**Propozycja wpisu na stronę internetową**

**MOVE Week 2023 - międzynarodowe wydarzenie w naszym mieście**

**Już 22 maja w szkołach podstawowych i przedszkolach w naszym mieście rozpocznie się Tydzień Ruchu (MOVE Week). To coroczna, globalna inicjatywa, która ma na celu promocję aktywności fizycznej.**

MOVE Week to integralna część kampanii Now We MOVE realizowanej przez International Sport and Culture Association. Projekt obchodzony jest w całej Europie i od swojej pierwszej edycji zgromadził już ponad 4 miliony uczestników, stając się tym samym jednym z największych wydarzeń sportowych na świecie, promujących korzyści z regularnej aktywności fizycznej.

Wydarzenie koordynowane jest w Polsce po raz kolejny przez Fundację V4Sport, w tym roku w partnerstwie z Akademią Krokieta i Lamy oraz Szkolnym Związkiem Sportowym „Dolny Śląsk”.

**Dlaczego warto dołączyć do MOVE Week?**

* Biorąc udział w tego typu wydarzeniach, zwiększasz świadomość i gotowość całej społeczności szkolnej, czy przedszkolnej. Wszystko po to, by ruch stał się nieodłącznym elementem codzienności.
* Pokazujesz, że aktywność fizyczna jest fajna, po prostu.
* Promujesz zdrowy styl życia i wyrabiasz dobre nawyki.
* Jednoczysz oraz budujesz społeczność uczniowską i przedszkolną.
* Jako zarejestrowana placówka otrzymujesz certyfikat, a przede wszystkim stajesz się częścią dużej międzynarodowej społeczności zjednoczonej wokół wspólnego celu.
* Dodatkowo, dla trzech najbardziej aktywnych placówek przewidziane są symboliczne nagrody.

**Jak stać się częścią MOVE Week w trzech prostych krokach?**

1. Zarejestruj swoją szkołę, przedszkole lub wybraną grupę wypełniając krótki formularz: <https://forms.gle/XLunp7ke357WFPLEA> (najpóźniej 18 maja).

2. Skorzystaj z Planu Aktywnych Przerw - gotowej propozycji na ruchową przerwę w czasie zajęć albo poranny rozruch, w formie pięciu krótkich, gotowych do wykorzystania filmów Akademii Krokieta i Lamy **(link do materiałów zostanie przekazany po zarejestrowaniu się)**. Jeśli masz pomysł i możliwości, możesz również wzbogacić wydarzenie o dodatkowe aktywności.

Uchwyć obchody MOVE Week w swojej placówce na zdjęciach i/lub filmie i zamieść w swoich kanałach komunikacji (na Facebook'u i/lub stronie internetowej) używając hasztagów i oznaczeń #NowWeMove #MOVEWeek #MOVEWeekPoland #FindYourMOVE #edukacjawruchu @V4sport.Fundacja @AkademiaKrokietaiLamy @SzkolnyZwiązekSportowy”DolnyŚląsk”

3.Wypełnij krótki raport online (do 16 czerwca włącznie): <https://forms.gle/Tf6ofFqiuWMbR8dq7> i zdobądź certyfikat dla siebie, swojej placówki i dzieci!

Zachęcamy również do zaobserwowania wydarzenia na Facebook'u <https://fb.me/e/FKgZCq9f>, gdzie znajdują się wszelkie aktualności dotyczące tej inicjatywy.

**Propozycja wpisu na Facebook’a**

MOVE Week 2023 w naszym mieście🧡

🏃‍♀️🏃‍♂️Już 22 maja rozpocznie się dwunasta edycja Tygodnia Ruchu (MOVE Week). To coroczne, globalne wydarzenie, które zachęca do aktywnego stylu życia oraz regularnego uprawiania sportu i aktywności fizycznej. Od swojej pierwszej edycji, akcja zgromadziła już ponad 4 miliony uczestników, stając się jednym z największych na świecie wydarzeń promujących korzyści z regularnej aktywności fizycznej.

W tym roku, szkoły i przedszkola z naszego miasta będą uczestniczyć w tym międzynarodowym wydarzeniu i korzystać z Planu Aktywnych Przerw, czyli gotowej propozycji na aktywne przerwy w czasie zajęć, które przygotowała Akademia Krokieta i Lamy.

📍Zapraszamy do zaobserwowania wydarzenia, w którym znajdziecie więcej szczegółów dotyczących MOVE Week 👉 <https://fb.me/e/FKgZCq9f> oraz warunki uczestnictwa, wraz z linkiem do formularza rejestracyjnego.   
Udział w inicjatywie jest bezpłatny, lecz wymagane są zapisy.

@v4sport.Fundacja @AkademiaKrokietaiLamy @SzkolnyZwiązekSportowy"DolnyŚląsk"  
#NowWeMove #MOVEWeek #MOVEWeekPoland #FindYourMOVE #edukacjawruchu