

Zdrowo jem, więcej wiem!



zima  
klasa 1

# PLAN REALIZACJI ZADAŃ KONKURSOWYCH

**W skład etapu zimowego wchodzi 3 bloki zadaniowe:**

1. Zajęcia lekcyjne o zdrowej alternatywie wobec słodyczy – 2 godziny lekcyjne.
2. Konkursy – 4 rodzaje.
3. Forum Zdrowia dla Rodziców – 1 spotkanie w czasie wywiadówki.

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

## **Ad. 1. Zajęcia lekcyjne o zdrowej alternatywie wobec słodyczy**

W etapie zimowym należy przeprowadzić 2 zajęcia tematyczne:

1. Cukier? Nie, dziękuję!
2. Poznajemy warzywa i owoce.

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 przysłanie 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 zimowym należy przeprowadzić cztery konkursy – za każdy z nich można otrzymać do 100 punktów.

### KONKURS 1

**Najciekawszy plakat z hasłem zachęcającym do zrezygnowania ze słodkich napojów na rzecz wody i ze słodyczy na rzecz owoców, warzyw, pestek i orzechów.**

W ramach sprawozdania z realizacji konkursu nauczyciel przesyła:

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

Prosimy o przysłanie 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

**Zdobywamy odznakę Super Kucharzyka za najlepszy przepis na zdrowe słodycze.**

W ramach sprawozdania z realizacji konkursu nauczyciel przesyła:

1. opis najlepszego zestawu i zdjęcie wykonanego rysunku – do 25 punktów,
2. zdjęcia poszczególnych stron Książki Zdrowych Słodyczy – do 25 punktów,
3. sposoby promocji Książki Zdrowych Słodyczy – do 50 punktów.

Prosimy o przysłanie 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 3

**Strefa aktywności – najciekawsze propozycje zabaw w szkole.**

W ramach sprawozdania z realizacji konkursu nauczyciel przesyła:

1. 10 propozycji gier i zabaw wybranych w klasie – 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 4

**Przedstawienie „Na straganie”.**



# Zdrowo jem, więcej wiem!

W ramach sprawozdania z realizacji konkursu nauczyciel przesyła:

1. opis przygotowań i przedstawienia – do 50 punktów,
2. dokumentacja zdjęciowa – do 50 punktów.

Prosimy o przysłanie maksymalnie 10 zdjęć. Każde zdjęcie oceniane jest maksymalnie na 5 punktów (liczy się jakość zdjęcia i treść). Oceniane jest 10 pierwszych zdjęć. Za każde zdjęcie powyżej piątego przyznawany będzie 1 punkt karny.

## **Ad. 3. Forum Zdrowia dla Rodziców – jedno spotkanie w czasie wywiadówki**

W czasie etapu zimowego przewidywane jest jedno spotkanie z rodzicami w ramach Forum Zdrowia dla Rodziców. Spotkanie ma się odbyć w czasie wywiadówki. Nauczyciel wręczy rodzicom przygotowane materiały w formie ulotki „Produkty najbardziej polecane oraz niepożądane w diecie dziecka”

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.

Za wykonanie tego zadania można otrzymać 100 punktów:

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

