

Zdrowo jem, więcej wiem!

 **jesień**  
klasa 1

# PLAN REALIZACJI ZADAŃ KONKURSOWYCH

W skład etapu jesiennego wchodzi 3 bloki zadaniowe:

1. Zajęcia lekcyjne związane z promocją zdrowia – 2 godziny lekcyjne.
2. Konkursy – 3 rodzaje.
3. Forum Zdrowia dla Rodziców – 2 spotkania w czasie wywiadówek.

Nauczyciel realizuje każdy blok zadaniowy i przesyła sprawozdanie z realizacji wyżej wymienionych bloków. Sprawozdania będą oceniane według podanych kryteriów.

## **Ad. 1. Zajęcia lekcyjne związane z promocją zdrowia**

W etapie jesiennym należy przeprowadzić 2 zajęcia tematyczne:

1. Dbam o to, co jem i jak spędzam wolny czas.
2. Stawiam na śniadanie.

Do każdej lekcji, jako pomoc dla nauczyciela, opracowano scenariusz lekcji i inne pomoce. Za przeprowadzenie każdej lekcji przewidziano do 100 punktów.

W ramach sprawozdania z przeprowadzenia zajęć nauczyciel przesyła:

1. opis lekcji – do 50 punktów,
2. dokumentację zdjęciową – do 25 punktów,
3. zdjęcia pomocy dydaktycznych – do 25 punktów.

Prosimy o przesłanie maksymalnie 5 zdjęć. Każde zdjęcie oceniane jest maksymalnie na 5 punktów (liczy się jakość zdjęcia i treść). Oceniane jest 5 pierwszych zdjęć. Za każde zdjęcie powyżej piątego przyznawany będzie 1 punkt karny.



# Zdrowo jem, więcej wiem!

## Ad. 2. Konkursy

W etapie jesiennym należy przeprowadzić trzy konkursy – za każdy z nich można otrzymać do 100 punktów.

### KONKURS 1

**Najciekawszy plakat do hasła: „Dbam o zdrowie – dobrze się odżywiam i jestem aktywny”.**

W ramach sprawozdania z realizacji konkursu nauczyciel przesyła:

1. zdjęcie zwycięskiego plakatu – do 25 punktów,
2. zbiorowe zdjęcia wszystkich plakatów – do 25 punktów,
3. sposoby promocji plakatów w szkole – do 50 punktów.

Prosimy o przesłanie maksymalnie 5 zdjęć. Każde zdjęcie oceniane jest maksymalnie na 5 punktów (liczy się jakość zdjęcia i treść). Oceniane jest 5 pierwszych zdjęć. Za każde zdjęcie powyżej piątego przyznawany będzie 1 punkt karny.

### KONKURS 2

**Strefa aktywności – najciekawsze propozycje zabaw na świeżym powietrzu.**

W ramach sprawozdania z realizacji konkursu nauczyciel przesyła:

1. 10 propozycji gier i zabaw wybranych w klasie wraz z opisami – do 50 punktów,
2. sposoby promocji najlepszych zabaw wraz z dokumentacją zdjęciową – do 50 punktów.

Prosimy o przysłanie maksymalnie 5 zdjęć. Oceniane jest 5 pierwszych zdjęć. Za każde zdjęcie powyżej piątego przyznawany będzie 1 punkt karny.

### KONKURS 3

**Zdobywamy odznakę Super Kucharzyka za najlepszy zestaw na drugie śniadanie.**

W ramach sprawozdania z realizacji konkursu nauczyciel przesyła:

1. zdjęcie **najlepszego** rysunku – do 25 punktów,
2. zdjęcia poszczególnych stron Książki Śniadaniowej – do 25 punktów,
3. sposoby promocji Książki Śniadaniowej – do 50 punktów.

Prosimy o przesłanie maksymalnie 5 zdjęć. Każde zdjęcie oceniane jest maksymalnie na 5 punktów (liczy się jakość zdjęcia i treść). Oceniane jest 5 pierwszych zdjęć. Za każde zdjęcie powyżej piątego przyznawany będzie 1 punkt karny.



# Zdrowo jem, więcej wiem!

## Ad. 3. Forum Zdrowia dla Rodziców – dwa spotkania w czasie wywiadówek

W czasie etapu jesiennego przewidywane są dwa spotkania z rodzicami w ramach Forum Zdrowia dla Rodziców. Spotkania odbędą się w czasie wywiadówek. Nauczyciel wręczy rodzicom przygotowane materiały w formie ulotek:

1. „Dlaczego sposób żywienia dzieci jest sprawą bardzo ważną?”,
2. „Bez śniadania nie ma nauczania”.

Rola nauczyciela polega na wydrukowaniu i przekazaniu rodzicom materiałów edukacyjnych. Pożądane byłoby również przeprowadzenie krótkiej (10-minutowej) prelekcji na temat odpowiadający ulotce.

Zadaniem programu „Aktywnie po zdrowie” jest między innymi pogłębienie wiedzy rodziców na temat zdrowego odżywiania dzieci oraz ich aktywności fizycznej. Na stronie internetowej programu rodzice i opiekunowie znajdą wiele ciekawych artykułów, dlatego też nauczyciel powinien zachęcić rodziców do korzystania z tej strony.

Przy okazji wywiadówek rodzice powinni zapoznać się z dokonaniem swoich dzieci – zdjęciami, rysunkami itp. – wykonanymi w trakcie realizacji programu „Aktywnie po zdrowie”. Nauczyciel powinien również zachęcić rodziców do pomocy dzieciom w wypełnianiu kart pracy oraz do wspierania dzieci podczas realizacji przewidzianych zadań. Powinien również zwrócić uwagę, że karty pracy zawierają Kącik dla Rodziców i zachęcić rodziców do realizowania sugerowanych tam aktywności.

Za wykonanie tego zadania można otrzymać 100 punktów:

1. przekazanie rodzicom ulotek – 30 punktów,
2. opisanie przeprowadzonej prelekcji – 70 punktów.

