

# ΗΜΕΡΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ 30-09-2022



Την Παρασκευή 30-09-2022 πραγματοποιήθηκαν στο χώρο του σχολείου δράσεις με αφορμή την Πανελλήνια-Πανευρωπαϊκή ημέρα Αθλητισμού.

Δράση 1

Οι μαθητές/τριες έπαιξαν μεταξύ τους Ποδόσφαιρο-Μπάσκετ-Βόλεϊ

Δράση 2

Οι μαθητές/τριες συμμετείχαν σε Λουκοδρομίες-Τσουβαλοδρομίες

Δράση 3

Συνέθεσαν και παρουσίασαν συνθήματα

Δράση 4

Παρακολούθησαν στην αίθουσα πολλαπλών βίντεο με περιεχόμενο ανάλογο του κεντρικού συνθήματος της ημέρας " Άθληση κάθε μέρα, ΥΓΕΙΑ μια ΖΩΗ

[The brain changing benefits of exercise](#)

[Why working Out Isn' t working Out](#)

[The exercise Happiness paradox](#)

Και απάντησαν στα ερωτηματολόγια

[Ερωτηματολόγιο I](#)

[ΕρωτηματολόγιοII](#)

[ΦΩΤΟ](#)