

**REALIZACJA PLANOWANYCH DZIAŁAŃ
SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE
W KWIETNIU, MAJU I CZERWCU 2019 ROKU
„ŻYJ ZDROWO I AKTYWNIENIE!”**



ZADANIA:

- Światowy Dzień Zdrowia – 7 kwietnia
- Podejmij wyzwanie!
- Nasze sportowe osiągnięcia
- Aktywna przerwa
- Lekki plecak
- Dbamy o higienę jamy ustnej
- Kolorowy tydzień

KRYTERIUM SUKCESU:

- Uczniowie wiedzą, że 7 kwietnia to Światowy Dzień Zdrowia.
- Uczniowie podejmują aktywność w wybranej dziedzinie sportowej.
- Uczniowie dzielą się swoimi osiągnięciami sportowymi.
- Większość uczniów aktywnie uczestniczy w proponowanych zajęciach ruchowych.
- Uczniowie uczą się właściwego pakowania plecaka szkolnego.
- Uczniowie wiedzą, jak dbać o higienę jamy ustnej.
- Uczniowie przynoszą warzywa lub owoce w określonym kolorze i akcentują ten kolor w swoim ubiorze.

ZADANIA

Światowy Dzień Zdrowia



Uczniowie klas 1-3 wykonali prace plastyczne, a wybrane klasy 4-8 uczestniczyły w zajęciach językowo – ruchowych. Celem zajęć było połączenie nauki języka angielskiego z aktywnością fizyczną przez gry ruchowe i zabawy piłką. Niektóre lekcje odbyły się na świeżym powietrzu, co w połączeniu z ruchem fizycznym sprawiło, że uczniowie byli bardziej skoncentrowani i lepiej zapamiętywali nowe słowa.





Podejmij wyzwanie!



Podczas zajęć wychowanie fizyczne chętni uczniowie podejmowali wyzwania w celu poprawienia swojej sprawności i wytrzymałości w wybranej dyscyplinie sportowej. Uczniowie rywalizowali pomiędzy sobą, który z nich najdłużej utrzyma się na drążku na ugiętych ramionach. Ćwiczenie trudne, w którym bardzo ważna jest siła mięśni ramion w stosunku do wagi ciała. Najlepszym okazał się Kacper Kotecki z klasy 6 b, który utrzymał się na drążku przez 1 min 6 sek., niewiele gorszy był Jan Jakubiak z 5 d. Jego czas to 54 sek. Uczniowie chętnie rywalizowali ze sobą i próbowali poprawić swoje osiągnięcia.





Nasze sportowe osiągnięcia



Kontynuacja akcji, mającej na celu propagowanie aktywności sportowej przez uczniów oraz nauczycieli.

Aktywna przerwa





Lekki plecak



W dniach 29 i 30 kwietnia 2019r. przy współpracy z pielęgniarką szkolną przeprowadzono ważenie tornistrów uczniów klas 1 – 8 „a”. Pomiarów masy ciała uczniów oraz ciężaru tornistrów dokonano na szkolnej wadze stanowiącej wyposażenie gabinetu profilaktycznej opieki zdrowotnej. Wyniki, które uzyskano, zestawiono z październikowymi. W kwietniu i na początku maja wychowawcy klas i nauczyciele przedmiotów sprawdzili umiejętność uczniów w zakresie właściwego pakowania tornistra. Z wynikami wybiórczego ważenia tornistrów oraz sprawdzenia umiejętności uczniów w zakresie właściwego ich pakowania zapoznano wychowawców klas i rodziców podczas majowych zebrań klasowych. Również w kwietniu zespół składający się z rodziców, uczniów i nauczycieli dokonał oceny możliwości lokalowych szkoły pod kątem zwiększenia miejsca w szkole do zostawiania podręczników, przyborów szkolnych. Podczas majowych spotkań klasowych rodzice zostali zapoznani z zaleceniami dotyczącymi tornistrów szkolnych – informacje na temat właściwego pakowania tornistra, niezbędności rzeczy oraz szczegółów, na które należy zwrócić uwagę przy zakupie nowego tornistra.

Dbamy o higienę jamy ustnej

Uczniowie ósmych klas uczestniczyli w spotkaniu z lekarzem stomatologiem, panią Zofią Gryczką, która przypomniała, jak poprawnie szczotkować zęby i dbać o higienę jamy ustnej.





Kolorowy tydzień

Aby zachęcić uczniów do spożywania owoców i warzyw, w drugim tygodniu czerwca uczniowie akcentowali w swoim ubiorze owocowy kolor oraz przynosili do szkoły owoce i warzywa według harmonogramu:



Czerwony poniedziałek





Żółty wtorek



Zielona środa



Fioletowy czwartek



Pomarańczowy piątek

