



PROJEKT „SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”

**Szkoła Podstawowa nr 15
im. Polskich Olimpijczyków
w Koninie**

**DZIAŁANIA W ZAKRESIE REALIZACJI
PRIORYTETU –
**UTRWALANIE WŁAŚCIWYCH NAWYKÓW
ŻYWIENIOWYCH
I HIGIENICZNYCH****

- **Wyrabianie nawyków spożywania I i II śniadania**
- **Poznanie i wdrażanie zasad zdrowego odżywiania**
- **Wdrażanie do codziennego spożywania warzyw i owoców**
- **Wyrabianie nawyków higienicznych (Dni Promocji Zdrowia)**



SPOŻYWANIA I I II ŚNIADANIA

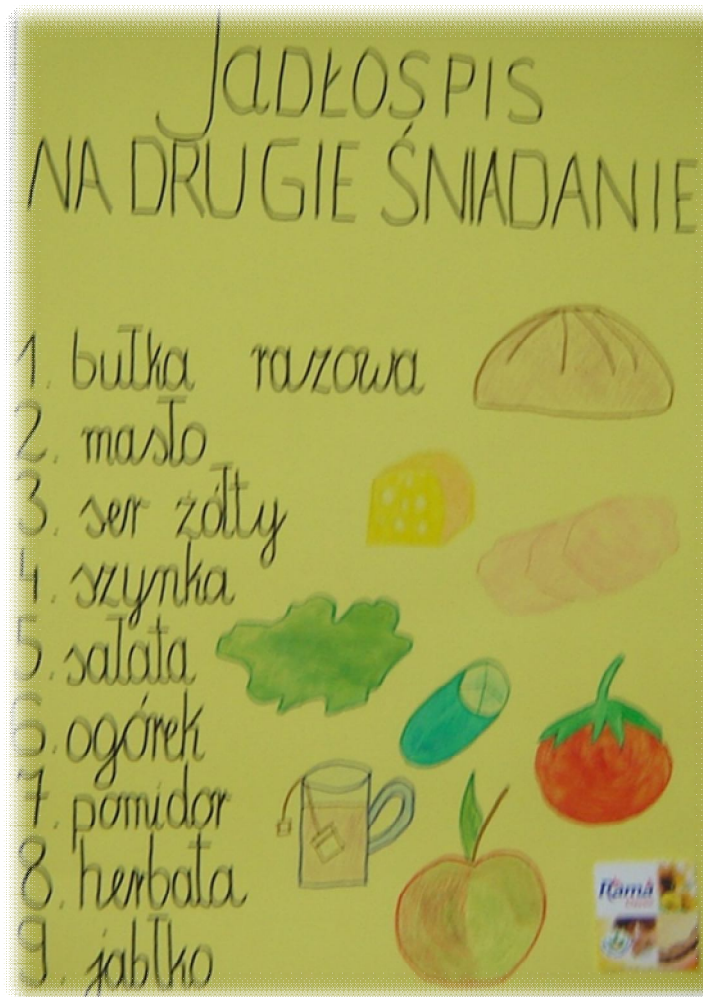
Zajęcia edukacyjne dla uczniów kl. I-VI –
praktyczna lekcja przygotowania zdrowego śniadania







Opracowanie przez uczniów przykładowych jadłospisów na II śniadanie



Wystawa prac – jadłospisów



Wspólne spożywanie II śniadania w klasach I-III



Mikołajkowy turniej rodzinny dla kl. 0 – jako podsumowanie programu.



Konkurs plastyczny dla klas na plakat przedstawiający jedną zasadę zdrowego odżywiania



CHCESZ BYĆ PIĘKNY,
SILNY, ZDROWY?

JEDZ PRODUKTY Z MLEKA
KOZY, OWCY, KROWY

CODZIENNIE!

III E

Codzienna aktywność fizyczna i odpowiednia dieta kluczem do zdrowia.

Przede wszystkim strzeż się nadwagi i otyłości.

VA

Ograniczaj spożycie cukru i soli

Ból głowy

Otyłość

Zmęczenie

Próchnica zębów

Podwyższony poziom cholesterolu

Reumatyzm

Nieregularne oddawanie moczu

Wzrost ciśnienia krwi

Zatrzymuje wodę w organizmie

VI C



Konkurs dla uczniów i rodziców na najciekawszą dekorację stołu karnawałowego ze zdrową żywnością – w czasie zabawy karnawałowej





Szkolenie dla nauczycieli



Książeczki kucharskie – konkurs dla klas III-VI



Konkurs graficzny na ulotkę promującą zasady zdrowego odżywiania –kl. IV-VI



Zmagania drużynowe „Kocham Cię zdrowie”



Kontynuowanie akcji „Mleko w szkole”



WDRAŻANIE DO CODZIENNEGO SPOŻYWANIA WARZYW I OWOCÓW

Realizacja ogólnopolskiego programu
„5 porcji warzyw, owoców i soku”



Szkolny przegląd teatrzyków – tematyka owocowo-warzywna



Konkurs na klasową gazetkę ścienną zachęcającą do spożywania warzyw i owoców



Teledysk z piosenką o odżywianiu



HIGIENICZNYCH (DNI PROMOCJI ZDROWIA)

Spotkania z pielęgniarką



Spotkanie ze stomatologiem



Wizyta dr Zębka w szkole – zabawa tematyczna



**Dziękujemy
za czas poświęcony
naszej prezentacji**

