gimnastycznej, aby pograć w gry drużynowe. Jedną przerwą piłka koszykowa, siatkowa oraz nożna.	
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	- Wf na kręgielni – bowling. - Wf w terenie – treningi fitness na siłowni zewnętrznej Kampusu UJ.	- Lekcja wf – u na trampolinach. Trening parkour w gojump Kraków.	- Rozrywka na WYSOKIM poziomie! – wf w parku linowym.	

	- Małe zabawy biegowe w ramach wf z wykorzystaniem miejskiego placu zabaw oraz skate parku. - Udział w programie STARS oraz akcjach Rowerowy Maj.	- Spacerzy po okolicy w czasie lekcji wf: Fort Bodzów, Park Skały Twardowskiego, Podgórki Tynieckie, Zakrzówek. - Wf na rowerach – ok 2 godzinne wycieczki na Kolną i do Tyńca pod klasztor.	- Biegi przełajowe w terenie leśnym.	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.			Międzyszkolny Turniej Tenisa Stołowego dla szkół szlaku Tynieckiego oraz Ligii VIII Dzielnic.	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zdrowsi i sprawniejsi – zajęcia rozwijające ogólną sprawność ruchową; udział w indywidualnych konkurencjach sprawnościowych.	Biegniemy po zdrowie – udział w drużynowych zawodach w plenerze.	Integrujące zabawy ruchowe – wspólne zabawy mające na celu wzajemne zapoznanie się i integrację	Tak
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Szkola na rowerze – organizacja wycieczek rowerowych Rowerowy Maj – udział w kampanii rowerowej	Dzień Dziecka na sportowo – organizacja zawodów indywidualnych i drużynowych Maraton Osiemdziesiątki – organizacja maratonu dla uczniów i nauczycieli w różnych kategoriach wiekowych	Wstań i tańcz – organizacja tanecznych przerw; nauka tańców integracyjnych oraz układów dyskotekowych Weź kije i rusz z nami – organizacja lekcji WF z wykorzystaniem kijków nordic walking	Tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		„Złap formę po pandemii” – organizacja turnieju międzyprzedszkolnego		Tak

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Gry zespołowe: „Dwa Ognie” itp., Rzuty do celu – „Mini Koszykówka”. Gry bieżne w rzędach z szarfami.	Piłka nożna – turniej klas trzecich. Zabawy skoczne – gry w klasy z woreczkami, „zbijany” – nauka łapania.	Zabawy ruchowe integracyjne np. „ zgadnij kim jesteś”, zabawy ze skakankami i obręczami.	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Zajęcia ruchowe podczas przerw międzylekcyjnych. Szkolny turniej piłki nożnej. Sportowy miting integracyjny z ZSS nr 4.	Zajęcia ruchowe podczas przerw międzylekcyjnych. Dzień dziecka na sportowo. Szkolny dzień sportu.	Zajęcia ruchowe podczas przerw międzylekcyjnych. Aktywna sobota na rowery.	TAK

Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Dzielnicowy Turniej międzyszkolny w piłkę nożną.		Wielobój lekkoatletyczny.	TAK
--	--	--	---------------------------	-----

Szkoła Podstawowa nr 97–sp97@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych.	„Każdy dzień w świetlicy w ruchu”. Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw/ sale gimnastyczne. <u>I. Aktywny tydzień:</u> 1. Poniedziałek „zabawowy” - zabawy skoczne z użycie skakanek, gum, piłek.	„Każdy dzień w świetlicy w ruchu”. Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw/ sale gimnastyczne. <u>I. Aktywny tydzień:</u> 1. Poniedziałek „zabawowy” - zabawy skoczne z użycie skakanek, gum, piłek.	„Każdy dzień w świetlicy w ruchu”. Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw/ sale gimnastyczne. <u>I. Aktywny tydzień:</u> 1. Poniedziałek „zabawowy” - zabawy skoczne z użycie skakanek, gum, piłek.	TAK

	2. Wtorek „wyścigowy”- wyścigi z torami przeszkód. 3. Środa „taneczna” - gimnastyka przy muzyce, układy gimnastyczne / choreografie taneczne, elementy regionalne z przyborami, ćwiczenia fitness. 4. Czwartek „rozgrywkowy” - gry zespołowe i indywidualne: koszykówka, siatkówka, piłka nożna, badminton, tenis stołowy.	2. Wtorek „wyścigowy”- wyścigi z torami przeszkód. 3. Środa „taneczna” - gimnastyka przy muzyce, układy gimnastyczne / choreografie taneczne, elementy regionalne z przyborami, ćwiczenia fitness. 4. Czwartek „rozgrywkowy” -gry zespołowe i indywidualne: koszykówka, siatkówka, piłka nożna, badminton, tenis stołowy. <u>II. Turnieje sportowe:</u> <i>„Letni dzień sportu”</i> – wyścigi indywidualne i drużynowe – tory przeszkód – rozrywki piłkarskie, w tenisie stołowym, badmintonie. III. Opracowanie tablicy wyników/ zestawienie osiągnięć sportowych uczniów.	2. Wtorek „wyścigowy”- wyścigi z torami przeszkód. 3. Środa „taneczna” - gimnastyka przy muzyce, układy gimnastyczne / choreografie taneczne, elementy regionalne z przyborami, ćwiczenia fitness. 4. Czwartek „rozgrywkowy” - gry zespołowe i indywidualne: koszykówka, siatkówka, piłka nożna, badminton, tenis stołowy. <u>II. Turnieje sportowe:</u> <i>„Jesienny dzień sportu”</i> – wyścigi indywidualne i drużynowe – tory przeszkód – rozrywki piłkarskie, w tenisie stołowym, badmintonie. III. Opracowanie tablicy wyników/ zestawienie osiągnięć sportowych uczniów.	
--	--	---	---	--

„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Miejsce: boiska, bieżnie, place zabaw/ sale gimnastyczne. Wyjścia podczas przerw lekcyjnych.	1. Dzień dziecka na sportowo w Parku Maćka i Doroty - podchody, gry i zabawy integracyjne. 2. Szkolny Tydzień Sportu - skok w dal, biegi indywidualne, biegi sztafetowe, piłka siatkowa, dwa ognie, koszykówka, piłka nożna. 3. Wyjścia na boiska szkolne podczas przerw lekcyjnych.	1. Spartakiada Jesienna : gry zespołowe, sporty indywidualne. 2. Biegi Przełajowe indywidualne i sztafety klasowe. 3. Rodzinny Festyn na terenie szkoły. 4. Wyjścia na boiska szkolne podczas przerw lekcyjnych.	TAK
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.		1. Gry terenowe i marszobiegi w parku. 2. Wyjścia na Orlik. 3. Zajęcia na boiskach szkolnych. 4. Wyjścia na osiedlowe siłownie zewnętrzne.	1. Gry terenowe i marszobiegi w parku. 2. Wyjścia na Orlik. 3. Innowacyjne zajęcia z wychowania fizycznego: sporty rakietowe (tenis ziemny, tenis stołowy, badminton, speedball) 4. Wyjścia na osiedlowe siłownie zewnętrzne. 5. Turnieje międzyszkolne.	TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Turniej międzyszkolny organizowane we współpracy z firmą Radwa Sport.	Turniej tenisa we współpracy z firmą Sport Maniacs.	Turnieje międzyszkolne organizowane przez Radę Dzielnicy X i Straż Miejską i Radę Rodziców.	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Organizacja zajęć sportowych w ramach zajęć świetlicowych.	Organizacja zajęć sportowych w ramach zajęć świetlicowych.	Organizacja zajęć sportowych w ramach zajęć świetlicowych.	tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Udział w programie „ Rowerowy maj”. Udział w wycieczkach w ramach programu „STARS”. Dzień Sportu. „Aktywna Stojedynka”- projekt całoroczny.	Udział w wycieczkach w ramach programu „STARS”. Dzień Sportu. „Rodzinny Turniej Piłki Ręcznej” – Festyn Rodzinny. „Aktywna Stojedynka”- projekt całoroczny.	„Maraton na raty”.	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap	Udział w Krakowskiej Olimpiadzie Młodzieży.	Udział w Krakowskiej Olimpiadzie Młodzieży.	Udział w Krakowskiej Olimpiadzie Młodzieży.	

formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.				
---	--	--	--	--

Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 105 – sp105@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	1. Rozwijające zajęcia sportowe – aktywność ruchowa dzieci w oparciu o gry i zabawy ruchowe z elementami mini gier zespołowych.	1. Rozwijające zajęcia sportowe – aktywność ruchowa dzieci w oparciu o gry i zabawy ruchowe z elementami mini gier zespołowych.	1. Rozwijające zajęcia sportowe – aktywność ruchowa dzieci w oparciu o gry i zabawy ruchowe z elementami mini gier zespołowych.	TAK
	2. Gimnastyka poranna 7 ³⁰ -7 ⁴⁵ .	2. Gimnastyka poranna 7 ³⁰ -7 ⁴⁵ .	2. Gimnastyka poranna 7 ³⁰ -7 ⁴⁵ .	TAK
	3. Zabawy muzyczno – ruchowe w oparciu o program do nauki tańca Just Dance.	3. Zabawy muzyczno – ruchowe w oparciu o program do nauki tańca Just Dance.	3. Zabawy muzyczno – ruchowe w oparciu o program do nauki tańca Just Dance.	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktyw-	1. Gimnastyka korekcyjna dla uczniów kl. 1-2. 2. Wycieczki rowerowe dla dzieci i rodziców w ramach	1. Gimnastyka korekcyjna dla uczniów kl. 1-2	1. Gimnastyka korekcyjna dla uczniów kl. 1-2 2.Wycieczki rowerowe dla dzieci i rodziców w ramach	TAK

ności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	kółka rowerowego – uczymy się poruszania zgodnie z przepisami ruchu drogowego, zdobywamy Kartę Rowerową. 3. Ogólnopolska Kampania „Rowerowy Maj”- aktywizacja dzieci i młodzieży do zrównoważonego transportu rowerowego. Koordynatorem jest STARS - rowerem do szkoły. 4. Zajęcia z tenisa stołowego – szkolimy się indywidualnie przy pomocy robota tenisowego. 5. „Słoneczna Olimpiada” o Puchar Dyrektora SPZOI 105 w Krakowie - zawody sportowe dla dzieci z przedszkoli nowohuckich w oparciu o gry i zabawy ruchowe. 6. Liga międzyklasowa w grach i zabawach dla uczniów kl. 1-3 6. „Tydzień dla serca” - Działania wielokierunkowe promujące zdrowy styl życia pod hasłem „Rusz się”: a/ przerwy na sportowo na świeżym powietrzu b/ quizy wiedzy o zdrowiu i prawidłowym odżywianiu c/ w ramach lekcji wychowawczych: promocja Krakowa pod względem infrastruktury rekrea-	2.Wycieczki rowerowe dla dzieci i rodziców w ramach kółka rowerowego – poznajemy infrastrukturę rowerową naszej dzielnicy i miasta. 4. Zajęcia z tenisa stołowego – szkolimy się indywidualnie przy pomocy robota tenisowego. 5. Sportowy Dzień Dziecka dla kl. 4-8 – impreza sportowa podsumowująca cały rok szkolny. 6. Zawody sportowe dla uczniów kl.1-3 w ramach obchodów Dnia Dziecka - „Młodzi Sportowcy”. 7. Turniej piłki nożnej chłopców o tytuł Mistrza Szkoły. 8. Fitness dla nauczycieli i rodziców. 9. Aktywne przerwy na świeżym powietrzu lub hali sportowej.	kółka rowerowego – poznamy infrastrukturę rowerową naszej dzielnicy i miasta. 3. „Jesienna Kampania Rowerowa” - zachęcanie dzieci do aktywnego sposobu przyjeżdżania do szkoły. 4. Zajęcia z tenisa stołowego – mała rywalizacja indywidualna. 5. „Idź na spacer z kijami” - zajęcia nordic walking w terenie skierowane do nauczycieli, rodziców i dzieci. 6. Fitness dla nauczycieli i rodziców. 7. Aktywne przerwy na świeżym powietrzu lub hali sportowej. 8. Wycieczki – Wieliczka „Noc w Wieliczce”.	TAK TAK TAK
---	---	--	---	----------------------------------

	cyjnej, propozycje terenów wycieczkowych w naszym mieście d/ realizacja lekcji programowych poza budynkiem szkoły. 7. Turniej koszykówki chłopców o tytuł Mistrza Szkoły. 8. Fitness dla nauczycieli i rodziców.			
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	1. Pracujemy nad kondycją na siłowniach zewnętrznych oraz ścieżkach zdrowia przy Zalewie Nowohuckim.	1. Pracujemy nad kondycją na siłowniach zewnętrznych oraz ścieżkach zdrowia przy Zalewie Nowohuckim. 2. Aktywność ruchowa z wykorzystaniem infrastruktury rekreacyjno – sportowej przy Zalewie Nowohuckim.	1. „Uczeń trenerem” – przeszkolenie grupy uczniów do prowadzenia gimnastyki śródlekcyjnej w swojej klasie. 2. Pracujemy nad kondycją na siłowniach zewnętrznych oraz ścieżkach zdrowia przy Zalewie Nowohuckim. 3. Nordic walking na ścieżkach wokół Zalewu Nowohuckiego.	TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	1. „Nowohucki Szkolny Przejazd Rowerowy z Jajem”- impreza międzyszkolna organizowana ze Stowarzyszeniem STARS.		1. Międzyszkolny Indywidualny Turniej w Tenisie Stołowym dla Amatorów o puchar Prezydenta Miasta Krakowa. (lub o Puchar Dyrektora SPZOI nr 105 w Krakowie).	TAK

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Gry i zabawy z wykorzystaniem dostępnej infrastruktury- bieżnia, boisko do gry w piłkę nożną i koszykową (rzut piłką do celu, bieg z przeszkodami, bieg na czas na bieżni, gra w kręgle, rzuty do kosza, rzuty do celu piłką z obręczami, hula hop).	Zawody sportowe z wykorzystaniem tunelu. Mecz piłki nożnej. Zabawy z chustą animacyjną. Bicie świetlicowych rekordów (skoki na skakance ,kapki, odbijanie piłki, skok w dal, kozłowanie).	Pomoc studentów AWF w prowadzeniu zabaw ruchowych na świeżym powietrzu dla dzieci ze świetlicy szkolnej. Realizacja zadań zaplanowanych w maju i czerwcu.	TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Rozgrywki minikoszykówki „Kinder Joy o f moving 2022” Aktywne przerwy międzylekcyjne w budynku szkolnym i na boisku	Festyn promujący szkołę Organizacja zawodów międzyklasowych i rodzinnych	Familiada Dzielnicy XII Aktywne przerwy międzylekcyjne w budynku szkolnym i na boisku	TAK

		Aktywne przerwy międzylekcyjne w budynku szkolnym i na boisku		
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Międzyszkolny turniej interdyscyplinarny „Biegniemy z matematyką w świat przyrody”.	Dzień Dziecka na sportowo.	Familiada Dzielnic XII.	TAK

Szkoła Podstawowa nr 126 - sp126@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	- program WF z AWF - aktywny powrót do szkoły, - Turniej Tenisa Stołowego – 14 V 2022r. - gry i zabawy z całego świata, - aktywne przerwy międzylekcyjne z tenisem stołowym,	- program WF z AWF - aktywny powrót do szkoły.	- program WF z AWF - aktywny powrót do szkoły.	TAK

na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	- zabawa rowerowa w ramach projektu STARS, - podchody z QR w Parku Tysiąclecia.			
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	- program WF z AWF - aktywny powrót do szkoły.	- program WF z AWF - aktywny powrót do szkoły.	- program WF z AWF - aktywny powrót do szkoły, - wycieczka rowerowa do Tyńca.	TAK
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		Organizacja we współpracy z Dzielnicą XV dnia sportu – zasady fair play.		

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły	- mecze piłkarskie (chłopcy z kl. 1-3, sala gim.), - “zapoznanie z żeglowaniem” (spotkanie z instruktorem żeglarstwa i zajęcia przybliżające tematykę,	- mecze piłkarskie (chłopcy z kl.1-3,sala gim.), - zabawy na świeżym powietrzu (zachęta do aktywności poprzez ćwiczenia i zabawę - gry	- mecze piłkarskie (chłopcy z kl.1-3, sala gim.	TAK

prorowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych	aktywnego wypoczynku na wodzie).	zręcznościowe, zabawy i ćwiczenia fizyczne), - <i>Wyluzuj się</i> - ćwiczenia pomagające rozładować napięcie emocjonalne.	- <i>Wyluzuj się</i> - ćwiczenia pomagające rozładować napięcie emocjonalne.	
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Wyjazd na zieloną szkołę klasy 2 i 4 - w programie gra terenowa, wycieczki górskie, zabawy na świeżym powietrzu. Klasa 7b, 8a, 8b - wycieczka do Pszczyny. Ogród doświadczeń - 8b. Aktywne przerwy międzylekcyjne- zabawy integracyjne, relaksacyjne, wyciszające, ćwiczenia oddechowe.	Wyjazd jednodniowy lub 3 dniowy klasa 8a 8b, 7b-gra terenowa w Krynicy. Klasa 7a - gra terenowa w Krakowie. Wycieczka do Zoo w Krakowie - kl.1. Aktywne przerwy międzylekcyjne- zabawy integracyjne, relaksacyjne, wyciszające, ćwiczenia oddechowe .	Aktywne przerwy międzylekcyjne- zabawy integracyjne, relaksacyjne, wyciszające, ćwiczenia oddechowe. Piesze wycieczki terenowe.	TAK

		Dzień dziecka na sportowo.		
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja 3 i 4 godziny wf w oddziałach klasowych, W razie sprzyjającej pogody zajęcia na placu sportowym lub boisku.	Realizacja 3 i 4 godziny wf w oddziałach klasowych, W razie sprzyjającej pogody zajęcia na placu sportowym lub boisku.	Realizacja 3 i 4 godziny wf w oddziałach klasowych, W razie sprzyjającej pogody zajęcia na placu sportowym lub boisku.	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Uczestnictwo w lidze dzielnicy VIII, Majowy piknik sportowy.	Uczestnictwo w lidze dzielnicy VIII, Dzień dziecka na sportowo.	Uczestnictwo w lidze dzielnicy VIII, zawody sportowe organizowane przez Straż Miejską w Krakowie.	

Szkoła Podstawowa nr 148 – sp148@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	12.05.22 r. godz. 13.45 „Zajęcia sportowo-rekreacyjne na boiskach szkolnych” 20.05.22 r. godz. 12:30 „Magiczna Zumba w plenerze”	02.06.22 r. godz. 12.30 „Zajęcia sportowo-rekreacyjne na boiskach szkolnych” 09.06.22 r. godz. 13.45 „Zajęcia sportowo-rekreacyjne na boiskach szkolnych” 10.06.22 r. godz. 12.30 „Piłka nożna na powietrzu - zajęcia sportowo-rekreacyjne”	23.09.22 r. godz. 15.30 „Zajęcia sportowo-rekreacyjne na boiskach szkolnych”	Tak

„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	17.05.22 r. godz. 17.30 „Wiosenna Zumba w rytmie Żabiej” – zajęcia na świeżym powietrzu”	08.06.22 r. godz. 16.30 „Pokaż co potrafisz – piłka nożna dzieciaki z rodzicami - zajęcia dla uczniów z klas 4-6 SP i rodziców” 13.06.22 r. godz. 16.45 „Rodzinny Turniej Piłki Nożnej”	16.09.22 r. godz. 17.00 „Rodzinna Siatkówka na Żabiej”	
---	---	---	---	--

Szkoła Podstawowa nr 149 - sp149@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Każdorazowo podczas sprzyjającej pogody zajęcia odbywają się na terenach szkolnych.	Każdorazowo podczas sprzyjającej pogody zajęcia odbywają się na terenach szkolnych.	Każdorazowo podczas sprzyjającej pogody zajęcia odbywają się na terenach szkolnych.	Tak

„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Olik szkolny udostępniony w ramach programu „Lokalny animator sportu” w soboty 09.00-21.00. Tereny boisk szkolnych udostępnione dla społeczności osiedla każdego dnia 15.00-21.00 oraz w soboty i niedziele. Ogród sensoryczny udostępniony poniedziałek-piątek 14.00-20.00.	Dzień dziecka dla uczniów – organizacja boisko szkolne Orlik. Olik szkolny udostępniony w ramach programu „Lokalny animator sportu” w soboty 09.00-21.00. Tereny boisk szkolnych udostępnione dla społeczności osiedla każdego dnia 15.00-21.00 oraz w soboty i niedziele. Ogród sensoryczny udostępniony poniedziałek-piątek 14.00-20.00.	Olik szkolny udostępniony w ramach programu „Lokalny animator sportu” w soboty 09,00-21,00. Tereny boisk szkolnych udostępnione dla społeczności osiedla każdego dnia 15.00-21.00 oraz w soboty i niedziele. Ogród sensoryczny udostępniony poniedziałek-piątek 14.00-20.00.	Tak
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Zajęcia wf w formie spacerów do pobliskiego parku, korzystanie z przyrządów do ćwiczeń w terenie.	Zajęcia wf w formie spacerów do pobliskiego parku, korzystanie z przyrządów do ćwiczeń w terenie.	Zajęcia wf w formie spacerów do pobliskiego parku, korzystanie z przyrządów do ćwiczeń w terenie.	Tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.			Turniej piłki siatkowej przy współpracy Rady dzielnicy XI Zawody koszykówki we współpracy z Radwan-Sport i Politechniką Krakowską.	Tak

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	- zajęcia ruchowe na boisku, bieżni, - ćwiczenia przy muzyce, - zajęcia bieżne na sali Gimnastycznej.	- zabawy z piłką w plenerze, - gry z elementami mini piłki nożnej, siatkowej, koszykowej, ręcznej, - tańce na wesoło.	- sportowe pożegnanie lata, - zajęcia rozwijające koordynację.	Tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	- fitness przy muzyce, - turniej badmintona, - wycieczki rowerowe.	- gry zręcznościowe, - turniej piłki nożnej- Sportowy Dzień Dziecka, - mecz nauczycieli z uczniami klas ósmych, - zajęcia taneczne – latino.	- turniej zbijaka dla uczniów klas czwartych, - przeciąganie liny – konkurs międzyklasowy.	Tak

na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	- wycieczki rowerowe, - wykorzystanie terenów znajdujących się w pobliżu szkoły- Park AWF- wycieczki, piesze wędrówki.	- biegi w parku AWF.		Tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.			- Biznes ran - bieg na 5 km, - Turniej piłkarski.	Tak

Zespoły szkół ogólnokształcących

Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 9
(Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 128 i XXIII Liceum Ogólnokształcące) - zso9@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Turnieje sportowe – piłkarzyki i ping pong.	Dzień Sportu w SP i LO.		
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy	Szkolne koło geograficzne – sobotnie wyjazdy w góry.	Rajd wiosenny dla SP i LO – Krzemionki.	Rajd jesienny dla SP i LO – Lasek Wolski.	

z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Biegi przełajowe w Parku Lotników.	Rajd rowerowy.		
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Mała Olimpiada dla przedszkoli z III Dzielnic.		Bieg im. Skarżyńskiego w ramach współpracy z III Dzielnicą.	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia ruchowe w ramach działania świetlicy na terenie boisk szkolnych z wykorzystaniem sprzętu sportowego: piłek, paetek, skakanek, hula hop. Gry zręcznościowe. Korzystanie z sali gimnastycznej.	Zajęcia ruchowe w ramach działania świetlicy na terenie boisk szkolnych z wykorzystaniem sprzętu sportowego: piłek, paetek, skakanek, hula hop. Gry zręcznościowe. Korzystanie z sali gimnastycznej.	Zajęcia ruchowe w ramach działania świetlicy na terenie boisk szkolnych z wykorzystaniem sprzętu sportowego: piłek, paetek, skakanek, hula hop. Gry zręcznościowe. Korzystanie z sali gimnastycznej.	Tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) –	LO – wolontariat na sportowo „Cracovia Maraton”.			

na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Aktywne przerwy międzylekcyjne dla uczniów klas licealnych.	Aktywne przerwy międzylekcyjne dla uczniów klas licealnych.	Aktywne przerwy międzylekcyjne dla uczniów klas licealnych.	
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny WF z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia WF poza szkolnymi boiskami.	LO - Wykorzystanie pobliskich terenów zielonych – bulwarów wiślanych i nad Rudawą na lekcje WF w terenie: biegi, marszobiegi, Nordic Walking. SP- zajęcia na pływalni Kolna, spacer w okolicach Bulwarów Wiślnych	LO -Prowadzenie zajęć z WF na terenach sportowo-rekreacyjnych MOS przy placu na Groblach, Park Jordana, Błonia. SP- zajęcia na pływalni Kolna, spacer w okolicach Bulwarów Wiślnych	LO - Spacer na Kopiec Krakusa i Piłsudskiego. SP- zajęcia na pływalni Kolna, spacer w okolicach Bulwarów Wiślnych.	

Samorządowe licea ogólnokształcące

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia pozalekcyjne sportowo-rekreacyjne: - piłka siatkowa - piłka koszykowa - piłka nożna - cheerleaders - inne /zależnie od zainteresowania uczniów/.	Zajęcia pozalekcyjne sportowo-rekreacyjne: - piłka siatkowa - piłka koszykowa - piłka nożna - cheerleaders - inne /zależnie od zainteresowania uczniów/.	Zajęcia pozalekcyjne sportowo-rekreacyjne: - piłka siatkowa - piłka koszykowa - piłka nożna - cheerleaders - inne /zależnie od zainteresowania uczniów/.	tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) –	Szkolne zawody sportowe: - wyciskanie sztangi - podciąganie na drążku - Liga Wioślarska - /kwiecień/ zrealizowano: szkolne zawody sportowe: Piłka Siatkowa 3+3 /140	Szkolne zawody sportowe: - wyciskanie sztangi - podciąganie na drążku.	Szkolne zawody sportowe: - wyciskanie sztangi - podciąganie na drążku - Turniej Piłki Nożnej VILO - Turniej Tenisa Stołowego.	tak

na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	uczniów/, Piłka nożna – VILO CUP /60 uczniów/, Strong Man i Strong Women.			
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja PP z wychowania fizycznego: Lekkoatletyka terenowa – marsze, marszobiegi. Gry i zabawy terenowe. Siłownie plenerowe. (bulwary wiślane, KS Korona, Park Bednarskiego, Planty im. Floriana Nowackiego).	Realizacja PP z wychowania fizycznego: Lekkoatletyka terenowa – marsze, marszobiegi. Gry i zabawy terenowe. Siłownie plenerowe. (bulwary wiślane, KS Korona, Park Bednarskiego, Planty im. Floriana Nowackiego).	Realizacja PP z wychowania fizycznego: Lekkoatletyka terenowa – marsze, marszobiegi. Gry i zabawy terenowe. Siłownie plenerowe. (bulwary wiślane, KS Korona, Park Bednarskiego, Planty im. Floriana Nowackiego).	tak

XV Liceum Ogólnokształcące – _lo15@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?

„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Aktywne przerwy międzylekcyjne – co drugi dzień w tygodniu po 2 przerwy.	Aktywne przerwy międzylekcyjne – co drugi dzień w tygodniu po 2 przerwy. Organizacja „Biegu po zdrowie”- 01.06.2022 r – we współpracy z radą rodziców w pobliskim Parku Jerzmanowskich.	Aktywne przerwy międzylekcyjne – co drugi dzień w tygodniu po 2 przerwy.	
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja zajęć z wychowania fizycznego w ramach lekcji z wykorzystaniem terenów w pobliskim Parku Jerzmanowskich i Parku Lili Wenedy- organizacja marszobiegu z atletyki terenowej i biegów.	Realizacja zajęć z wychowania fizycznego w ramach lekcji z wykorzystaniem terenów w pobliskim Parku Jerzmanowskich i Parku Lili Wenedy- organizacja marszobiegu z atletyki terenowej i biegów.	Realizacja zajęć z wychowania fizycznego w ramach lekcji z wykorzystaniem terenów w pobliskim Parku Jerzmanowskich i Parku Lili Wenedy- organizacja marszobiegu z atletyki terenowej i biegów.	

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie? TAK
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	W ramach aktywnych przerw międzylekcyjnych organizowane są rozgrywki tenisa stołowego oraz rywalizacja w piłkarzyki stołowe. Udział w ogólnodostępnych zawodach sportowych i Licealiadzie.	W ramach aktywnych przerw międzylekcyjnych organizowane są rozgrywki tenisa stołowego oraz rywalizacja w piłkarzyki stołowe. Udział w ogólnodostępnych zawodach sportowych i Licealiadzie.	W ramach aktywnych przerw międzylekcyjnych organizowane są rozgrywki tenisa stołowego oraz rywalizacja w piłkarzyki stołowe. Udział w ogólnodostępnych zawodach sportowych i Licealiadzie.	

„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Wycieczki piesze krakowskimi plantami oraz terenami zielonymi nad Wisłą.	Wycieczki piesze krakowskimi plantami oraz terenami zielonymi nad Wisłą.	Wycieczki piesze krakowskimi plantami oraz terenami zielonymi nad Wisłą.	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.			Organizacja Turnieju szachowego dla uczniów szkół podstawowych	

Zespoły szkół specjalnych

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	- Gry i zabawy zespołowe na sali gimnastycznej. - Zabawy zespołowe i indywidualne na boisku szkolnym i boisku bocce. - Relaksacja na szkolnym placu zabaw z wykorzystaniem sprzętu.	- Gry i zabawy na terenie przyszkolnym oraz relaksacja. - Praca w ogródku szkolnym-sianie, sadzenie, uprawa. - Spacer po pobliskich ogródkach działkowych i okolicy Zalewu Nowohuckiego.	- Zabawy na szkolnym placu zabaw. - Gry sportowe na sali gimnastycznej i boisku. - Spacer w okolicy szkoły. - Akcja „Sprzątanie Świata”. -Zajęcia rozwijające ruchowo z wykorzystaniem dużych kształtek rehabilitacyjnych .	TAK

„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	- Organizacja Integracyjnych Meczy Siatkówki dla uczniów, opiekunów. - Organizacja Szkolnych Godzin Sportu. - Aktywność własna oraz zdrowa rywalizacja i współzawodnictwo.	- Organizacja Integracyjnych Meczy Siatkówki dla uczniów i opiekunów. - Organizacja Szkolnego Dnia Sportu – imprezy sportowo – rekreacyjne na terenach zielonych szkoły (konkurencje lekkoatletyczne).	- Organizacja Integracyjnych Meczy Siatkówki dla uczniów i opiekunów. – Organizacja Szkolnych Godzin Sportu.	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Udział w rozgrywkach Małej Ligi Bocce (Liga skupiająca cztery szkoły specjalne).		Organizacja rozgrywek w ramach Małej Ligi Bocce.	

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 2 (Szkoła Podstawowa Specjalna nr 46)– szkola@osw2.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	„Jazda bez trzymanki” – zajęcia na torze pontonowym.	„Formuła 1” – zajęcia na gokartach.		Tak. Wymagana informacja o liczbie chętnych, ze względu na ograniczoną liczbę sprzętu.
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	„Katar to nie tylko choroba – Mini Mundial”. Piłkarska sobota – turniej piłki nożnej.	„Połknij kij”. Sportowa sobota z Nordic Walking.	„Biegać każdy może”. Sportowa sobota – biegi przełajowe. Aktywne przerwy – konkurs na sportowe szkoły.	Piłka nożna – szkolne boisko Nordic Walking, biegi przełajowe – tereny wokół szkoły
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Realizacja 3 i 4 godziny WF na basenie KS Korona. Biegi przełajowe – Park Serkowski.	Realizacja 3 i 4 godziny WF na basenie KS Korona. Wycieczki piesze – Kopiec Kraka, Kamieniołom Liban, Zalew Bagry – tężnia solankowa, Zalew Nowohucki – tężnia solankowa.	Realizacja 3 i 4 godziny WF na basenie KS Korona. Wycieczka rowerowa do Tyńca.	

Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	Turniej tenisa stołowego.	Turniej ringo.	Turniej piłki nożnej.	
--	---------------------------	----------------	-----------------------	--

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 3 - sosw3@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Zajęcia ruchowe na patio, terenach zielonych SOSW nr 3 oraz na Skałkach Twardowskiego.	Zajęcia ruchowe na patio, terenach zielonych SOSW nr 3 oraz na Skałkach Twardowskiego.	Zajęcia ruchowe na patio, terenach zielonych SOSW nr 3 oraz na Skałkach Twardowskiego.	tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze,		Piknik integracyjny organizowany w raz z Radę Rodziców oraz dla dzieci z niepełnosprawnością oraz ich rodzin.		tak

treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne		Zajęcia i zawody oraz konkursy sportowe dla całych rodzin.		
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.		Korzystanie z terenów zielonych wokół SOSW nr 3, wycieczki piesze Bulwarami wiślanymi, wycieczki piesze na Skałki Twardowskiego .	Korzystanie z terenów zielonych wokół SOSW nr 3, wycieczki piesze Bulwarami wiślanymi, wycieczki piesze na Skałki Twardowskiego.	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	MATP- dzień aktywności motorycznej organizowany przez SOSW nr 3 podczas którego, dzieci i młodzież z niepełnosprawnościami z różnych ośrodków mogą współzawodniczyć w różnego rodzaju konkurencjach sportowych. Niebieskie skrzydła- - dzień konkurencji sportowych organizowany w SOSW nr 3 podczas którego, dzieci i młodzież z niepełnosprawnościami z różnych ośrodków mogą			

	współzawodniczyć w różnego rodzaju konkurencjach sportowych.			
--	--	--	--	--

MŁODZIEŻOWE DOMY KULTURY

Młodzieżowy Dom Kultury przy al. 29 Listopada - mdk29listopada@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia.	Rodzinny Turniej Tenisa Stołowego 28.05.2022 r. Święto Rodziny Krakowskiej 27 – 29.05.2022 r.	Święto Dzielnicy III 4.06.2022 r.	Rodzinne biegi IX 2022 r.	Tak

Aktywne przerwy międzylekcyjne				
--------------------------------	--	--	--	--

Centrum Młodzieży im. dr. H. Jordana – sekretariat@cmjordan.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	Rodzinna wycieczka rowerowa do Puszczy Niepołomickiej – maj 2022 r.	Otwarty trening Judo – YMCA 11 czerwca 2022 r.	Otwarty trening Judo – YMCA 17 września 2022 r.	

na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
---	--	--	--	--

Młodzieżowy Dom Kultury „Dom Harcerza” ul. Reymonta 18 - biuro@mdk-dh.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	1. Zajęcia jeździeckie – nauka i doskonalenie jazdy konnej – 7 dni w tygodniu. 2. 24.04.2022 – zawody jeździeckie w skokach przez przeszkody. 3. 27.05.2022 Gwaszeniada – integracyjny piknik dla osób	1. 1 raz w miesiącu wycieczka turystyczna pracowni sportowej WERTIKAL. 2. 1-2 razy w miesiącu wycieczki krajoznawczo-historyczne.	1. 1 raz w miesiącu wycieczka turystyczna pracowni sportowej WERTIKAL 2. 1-2 razy w miesiącu wycieczki krajoznawczo-historyczne.	TAK

	korzystających z zajęć terapeutycznych w OriRK „Tabun”. 4. 1 raz w miesiącu wycieczka turystyczna pracowni sportowej WERTIKAL. 5. 1-2 razy w miesiącu wycieczki krajoznawczo-historyczne.			
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne		1. 5.06.2022 r. - jednodniowy rajd konny . 2. 11.06.2022 r. jednodniowe zawody jeździeckie z elementami TREC. 3. 27.06.-1.07.2022 Hipolato.		TAK

Młodzieżowy Dom Kultury Fort 49 "Krzesławice" - imprezy@mdkfort49.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Zostaw kompa, weźże piłkę!” – dofinansowanie szkół w zakresie zakupu drobnego sprzętu sportowego (piłki, skakanki, hula-hop i inne) - wykorzystanie środków na doposażenie pracowni przedmiotowych.	<u>9 czerwca 2022 r.</u> <u>Sportowa Olimpiada Przedszkolaka</u> – integrowanie dzieci przedszkolnych; – zachęcanie dzieci do aktywności ruchowej; – wdrażanie do czynnego wypoczynku; – zachęcanie do rozwijania sprawności działania i komunikowania się w grupie;			

	– wzbogacanie przeżyć poprzez szlachetne współzawodnictwo; ADRESACI: dzieci w wieku 5 – 6 lat uczęszczające do przedszkoli na terenie XVII Dzielnicy Miasta Krakowa Wzgórza Krzesławickie			
--	---	--	--	--

Szkoły techniczne i branżowe

Zespół Szkół Inżynierii Środowiska i Melioracji – zsisim@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Strzelnica	-	Strzelnica	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach	-	-	tak	tak

sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.				
--	--	--	--	--

Zespół Szkół Chemicznych – zsch@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja	Cykl 3 Piesznych Rajdów Chemika – maj – Ojcowski Park Narodowy – Dolina Prądnika. Sobotnie wyjście dla uczniów, nauczycieli i ich rodzin. Wykorzystanie kijków nordic walking.	Cykl 3 Piesznych Rajdów Chemika – czerwiec – Lasy Zabierzowskie Sobotnie wyjście dla uczniów, nauczycieli i ich rodzin. Wykorzystanie kijków nordic walking.	Cykl 3 Piesznych Rajdów Chemika – wrzesień – Dolina Mnikowska Sobotnie wyjście dla uczniów, nauczycieli i ich rodzin. Wykorzystanie kijków nordic walking.	

na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Zajęcia sportowo – rekreacyjne w Parku Jordana, Marszobieg – Błonia Krakowskie, wycieczki piesze – Kopiec Kościuszki, Bulwary Wiślane i wały Rudawy.	Zajęcia sportowo – rekreacyjne w Parku Jordana, Marszobieg – Błonia Krakowskie, wycieczki piesze – Kopiec Kościuszki, Bulwary Wiślane i wały Rudawy.	Zajęcia sportowo – rekreacyjne w Parku Jordana, Marszobieg – Błonia Krakowskie, wycieczki piesze – Kopiec Kościuszki, Bulwary Wiślane i wały Rudawy.	

Zespół Szkół Geodezyjno-Drogowych i Gospodarki Wodnej- zsgdigw@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy	1.Aktywna przerwa. 2.Innowacja – Rekordy szkoły. 3.Turnieje wewnątrzszkolne: -siatkówka -piłka nożna	1.Aktywna przerwa. 2.Innowacja – Rekordy szkoły. 3.Turnieje wewnątrzszkolne: -siatkówka -piłka nożna	1.Aktywna przerwa. 2.Innowacja – Rekordy szkoły. 3.Turnieje wewnątrzszkolne: -siatkówka	TAK

z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	-tenis stołowy .	-tenis stołowy .	-piłka nożna -tenis stołowy .	
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Wycieczki piesze. Zajęcia na łyżworolkach.	Wycieczki piesze. Zajęcia na łyżworolkach.	Wycieczki piesze. Zajęcia na łyżworolkach.	TAK

Zespół Szkół Gastronomicznych nr 1 - zsgastr1@poczta.onet.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala

				na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach zajęć świetlicowych przy wsparciu studentów AWF (jak warunki na to pozwolą działania prowadzone w ramach dotychczasowej współpracy na przykład przy organizacji praktyk studenckich).	Zajęcia taneczne dla dziewcząt na świetlicy szkolnej.	Zajęcia taneczne dla dziewcząt na świetlicy szkolnej.	Zajęcia taneczne dla dziewcząt na świetlicy szkolnej. Możliwe wykorzystanie boiska Orlik do prowadzenia zajęć rekreacyjnych w wczesnych godzinach popołudniowych.	Tak
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	1. Realizowanie projektu szkolnego „GastroAktywni” łączącego zajęcia ruchowe (wycieczka piesza, rowerowa, nordic walking itp.) z lekcjami technologii gastronomicznej. 2. Wycieczka rowerowa raz w miesiącu dla młodzieży organizowana przez nauczycieli w-f. 3. Zajęcia SKS z piłki siatkowej dla dziewcząt i chłopców organizowane na sali gimnastycznej. 4. Zajęcia ogólnorozwojowe SKS na siłowni szkolnej dla dziewcząt i chłopców.	1. Realizowanie projektu szkolnego „GastroAktywni” łączącego zajęcia ruchowe (wycieczka piesza, rowerowa, nordic walking itp.) z lekcjami technologii gastronomicznej. 2. Wycieczka rowerowa raz w miesiącu dla młodzieży organizowana przez nauczycieli w-f. 3. Zajęcia SKS z piłki siatkowej dla dziewcząt i chłopców organizowane na sali gimnastycznej. 4. Zajęcia ogólnorozwojowe SKS na siłowni szkolnej dla dziewcząt i chłopców.	1. Realizowanie projektu szkolnego „GastroAktywni” łączącego zajęcia ruchowe (wycieczka piesza, rowerowa, nordic walking itp.) z lekcjami technologii gastronomicznej. 2. Wycieczka rowerowa raz w miesiącu dla młodzieży organizowana przez nauczycieli w-f. 3. Zajęcia SKS z piłki siatkowej dla dziewcząt i chłopców organizowane na sali gimnastycznej. 4. Zajęcia ogólnorozwojowe SKS na siłowni szkolnej dla dziewcząt i chłopców.	Tak

„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Takie działanie mogłoby dodatkowo przynieść w perspektywie efekt zainteresowania aktywnością i odwiedzaniem tych miejsc przez rodziny uczniów (uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia) – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Wycieczki piesze lub biegi terenowe po atrakcyjnych miejscach Nowej Huty organizowane przez nauczycieli w-f.	Wycieczki piesze lub biegi terenowe po atrakcyjnych miejscach Nowej Huty organizowane przez nauczycieli w-f.	Wycieczki piesze lub biegi terenowe po atrakcyjnych miejscach Nowej Huty organizowane przez nauczycieli w-f.	Tak
---	---	---	---	------------

Zespół Szkół Gastronomicznych nr 2 - sekretariat@zsg2.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Organizacja zajęć sportowych dla uczniów z internatu (1h co dwa tygodnie).	Organizacja zajęć sportowych dla uczniów z internatu (1h co dwa tygodnie).	Organizacja zajęć sportowych dla uczniów z internatu (1h co dwa tygodnie).	

„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Rywalizacja uczniów na poziomie amatorskim w prostych formach aktywności ruchowej.	Challenge z podstaw aktywności ruchowej. Historia biegiem wokół Plant.	Zaangażowanie nauczycieli do rywalizacji z uczniami.	
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Marszobiegi, biegi z wykorzystaniem najbliższej infrastruktury szkoły.	Marszobiegi, biegi z wykorzystaniem najbliższej infrastruktury szkoły.	Marszobiegi, biegi z wykorzystaniem najbliższej infrastruktury szkoły.	
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		Międzyszkolny turniej z okazji Dnia Dziecka.	Międzyszkolny turniej/mecz w piłkę nożną.	

Zespół Szkół Mechanicznych nr 2 – zsm2@zsm2krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Aktywna świetlica” – zajęcia ruchowe z wykorzystaniem infrastruktury sportowej szkoły prowadzone w ramach np. zajęć świetlicowych .	Tenis stołowy w ramach lekcji wychowania fizycznego	Tenis stołowy w ramach lekcji wychowania fizycznego	Tenis stołowy w ramach lekcji wychowania fizycznego	tak
„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa			1 Sztafeta Szlakiem Walk Partyzanckich AK i BCh: Wiśniowa-Dobczyce .	

sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
„ Tu też można ćwiczyć ” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	Wycieczki piesze poza teren szkoły.	Wycieczki piesze poza teren szkoły.	Wycieczki piesze poza teren szkoły.	

Zespół Szkół Przemysłu Spożywczego – sekretariat.szkoły@zsps.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„ Szkoła w ruchu, ruch w szkole ”, „ Poznajmy się w ruchu ” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy	Organizacja dnia sportu, turniejów wewnątrzszkolnych. Aktywne przerwy- przerwa z piłką.	Aktywne przerwy-przerwa z piłką.	Aktywna przerwa – przerwa z piłką.	tak

z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne				
---	--	--	--	--

Zespół Szkół Łączności w Krakowie – zsl@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?

„Szkola w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Biegi terenowe (Las Wolski). Realizowane jako zajęcia pozalekcyjne dla młodzieży w ramach „Szkolnego klubu biegacza”. W ramach przerw międzylekcyjnych Samorząd uczniowski organizuje tzw. „Przerwy na zewnątrz”: wspólne tańce przy muzyce: belgijka, makarena, itp.	Biegi terenowe (Las Wolski). Realizowane jako zajęcia pozalekcyjne dla młodzieży w ramach „Szkolnego klubu biegacza”. W ramach przerw międzylekcyjnych Samorząd uczniowski organizuje tzw. „Przerwy na zewnątrz”: wspólne tańce przy muzyce: belgijka, makarena, itp.	Biegi terenowe (Las Wolski). Realizowane jako zajęcia pozalekcyjne dla młodzieży w ramach „Szkolnego klubu biegacza”. W ramach przerw międzylekcyjnych Samorząd uczniowski organizuje tzw. „Przerwy na zewnątrz”: wspólne tańce przy muzyce: belgijka, makarena, itp.	tak
„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f poza szkolnymi boiskami.	realizacja 3 godziny wf:: marszobiegi w terenie, wycieczki rowerowe na Kolną, do Tyńca, wycieczki piesze,	realizacja 3 godziny wf:: marszobiegi w terenie, wycieczki rowerowe na Kolną, do Tyńca, wycieczki piesze,	realizacja 3 godziny wf:: marszobiegi w terenie, wycieczki rowerowe na Kolną, do Tyńca, wycieczki piesze,	

Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.		Sportowe turnieje (piłka nożna, siatkówka, tenis stołowy) rozgrywane pomiędzy internatami/bursami (realizowane dotychczas, m.in. w poprzedniej edycji).	Sportowe turnieje (piłkatak nożna, siatkówka, tenis stołowy) rozgrywane pomiędzy internatami/bursami (realizowane dotychczas, m.in. w poprzedniej edycji).	
---	--	--	---	--

Zespół Szkół Elektrycznych nr 1– zsel1@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane	Marsz szlakiem trzech kopców Krakusa, Kościuszki i Piłsudskiego-majowy lub czerwcowy weekend.	1 czerwca- Dzień Dziecka- sztafeta klas I-szych- promocja biegów rekreacyjnych.		TAK TAK

przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Turniej piłkarski dla klas I-II na szkolnym Orliku- w tygodniu, godziny popołudniowych.			
--	--	--	--	--

Zespół Szkół Elektrycznych Nr 2 – zsel@elektryk2.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta –działania w 2022 r. podejmowaneprzezszkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordicwalking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców w dniach i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – np. Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja sportowa, sportowa sobota – przyszkolenia i ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	Zajęcia rekreacyjne z siatkówki Liga tenisa stołowego	Zawody w ramach Dnia Dziecka na sportowo; turnieje tenisa stołowego, przeciągania liny, „zbijanego”, konkursy celności rzutów w koszykówce i celności podań w piłce nożnej Liga tenisa stołowego	Turniej piłki nożnej. Turniej piłki siatkowej.	tak

„Tu też można ćwiczyć” - realizacja 3 i 4 godziny w-f z wykorzystaniem rekreacyjnych terenów miasta (biegi, rowery, wycieczki piesze). Uczeń jako propagator idei wśród najbliższego otoczenia – zajęcia w-f pozaszkolnymi boiskami.	Zajęcia sportowe na stadionie MOS Kraków wschód, spacer i wycieczki krajoznawcze nad Zalewem i na Łąkach nowohuckich, wyjścia do Parku Wodnego.	Zajęcia sportowe na stadionie MOS Kraków wschód, spacer i wycieczki krajoznawcze nad Zalewem i na Łąkach nowohuckich, wyjścia do Parku Wodnego.	Zajęcia sportowe na stadionie MOS Kraków wschód, spacer i wycieczki krajoznawcze nad Zalewem i na Łąkach nowohuckich, wyjścia do Parku Wodnego.	tak
Organizacja turniejów międzyszkolnych w różnych dyscyplinach sportu pod ogólnym hasłem: „Złap formę po pandemii” – współpraca z Radami Dzielnic, pozyskanie sponsorów – propozycje rozgrywek.	W ramach Licealiady na obiektach MOS Kraków i „Siemachy”	W ramach Licealiady na obiektach MOS Kraków i „Siemachy”	W ramach Licealiady na obiektach MOS Kraków i „Siemachy”	

Zespół Szkół Energetycznych - zsen@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem <u>„RuszMY się”</u>				
Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności			Integracyjne zawody sportowe dla uczniów	Tak

sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne			klas pierwszych z udziałem rodziców. Turniej piłkarski klas pierwszych. Turniej piłkarski z udziałem ojców uczniów klas pierwszych. Matki uczniów klas pierwszych będą mogły poćwiczyć pod okiem instruktorki aerobiku (nauczycielki w ZSEn). Termin : trzecia sobota września.	
---	--	--	--	--

Tradycyjnie na zakończenie kampanii Kraków w formie w Parku Jordana proponujemy wspólną zabawę taneczną z dużym korowodem przy dźwiękach poloneza. 30 września data wiąże się również z Dniem Chłopaka.

Zespół Szkół Odzieżowych Nr 1 - zsodz1@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
„Szkoła w ruchu, ruch w szkole”, „Poznajmy się w ruchu” – różnego rodzaju aktywności sportowe (np. biegi, nordic walking, wycieczki rowerowe, mecze, treningi fitness) organizowane przy współpracy z radami rodziców dla dzieci i ich rodzin (popołudnia, weekendy) – na przykład Dni Rodziny Krakowskiej, Dzień Dziecka – organizacja na sportowo, sportowa sobota przy szkole – wspólne ćwiczenia. Aktywne przerwy międzylekcyjne	---	---	Wykorzystanie nowego sprzętu na lekcjach wychowania fizycznego oraz w ramach długiej przerwy śródlekcyjnej. „Sportowa sobota” – dla społeczności szkolnej oraz mieszkańców dzielnicy XI: mecze badmintona, nordic walking, fitness przy muzyce.	

Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Kraków „Zachód”

moszachod@mjo.krakow.pl

Kampania rekreacyjna miasta – działania w 2022 r. podejmowane przez szkoły i placówki pod hasłem

„RuszMY się”

Propozycje związane z promocją zdrowego stylu życia	MAJ	CZERWIEC	WRZESIEŃ	Czy stan techniczny obiektów – w tym szkolnej zewnętrznej infrastruktury sportowej - pozwala na bezpieczne użytkowanie?
---	-----	----------	----------	---

„Zabawowo i sportowo” zajęcia w formie festynu. Skierowane do dzieci, młodzieży oraz dorosłych z dziećmi. Stanowią połączenie zabawy oraz rekreacji na świeżym powietrzu. W trakcie zajęć będzie można sprawdzić swoje umiejętności ruchowe w specjalnie przygotowanym teście sprawności, oraz grach i zabawach ruchowych.	Boisko MOS Zachód, Plac Na Groblach 23 Każdy wtorek godzina 16:00-19:00	Boisko MOS Zachód, Plac Na Groblach 23 Każdy wtorek godzina 16:00-19:00		Tak