



Plán činností realizace bosonohého chodníčku 2023/2024

Na základě analýzy jsme zjistili, že v našem školním venkovním prostředí je málo relaxačních koutků, a proto jsme se rozhodli vytvořit svépomocí bosonohý chodníček na pozemku školní zahrady. Naším velkým cílem je, abychom tento relaxační chodníček dokázali vytvořit jako beznákladový, tzn. všechny materiály sehnat bez finančních nákladů a vytvořit jej vlastními silami.

Jak to zlepšit prostředí školy

Chůzí po přírodních materiálech masíruje akupresurní body na nohou, nohy prokrvuje a působí relaxačně a uvolňuje. Kontakt s nerovným přírodním povrchem navíc nohám prospívá. Zkoumat chodidly trávnick, kamínky, dřevo, kůru i šišky je nejen zábavné, ale i zdravé. Nohy jsou většinu času uzavřeny v pevných botách a odsouzeny k chůzi po rovném, tvrdém povrchu a často za to platíme bolestí zad, plochou nohou, problémy s chůzí, vbočenými palci apod. Proto by plosky nohou měly být co nejčastěji stimulovány a to nejlépe přirozenou chůzí v přírodě. Běhat jen tak na boso v neznámém terénu si každý netroufne, v trávě se může skrývat ostrý kámen nebo střepek. Bosonohý chodníček dopřejte nohám bezpečný, zdravý a svobodný pohyb a tím pádem i relaxaci a uvolnění.

Co musíme udělat a kdy to budeme dělat a kdo

cíl	úkoly	termíny	zodpovídá	vyhodnocení
vyhodnotit na základě analýzy, jaké si zvolíme téma	společně na ekoschůzce rozhodnout, co bychom chtěli v prostředí školy zlepšit	29. 1. 2024	všichni členové ekotýmu	na online schůzce jsme se všichni shodli, že chceme na školní zahradě vytvořit relaxační bosonohý chodníček
získat souhlas paní ředitelky s vytvořením bosonohého chodníčku na školním pozemku	žáci půjdou informovat o plánu informovat paní ředitelku a požádat o souhlas	26. 2. 2024	N.Flachsová, A. Fialová, E, Staňková	paní ředitelka souhlasila, dokonce byla nadšená
návrh, jak bude chodníček vypadat a jeho přibližné výtvarné znázornění	vybraní členové ekotýmu nakreslí, jak bude přibližně bosonohý chodníček vypadat	do 1.schůzky po jarních prázdninách 29. 2. 2024	N.Flachsová, A. Fialová, E, Staňková	členové ekotýmu nakreslili plánek bosonohého chodníčku, podle kterého se bude chodníček tvořit
zjistit, jaké materiály budeme na zhotovení bosonohého chodníčku potřebovat	společně se domluvit jaké materiály na bosonohý chodníček budeme používat	ekoschůzka 8.2.2024	všichni členové ekotýmu	ke zhotovení chodníčku bude potřeba sehnat, cihly, písek, štěrk, dřevěné kulatinky, mech, kamínky, mulčovací kůru, květiny - skalničky
zajistit materiály na	domluvit se jaké materiály	do konce března 2024	J. Juránková – kamínky, L.	rozdělili jsme si kdo jaký

chodníček	na chodníček kdo sežene		Eliášová – cihly, P, Polášek, A. Fialová, N. Fuchsová – šišky, mech, K. Malovcová – kulatinky, skalničky, školník – štěrk, písek	materiál sežene, pokud bude nutno, poprosíme o pomoc učitelé a rodiče
realizace samotného bosonohého chodníčku	v rámci výuky pěstitelských prací a ekoschůzek, budou žáci svépomocí tvořit bosonohý chodníček	duben - květen 2024	členové ekotýmu a žáci 2. stupně základní školy	
Informovat o bosonohém chodníčku žáky školy a zaměstnance	na webových stránkách školy zveřejnit pozvánku na otevření bosonohého chodníčku a informovat žáky ve třídách	druhá polovina května	K. Malovcová za pomoci zástupce ředitele školy Bc., Mgr. Roman Hodslavský	
slavnostní otevření bosonohého chodníčku	udělat malé slavnostní otevření bosonohého chodníčku pro ostatní žáky a zaměstnance školy	31. května 2024	členové ekotýmu	

Na základě vyhodnocování realizace bosonohého chodníčku se může stát, že plán činností bude změněný nebo a některé další činnosti doplněný.