

**Sprawozdanie z realizacji projektu edukacyjnego do
programu „Trzymaj Formę”
w Szkole Podstawowej nr 2
im. św. Stanisława Kostki
w Lubomierzu**

Koordynator programu:
mgr Monika Piwko-Bieniek

„Trzymaj Formę”

Cel programu „Trzymaj Formę:

- Edukacja w zakresie kształtowania właściwych nawyków żywieniowych wśród uczniów oraz rodziców poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety.
- Adresatami i uczestnikami programu byli: uczniowie klasy IV (16) V (10) i VI (19) ich rodzice, społeczność szkolna.
- Program realizowany był metodą projektu.

„Trzymaj Formę”

W ramach programu przeprowadziliśmy następujące działania:

- Na lekcjach przyrody i zajęciach świetlicowych omówiono zasady zdrowego żywienia dzieci i młodzieży, zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem się, wpływ ruchu na zdrowie człowieka.
- Projekcja filmu pt. „Przemiana z grubego na zdrowego”.
- Edukacja konsumencka- analiza etykiet spożywczych pod kątem zawartości soli, konserwantów, barwników.
- Spotkanie z panią pielęgniarką. Mierzenie, ważenie, pogadanka na temat prawidłowej postawy.
- Obliczanie BMI na lekcji matematyki oraz układanie i rozwiązywanie zadań matematycznych związanych ze zdrowym odżywianiem.
- Przeprowadzenie ćwiczeń rozciągających.
- Przeprowadzenie debaty uczniowskiej pt. Zdrowie na talerzu zakończone testem sprawdzającym ułożonym wspólnie przez nauczycieli.
- Wykonanie prac plastycznych na zajęciach świetlicowych pt. „Zdrowie na talerzu”.

„Trzymaj Formę”

- Przygotowanie inscenizacji teatralnej pt. „O smoku wawelskim, który zmienił jadłospis”- zaangażowanie uczniów ze świetlicy szkolnej.
- Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.
- Konkurs z języka polskiego na opowiadanie pt. „Jak aktywnie spędzam czas z moją rodziną”.
- Organizacja konkursu plastycznego promującego zdrowy styl życia pt. „Rodzino trzymaj formę”.
- Wykonanie sałatki owocowej z degustacją.

Uczestnictwo w programie „Trzymaj formę” uświadomiło uczniom zagrożenia wynikające z niewłaściwego odżywiania się i biernego trybu życia.

„Trzymaj Formę”

Projekcja filmu pt. „Przemiana z grubego na zdrowego”.



„Trzymaj Formę”

Edukacja konsumencka.



„Trzymaj Formę”

Pogadanka na temat prawidłowej postawy. Mierzenie, ważenie uczniów.



„Trzymaj Formę”

Pogadanka na temat prawidłowej postawy. Mierzenie, ważenie uczniów.



„Trzymaj Formę”

Pogadanka na temat prawidłowej postawy. Mierzenie, ważenie uczniów.



„Trzymaj Formę”

Obliczanie BMI na lekcjach matematyki oraz układanie zadań matematycznych związanych ze zdrowym odżywianiem.



„Trzymaj Formę”

Obliczanie BMI na lekcjach matematyki oraz układanie zadań matematycznych związanych ze zdrowym odżywianiem.



„Trzymaj Formę”

Obliczanie BMI na lekcjach matematyki oraz układanie zadań matematycznych związanych ze zdrowym odżywianiem.



„Trzymaj Formę”

Obliczanie BMI na lekcjach matematyki oraz układanie zadań matematycznych związanych ze zdrowym odżywianiem.



„Trzymaj Formę”

Ćwiczenia rozciągające.



„Trzymaj Formę”

Ćwiczenia rozciągające.



„Trzymaj Formę”

Ćwiczenia rozciągające.



„Trzymaj Formę”

Ćwiczenia rozciągające.



„Trzymaj Formę”

Ćwiczenia rozciągające.



„Trzymaj Formę”

Ćwiczenia rozciągające.



„Trzymaj Formę”

Debata uczniowska w kl. IV, V i VI pt. „Zdrowie na talerzu” zakończona testem sprawdzającym ułożonym wspólnie przez nauczycieli.



„Trzymaj Formę”

Debata uczniowska w kl. IV, V i VI pt. „Zdrowie na talerzu” zakończona testem sprawdzającym ułożonym wspólnie przez nauczycieli.



„Trzymaj Formę”

Prace plastyczne pt. „Talerz zdrowia”.



„Trzymaj Formę”

Inscenizacja teatralna pt. „O smoku wawelskim, który zmienił jadłospis”.



„Trzymaj Formę”

Inscenizacja teatralna pt. „O smoku wawelskim, który zmienił jadłospis”.



„Trzymaj Formę”

Inscenizacja teatralna pt. „O smoku wawelskim, który zmienił jadłospis”.



„Trzymaj Formę”

Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.



„Trzymaj Formę”

Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.



„Trzymaj Formę”

Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.



„Trzymaj Formę”

Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.



„Trzymaj Formę”

Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.



„Trzymaj Formę”

Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.



„Trzymaj Formę”

Udział w zawodach, turniejach sportowych, meczach.



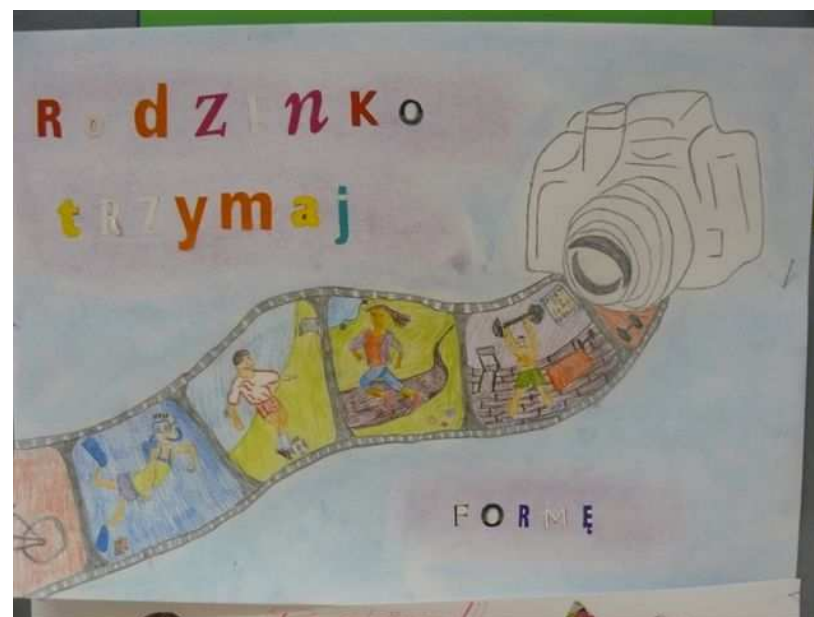
„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę.”



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Konkurs plastyczny pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Wystawa prac plastycznych pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Laureaci konkurs plastycznego pt. „Rodzino trzymaj formę”.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie sałatki owocowej.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie sałatki owocowej.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie sałatki owocowej.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie sałatki owocowej- degustacja.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie sałatki owocowej- degustacja.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie sałatki owocowej- degustacja.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie piosenki pt. „KEEP FIT” i plakatu w języku angielski pod hasłem „Jem zdrowo”.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie piosenki pt. „KEEP FIT” i plakatu w języku angielski pod hasłem „Jem zdrowo”.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie piosenki pt. „KEEP FIT” i plakatu w języku angielski pod hasłem „Jem zdrowo”.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie piosenki pt. „KEEP FIT” i plakatu w języku angielski pod hasłem „Jem zdrowo”.



„Trzymaj Formę”

Wykonanie piosenki pt. „KEEP FIT” i plakatu w języku angielski pod hasłem „Jem zdrowo”.



DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

Koordynator programu:
mgr Monika Piwko-Bieniek