



### KONKURS O TEMATYCE PROZDROWOTNEJ – „Dbam o zdrowie i wiem, co jem”

Zdrowie jest postrzegane przez współczesnego człowieka jako jedna z najbardziej znaczących wartości w jego życiu. Umiejętności i nawyki związane ze stylem życia, a więc i te, które dotyczą zdrowia kształtują się we wczesnym okresie życia. W podstawie programowej kształcenia ogólnego dla I etapu edukacyjnego znajdują się wyraźne zalecenia dotyczące prowadzenia edukacji prozdrowotnej.

Mamy więc okazję, aby ogłosić **konkurs o zdrowiu dla uczniów klas 0 – III i ich rodziców**. Konkurs ma charakter rywalizacji zespołowej i odbędzie się w ramach prowadzenia akcji „Śniadanie daje moc” w **dniu 8 listopada 2019r.** Konkurencje w ramach tego konkursu przeprowadzane będą w odrębnych salach lekcyjnych dla każdej z klas. Działania te łączyć będą różne rodzaje edukacji. Uczniowie i ich rodzice będą się mogli wcześniej zgłaszać do poszczególnych konkurencji i tworzyć zespoły. Ich pracy towarzyszyć będzie doping zgromadzonej publiczności. Konkurs jest tak przemyślany, aby angażował jak najwięcej dzieci z różnymi zdolnościami, wyzwalał w nich inwencję twórczą i pozytywne emocje.

## **ORGANIZATOR KONKURSU:**

Beata Czerwińska – koordynator promocji zdrowia i działań zdrowotnych w Szkole Podstawowej im. Wincentego Witosa w Szydłowie

## **CELE KONKURSU :**

- propagowanie wśród dzieci wiedzy prozdrowotnej i zdrowego stylu życia;
- nabywanie prozdrowotnych przyzwyczajeń i nawyków;
- wspomaganie rozwoju dziecka w przyjaznym i zdrowym środowisku;
- stwarzanie sytuacji do kształtowania w uczniach postawy prozdrowotnej;
- integracja uczniów klas 0 – III i ich rodziców

## **REGULAMIN KONKURSU :**

1. W konkursie biorą udział uczniowie klas 0 – III i ich rodzice.
2. Wychowawca wraz z uczniami typuje po 3 lub 4 uczestników ze swojej klasy (zespoły) do następujących konkurencji:
  - Plakat z wiodącym hasłem: DBAM O ZDROWIE I WIEM, CO JEM (3 uczestników)
  - Test wiedzy (2 uczestników)
  - Wykonanie ludzika i zwierzątka z warzyw i owoców (3-4 uczestników)
  - Opracowanie zestawu ćwiczeń gimnastyki porannej (3-4 uczestników)
3. Wychowawca z każdej klasy tworzy zespół składający się z 2 rodziców i 2 dzieci do konkurencji: „Pożywny i smaczny deser mleczny”.
4. Drużyny z poszczególnych klas otrzymują za każde zadanie od 0 do 5 punktów.
5. Test wiedzy punktowany zgodnie z następującymi kryteriami: 0 błędów – 5p., 1 błąd – 4p., 2 błędy – 3p., 3 błędy – 2p., 4 błędy – 1p., 5 i więcej błędów – 0p.
6. Drużyny z poszczególnych klas:
  - przygotowują zestaw ćwiczeń gimnastyki porannej składającej się z 5 różnych ćwiczeń
  - wykonują dowolną techniką na dużym formacie szarego papieru plakat z hasłem DBAM O ZDROWIE I WIEM, CO JEM
  - rozwiązują testy wiedzy (słowny dla uczniów klas II-III, ilustrowany dla klas 0-I)
  - wykonują ludzika i zwierzątko z warzyw i owoców
  - przyrządzają deser mleczny z wybranych produktów
7. Wszystkie konkurencje odbywają się w tym samym czasie. Czas przeznaczony na wykonanie każdego zadania to 30 minut.
8. Jury składa się z wybranych nauczycieli, nie będących wychowawcami klas 0-III.
9. Punkty przyznaje jury;
10. Punktacja dla poszczególnych klas zapisywana jest na tablicy zbiorczej (punkty zdobyte przez drużyny przechodzą na konta poszczególnych klas)
11. Przewidziane są nagrody dla drużyn i klas w postaci słodczy i pamiątkowych dyplomów.
12. Pamiętajmy, że najważniejsza jest zabawa i współpraca w zespole.

***Zapraszamy chętnych rodziców uczniów klas 0-III do wzięcia udziału w konkursie!***

