

Zapoj se do výzvy a získej titul nejlepšího sportovce na Poděbradce

Pro koho je určená? Pro všechny žáky a učitele z 2. stupně z naší školy.

Kdy tato akce probíhá? Od 9.11. do 20.12.2020 (tedy až do Vánoc).

Jak se mám zapojit? Stačí vykonat nějakou sportovní aktivitu a odevzdat nám informace.

Jakou sportovní aktivitu? Například běh, chůzi, jízdu na kole, švihadlo, dřepy, sed-lehy, kliky nebo jakoukoliv další aktivitu (např. jízda na cyklistickém trenažeru nebo aerobic podle youtube atd.).

Co znamená, že mám odevzdat informace? Pokud poběžíš, půjdeš nebo pojeděš na kole, napiš, jak dlouho a jak daleko ses pohyboval(a). Pokud budeš skákat přes švihadlo nebo cvičit, napiš, jak dlouho jsi cvičil(a), jaké cviky a kolik jsi jich zvládl(a). Pokud chceš, můžeš nám posílat i screenshoty svého pohybu anebo natočit video, jak cvičíš.

Jak často mám výsledky posílat? Ideálně po každé aktivitě, abys na některou nezapomněl(a). Byla by škoda zbytečně přijít o body.

Jak to mám odevzdat? Použij QR kód „Odevzdej“ a on tě odkáže na formulář, který po přihlášení vyplníš.

Jak se dozvím, jak jsem na tom oproti ostatním? Za každou aktivitu dostaneš body a ty budou pravidelně zapisovány do tabulky. K té se dostaneš přes QR kód „Podívej“.

Rád(a) bych se zapojil(a), ale nemám chytrý telefon. Nevadí, údaje nám můžeš posílat i přes počítač.

Kolik bude vlastně vítězů? Z každého ročníku zvítězí jeden chlapec a jedna dívka. A samozřejmě vyhlásíme i nejlepšího sportovce a nejlepší sportovkyni z celé školy a také nejlepšího sportovce či sportovkyni z řad učitelů. Vítězové dostanou věcné ceny.

Paráda, tak teď už všechno vím a do boje se rád(a) zapojím.

