

## PREDAVANJE za dijake športnih oddelkov (OBVEZNO!)

# SPODBUJANJE ZDRAVEGA ŽIVLJENJSKEGA STILA MLADIH ŠPORTNIKOV

## PREDAVALNICA GFP

**02. 06. 2015 OB 8.30**

### Vsebina

Dijaki bodo poslušali dve predavanji – eno na temo **Prehrana in prehranjevalne navade športnikov** (dr. Urška Bukovnik), drugo pa na temo **Psihologija v športu** (dr. Matej Tušak). Cilji dejavnosti so:

- izobraževanje o pomenu športni panogi prilagojene prehrane in dodatkov prehrani,
- promoviranje športne aktivnosti za zdrav psihosocialni razvoj otrok in mladostnikov,
- poudarjanje pomena kombinacije zdrave prehrane in gibanja in
- promoviranje zdravega načina prehranjevanja in vzgoje skozi šport.

**Dejavnost je za dijake športnih oddelkov 1c, 2c, 3c obvezna, vabljeni pa ste tudi drugi dijaki športniki, ki vam bo dejavnost štela kot nadomestna.**

Spremljevalci: **Komovec S.**, Kaštrun R., Štucin A., Arh v.

Želimo vam, da boste preživeli prijeten dan.

Kranj, 8. 5. 2015

Vodja dejavnosti: Sašo Komovec

Pomočnica ravnateljice:  
Tanja Ahčin, prof.