

Szkolny Dzień Zdrowia

6 lutego 2019 roku w Publicznej Szkole Podstawowej w Zblewie obchodziliśmy Szkolny Dzień Zdrowia. W tym dniu uczniowie z klas 0 – 4 pracowali metodą projektu. Uczniowie wraz z nauczycielem przygotowywali zdrowy posiłek (kanapki, soki, koktajle lub sałatki). Następnie na hali widowiskowo – sportowej prezentowali wcześniej przygotowane plakaty, śpiewali piosenki i recytowali wierszyki o tematyce zdrowotnej oraz układali piramidę żywienia. Na zakończenie prezentacji swoich prac, uczniowie otrzymali jabłka, aby jeszcze bardziej podkreślić zdrowotną funkcję warzyw i owoców.



Uczniowie z klas 5 – 7 uczestniczyli w warsztatach prowadzonych przez nauczycieli. Dla uczniów z klas 5 przygotowano warsztaty z udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, podczas których uczniowie ćwiczyli na fantomach resuscytację. Podczas warsztatów z dietetyki, uczniowie wykonywali album na temat: „Warzywa i owoce podstawą diety – co o nich wiemy?” Dowiedzieli się jaką rolę w organizmie pełnią warzywa i owoce, w jakich ilościach i pod jaką postacią należy je spożywać. Pani pielęgniarka dokonała pomiarów somatycznych uczniów (wagi i wysokości ciała). W czasie zajęć doświadczalnych uczniowie wykrywali cukier i białko w produktach spożywczych oraz obserwowali, jak alkohol działa na mózg świni.



Dla uczniów z klas 6 i 7 przygotowano prelekcję dotyczącą samobadania piersi i profilaktyki raka piersi oraz szkodliwego wpływu wifi na organizm człowieka. Uczniowie mogli sprawdzić się w torze przeszkód. Przygotowali także zdrowy posiłek podczas warsztatów kulinarno – dietetyczne. Kolejne warsztaty dotyczyły akcji „Twoja krew, moje życie”, podczas których uczniowie poznali grupy krwi, wskazania i przeciwwskazania do oddawania krwi. Uczniowie uczestniczyli również w warsztatach z profilaktyki dotyczących sposobów radzenia sobie z problemami. Po zakończeniu warsztatów dla uczniów, odbyło się spotkanie nauczycieli ze szkolnymi dietetykami.



[Więcej zdjęć w galerii](#)

Justyna Prychła