

REALIZACJA PLANOWANYCH DZIAŁAŃ

SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE

W PAŹDZIERNIKU 2019 ROKU

„ZDROWE ŻYWIENIE JEST ZAWSZE W CENIE!”



ZADANIA:

- 28 października – Dzień Odpoczynku dla Zszarganych Nerwów.
- Aktywna przerwa.
- Przerwa bez smartfona.
- Aktywna lekcja.
- Zdrowiaki.

KRYTERIUM SUKCESU:

- Uczniowie wiedzą, że trzeba dbać o swoje zdrowie psychiczne.
- Uczniowie aktywnie uczestniczą w proponowanych zajęciach ruchowych.
- Podczas drugiej przerwy uczniowie ograniczają korzystanie z telefonów.
- Uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach językowo-ruchowych oraz angażują się w proponowane ćwiczenia.
- Uczniowie wiedzą, że celu zachowania mocnych, zdrowych zębów należy w odpowiedni sposób się odżywiać.

Zadania

Światowy Dzień Odpoczynku dla Zszarganych Nerwów



28 października

Dzień bez pytania, kartkówki, sprawdzianów i zadań domowych



W październiku realizowano akcje mające zachęcić naszych uczniów do aktywnego spędzania przerw oraz ograniczania korzystania z telefonów komórkowych na rzecz rozmów z rówieśnikami, czyli:

Aktywna przerwa



Przerwa bez smartfona



Aktywna lekcja



W październiku w ramach programu „Szkoła promująca zdrowie” odbyła się aktywna lekcja języka angielskiego. Celem zajęć było połączenie nauki języka angielskiego z aktywnością fizyczną przez gry ruchowe i zabawy piłką. Zajęcia odbyły się na boisku szkolnym.





ZDROWIAKI



Z początkiem września, ruszyła akcja "Zdrowiaki", w ramach której uczniowie SP2 mogą dowiedzieć się więcej o zbilansowanej diecie. W tym celu postawiony został stojak "infomed", zawierający informacje o witaminach, ziołach, o pokarmach, które warto spożywać. W podtrzymaniu aktywnego stylu życia oraz w poszukiwaniu recepty na zdrowie, przyłączyła się chętnie do akcji klasa 3 B, której uczniowie wzajemnie się pilnują, co jedzą na śniadanie w szkole i którzy systematycznie wrzucają do kartonowego "Pana Ząbka" zbędne słodycze, a w zamian otrzymują od wychowawcy order "zdrowego uśmiechu". Ręcznie wykonane "zdrowiaki" towarzyszą dzieciom podczas codziennych zajęć, lecz gdy tylko one zobaczą, jakimi niezdrowymi przekąskami energetyzują się dzieci, niechętnie wracają do

ciasnej kopuły, w której tkwią pełne obaw czy kiedyś nie będą musiały bezpowrotnie zniknąć z krainy "Zdrowolandii", jeśli dzieci nie zaprzestaną spożywania słodyczy.

Akcja ma na celu promowanie zdrowego odżywiania się oraz profilaktycznego zapobiegania próchnicy i minimalizowania innych chorób jamy ustnej.

Bądź aktywistą na co dzień i trzymaj dobrą formę. Zapraszamy do wspólnej zabawy w SP2.



