Sport, ruch właściwe odżywianie

Jak co roku w styczniu podczas zajęć świetlicowych jeden tydzień poświęcamy na promocję zdrowego stylu życia. Zajęcia zaczynamy od pogadanki o znaczeniu ruchu i właściwego odżywiania w życiu człowieka.

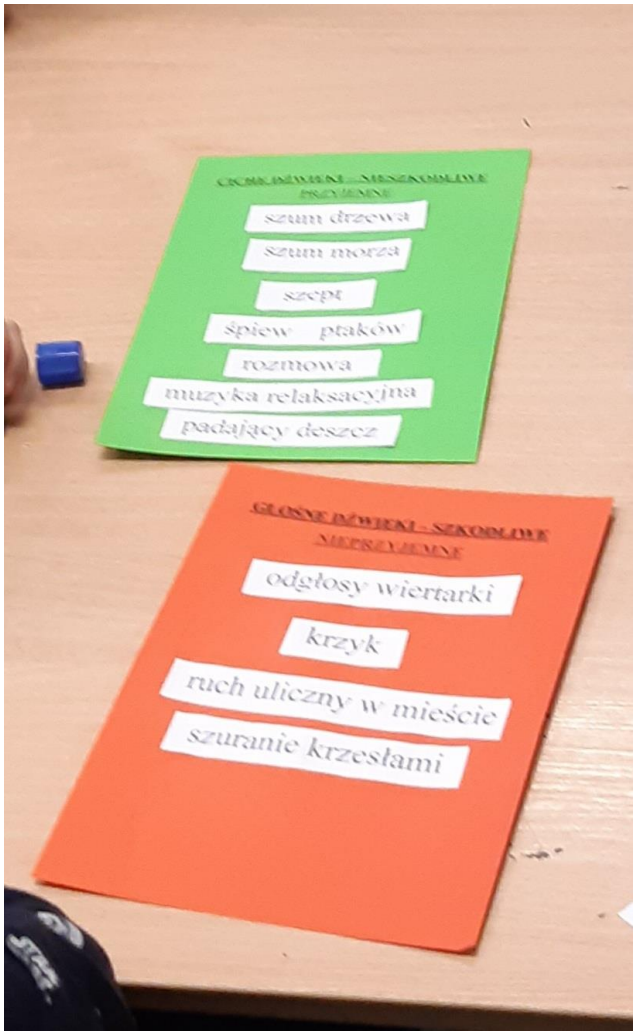
Wiele ciekawych informacji i wiadomości dostarczyła dzieciom „Gra o zdrowie". Była to ciekawa gra edukacyjna, nauka i wspólna zabawa.

Miłym akcentem naszego zdrowego tygodnia był dzień poświęcony owocom i warzywom. Panie przygotowały mały ale zdrowy poczęstunek owocowy. Po posiłku był czas na prace plastyczne pt. „Mój zdrowy talerz owocowy". Poniżej prezentujemy prace uczniów:

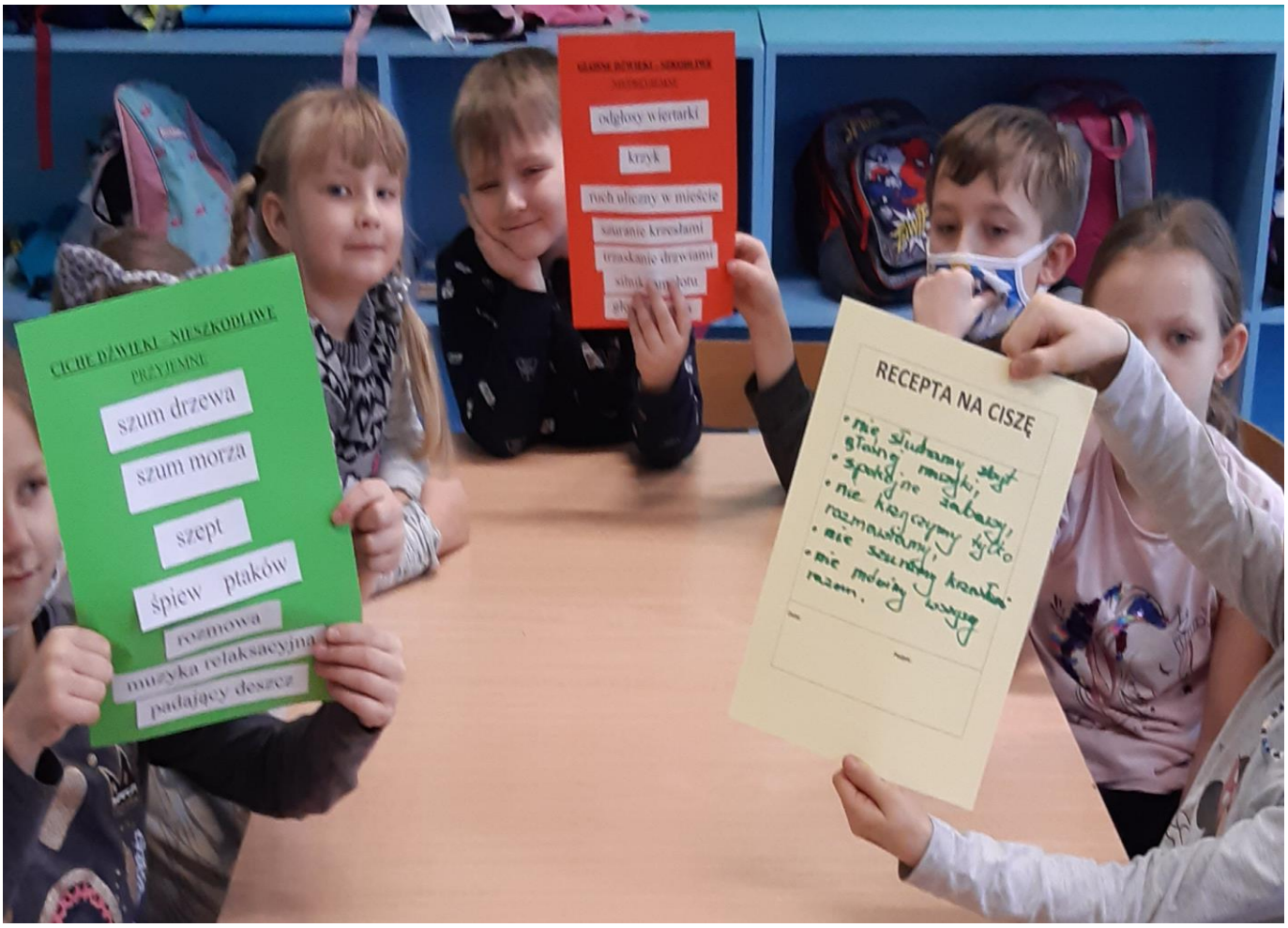
Talerze pełne owoców w pracach plastycznych uczniów:

Dla naszego zdrowia bardzo ważną kwestią jest hałas i jego wpływ na nasze zdrowie psychiczne i fizyczne. Dzieci przebywające w świetlicy bardzo często zapominają o tym ważnym zagadnieniu.

Tydzień poświęcony zdrowiu jest bardzo dobrą okazją żeby o tym przypomnieć podczas zajęć świetlicowych. Uczniowie tworzyli plakaty w dwóch grupach: dobrych(nieszkodliwych) dźwięków oraz dźwięków głośnych (szkodliwych) dla naszego zdrowia.



Po odróżnieniu dźwięków szkodliwych od nieszkodliwych i podziale na dźwięki ciche i głośne, dzieci stworzyły receptę na ciszę.



Podczas pracy indywidualnej uczniowie układali z puzzli emotki „ciszej", które będą mam przypominały o właściwym zachowaniu się zarówno w świetlicy, ale również w klasie, w domu, na ulicy.

CISZEJ