

W dniach 22 -26 listopada obchodziliśmy w naszej szkole **Tydzień Profilaktyki i Promocji Zdrowia** pod hasłem: „**W zdrowym ciele, zdrowy duch**”.

W tygodniu tym przeprowadzone zostały pogadanki prozdrowotne, a także quiz wiedzy o zdrowiu. Uczniowie klasy 5A brali udział w warsztatach z cyklu spotkań promujących zdrowie psychiczne "Relacje, które łączą" oraz "Jak prawidłowo komunikować się ze sobą". Odbyły się również lekcje promujące zdrowie fizyczne, gry i zabawy zespołowe na świeżym powietrzu.

Wychowawcy klas 8A, 8E i 8G przeprowadzili lekcje z wychowankami na temat szkodliwości palenia tytoniu w ramach programu „Znajdź właściwe rozwiązanie”.

W tygodniu promocji zdrowia odbyła się prelekcja na temat higieny jamy ustnej w klasie 3B. Zajęcia zostały przeprowadzone przez pracowników Polskiego Czerwonego Krzyża w ramach programu edukacyjnego „Dziel się uśmiechem”, w którym nasza szkoła bierze udział.

Uczniowie klasy 3F wzięli udział w lekcji „Ze zdrowiem na TY”. Dzieci chętnie uczestniczyły w zajęciach, wykonywały ciekawe ćwiczenia, quizy i krzyżówki promujące zdrowy styl życia. Uczniowie brali również udział w grach i zabawach ruchowych.

Przeprowadzone zostały zajęcia warsztatowe w klasie 1A pod hasłem „Jemy zdrowo i kolorowo”. Głównym celem spotkania było kształtowanie wśród dzieci nawyków zdrowego odżywiania. Dzieci wysłuchały wierszy o tematyce prozdrowotnej. Wspólnie w grupach przygotowały zasady racjonalnego i zdrowego odżywiania się. Tworzyły na podstawie tych zasad obrazkowe jadłospisy. Drugie śniadanie zostało wzbogacone o zdrowe produkty, które dotarły do klasy w ramach akcji „Warzywa i owoce w szkole”.

W świetlicy odbył się „Bał u Marchewki” promujący zdrowy styl życia. Odbyły się pogadanki prozdrowotne, a także quiz wiedzy o zdrowiu. Zorganizowany został też międzyszkolny konkurs plastyczny pt. "Jak zdrowo żyć i szczęśliwym być", a także spotkanie z naszą panią pielęgniarką, która przekazała uczniom wiele cennych rad dotyczących zdrowego odżywiania i zdrowego stylu życia.

Przeprowadzony został także konkurs plastyczny dla uczniów klas 0 - III „W zdrowym ciele, zdrowy duch”. Ciekawe prace dzieci na temat tego co robić, aby zdrowo żyć można podziwiać na wystawie.

W tygodniu promocji zdrowia nie zabrakło zwrócenia szczególnej uwagi na panującą nadal pandemię koronawirusa. Nauczyciele na lekcjach wychowawczych przypominali uczniom obowiązujące w szkole zasady bezpieczeństwa w dobie pandemii COVID-19.

Wszystkim nauczycielom dziękujemy za zaangażowanie, a uczniom życzymy, aby wykorzystali zdobytą wiedzę na temat zdrowego stylu życia w praktyce.

Anna Michalak