

Dzień zdrowia w naszej szkole

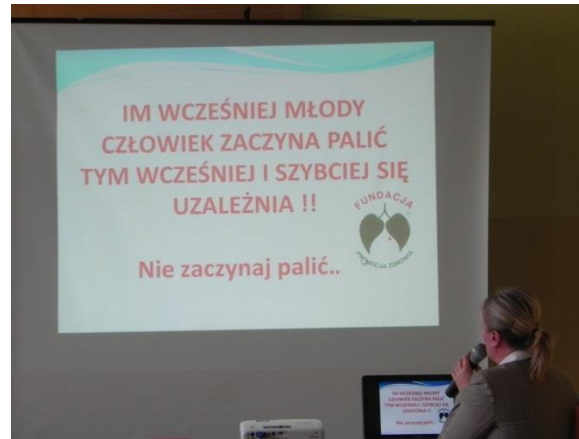
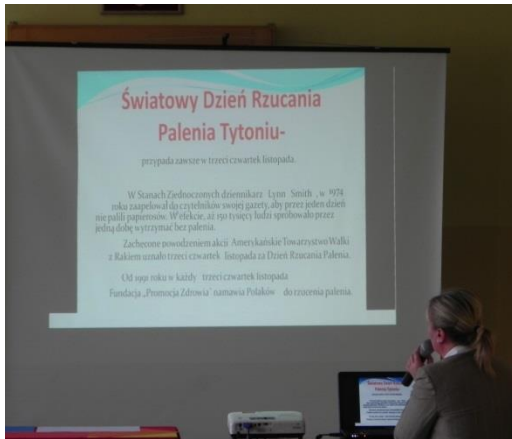
Na nasze zdrowie wpływ ma wiele czynników- tryb życia, aktywność ruchowa, odżywianie, dbanie o higienę, zapobieganie chorobom, nieuleganie nałogom. Uczniowie klasy I przygotowali inscenizację i zabawę rytmiczno- ruchową dotyczącą zdrowego odżywiania i zaprosili wszystkich do wspólnego propagowania zdrowego trybu życia.

Przeprowadzony został konkurs dotyczący zdrowego odżywiania, w którym uczniowie mieli za zadanie rozpoznać ukryte owoce i warzywa oraz przedstawić ich grupę kolorystyczną, a następnie określić zawartość witamin.



Akcja „Nie pal” prowadzona jest systematycznie w naszej szkole i dotyczy profilaktyki oraz prowadzenia zdrowego stylu życia. Prezentacje multimedialne pouczyły o szkodliwości nałogów. Podkreślone zostały skutki czynnego i biernego palenia. Jako alternatywę zaproponowano aktywne spędzanie czasu

na świeżym powietrzu oraz zwrócono uwagę na rolę aktywności ruchowej i jej wpływ na rozwój fizyczny i umysłowy młodego pokolenia. Uczniowie zaproponowali własne metody pożytecznego spędzania wolnego czasu, a wśród najpopularniejszych znalazły się: gra w piłkę nożną i jazda na rowerze.



„ Poruszaj się w zdrowym środowisku”- to hasło przyświecało szkole nie tylko podczas apeli, ale także wycieczek i akcji „Czysta Małopolska”. Dbanie o nasze najbliższe otoczenie, segregowanie śmieci i oszczędzanie energii mają pomóc uczniom żyć zgodnie z zasadą „ruch to zdrowie”. Uczniowie z własnej inicjatywy podjęli zbiórkę zużytych baterii oraz makulatury. Dzieci wzięły udział w konkursach plastycznym ,technicznym i wiedzy.

