



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Klaudia Sieradzka

SP1 - Jesienny Tydzień Promocji Zdrowia

Publikowane od

25.11.2013 00:00:00

Publikowane do

25.12.2013 00:00:00



W dniach 18-22 listopada 2013r.w Szkole Podstawowej nr 1 odbywał się JESIENNY TYDZIEŃ PROMOCJI ZDROWIA pod hasłem „Chcę żyć zdrowo!” w ramach programu

„W-F z klasą”. Jest to kampania zdrowotna, której nadrzędnym celem jest propagowanie wśród uczniów zdrowego stylu życia.

Zawiera ona szereg działań, mających na celu wykształcenie u uczniów pozytywnych postaw prozdrowotnych. Ważne było uświadomienie uczniom potrzeby aktywności fizycznej oraz poszerzenie wiedzy dotyczącej zasad zdrowego odżywiania, ukształtowania nawyków zdrowego spożycia owoców i warzyw, a także zagrożenie wynikających z nieodpowiednich nawyków żywieniowych. Podczas Tygodnia Promocji Zdrowia każdego dnia uczniowie byli ubrani w innym kolorze, spożywali owoce i warzywa, brali udział w wielu konkursach, na których mogli się wykazać nie tylko wiedzą, ale także umiejętnościami plastycznymi oraz sprawnością fizyczną. W pierwszym dniu naszej kampanii na korytarzu szkolnym pojawił się kiosk zdrowej żywności, gazetka „10 zasad zdrowego odżywiania” oraz został ogłoszony konkurs „Wiem co jem” – przepis na jesienną surówkę. Wtorek był dniem aktywności ruchowej. W czasie przerw, na sali gimnastycznej uczniowie razem z nauczycielami ćwiczyli przy muzyce aerobik, prowadzony przez dziewczyny z klasy Va. W tym dniu dominował kolor czerwony, królową na śniadaniu marchewka. W trzecim dniu dominował kolor żółty i gruszki na śniadanie. Rozdano również tego dnia ulotki promujące zdrowy styl życia. W czwartek w szkole zrobiło się biało, na śniadanie wszyscy jedli jogurt. Jury oceniało prace konkursowe – przepis na jesienną surówkę. Przeprowadzono tego dnia ankietę nt. „Zdrowego stylu życia”. 22 listopada (piątek) odbył się apel podsumowujący wszystkie działania i konkursy, które miały miejsce podczas tygodniowej kampanii zdrowotnej. Tego dnia dominował kolor granatowy. Nastąpiło uroczyste ogłoszenie wyników i wręczenie przez panią dyrektor Janinę Lampkowską dyplomów dla zwycięzców konkursów oraz dyplomu i nagrody dla Magdy Obłokowskiej, uczennicy z klasy VIb za wiersz rymowany o lekcji w-f w naszej szkole. Dopełnieniem uroczystego podsumowania był występ grupy uczniów naszej szkoły dotyczący zasad zdrowego odżywiania oraz prezentacja multimedialna.

Tydzień Promocji Zdrowia był tygodniem obfitującym w różne działania prozdrowotne i na pewno dostarczył wiele pozytywnych wrażeń i emocji i mamy nadzieję, że zaszczepił u uczniów, choć w niewielkim stopniu zasady zdrowego stylu życia, które będą miały odzwierciedlenie w ich przyszłym życiu.

Koordynatorzy projektu: p. D. Kieglerski, p. J. Lampkowska, p. D. Bardońska, p. J. Luciszewska, p. T. Łapka, p. ?. Dobrowolski.











Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/arttykul/sp1-jesienny-tydzien-promocji-zdrowia>