

# Wiosenny Tydzień Zdrowia i Bezpieczeństwa

**Cel główny przedsięwzięcia:** promocja zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety w oparciu o odpowiedzialność indywidualną i wolny wybór (w oparciu o ogólnopolski program prozdrowotny „Trzymaj Formę”).

## Cele szczegółowe:

1. Pogłębianie wiedzy o znaczeniu zbilansowanej diety i aktywności fizycznej dla organizmu człowieka.
2. Kształtowanie postaw i zachowań związanych z prawidłowym żywieniem, odpowiednią jakością zdrowotną żywności i aktywności fizycznej.
3. Propagowanie zdrowego stylu życia w szkole, w domu i środowisku pozaszkolnym.

## Działania szkolne:

**ŚRODA 31.05.2017 roku - HASŁO DNIA: W jaki sposób reklama wpływa na nasz sposób odżywiania się?**

2. Konkurs ma formę indywidualną - hasła promujące zdrowy styl życia, bezpieczeństwo, aktywność fizyczną.
3. Dopuszczalne formy prac konkursowych to:
  - reklama multimedialna (film, pokaz, prezentacja)
  - ulotka lub plakat (wykonane w programie graficznym bądź ręcznie)
  - wiersz.
4. Celem konkursu jest: promowanie idei dobrego odżywiania, kształtowanie w uczniach prawidłowych nawyków żywieniowych.

Nagrody - fundatorem nagród jest Rada Rodziców.

**CZWARTEK 01.06.2017 roku - HASŁO DNIA: ZDROWA PRZEKĄSKA DO SZKOŁY:**

1. Przewidywana godzina przedsięwzięcia: 9.50-10.35.
2. Konkurs przeznaczony jest dla drużyn 3 – osobowych. Uczniowie w grupach przygotowują przekąski, w których główną rolę odgrywa zdrowa żywność. Przygotowane przez młodzież posiłki będą prezentowane na pikniku przed szkołą ( w przypadku niekorzystnych warunków atmosferycznych konkurs odbędzie się w szkole - stołówka).
3. Celem konkursu jest upowszechnienie kultury spożywania posiłków oraz przygotowanie uczniów do świadomego wyboru spożywanych posiłków.
5. Uczestnicy przygotowują w domu wybraną, zdrową przekąskę oraz własnoręcznie napisany przepis

kulinarny swojej przekąski.

Wymagania co do przekąski:

- ☑ przyniesiona w całości na talerzyku lub w innym opakowaniu z przepisem,
- ☑ estetycznie wykonana, smaczna i przede wszystkim wykonana ze zdrowych składników.

6. Kryteria oceny przekąski wraz z przepisem:

- ☑ estetyka wykonania, bardzo dobry smak!
- ☑ tendencja do unikania lub zastępowania składników niezdrowych, takich jak sól, cukier innymi zdrowymi elementami pożywienia, np. słodzenie owocami.
- ☑ poprawnie napisany przepis; nieskomplikowany, do wykonania przez każdego!

Nagrody - fundatorem nagród jest Rada Rodziców.

### **PIĄTEK 02.06.2017 roku - HASŁO DNIA - WIOSENNY I PROMUJĄCY ZDROWIE WYSTRÓJ SALI LEKCYJNEJ**

1. Konkurs na wystrój sali lekcyjnej kierowany jest do uczniów poszczególnych klas.
2. Celem konkursu jest:
  - integracja zespołów klasowych,
  - stworzenie w salach klimatu i atmosfery sprzyjającej nauce,
  - wpajanie uczniom odpowiedzialności za sale lekcyjne,
  - motywowanie uczniów do dbałości o swoje miejsce pracy.
3. Zasady konkursu - uczniowie każdej klasy przygotowują pod kierunkiem nauczyciela wychowawcy dekorację sali.
4. Sale oceniane są przez komisję w 2 czerwca.
5. Ocenie podlegać będą:
  - wygląd ogólny sali,
  - zagospodarowanie tablic i gablot klasowych,
  - dbałość o sprzęt szkolny.

Nagrody - fundatorem nagród jest Rada Rodziców.

Regulamin obowiązuje na czas trwania przedsięwzięcia.

Małgorzata Czulewicz