

TRZYMAJ FORMĘ W SP 28



Kanapki i uprawy

Dnia 12 kwietnia 2018r klasa 4b w ramach projektu "Trzymaj formę" wykonywała i konsumowała zdrowe kanapki.

Uczniowie tej klasy kilka dni wcześniej założyli uprawę klasową szczypioru, rzeżuchy i bazylii a następnie wykorzystali je do robionych przez siebie kanapek.

Działaniami w tej klasie koordynowała

p. Elżbieta Rząca.

Kanapki i uprawy



Konsumenckie ABC

Klasa VIIc zrealizowała projekt: "Jestem odpowiedzialny za własne zdrowie i świadomość wyboru". Zadania, które trzeba wykonać, aby zrealizować cele projektu:

- zbierz różnorodne etykiety ze zdrowych produktów spożywczych i je przeanalizuj, sporządź tabele z zawartością wartości odżywczych i energii,
 - zbierz różnorodne etykiety z niezdrowych produktów spożywczych i je przeanalizuj, sporządź tabele z zawartością wartości odżywczych i energii,
- przeanalizuj etykiety różnorodnych produktów spożywczych: jakie związki chemiczne są dodawane do żywności i jakie jest ich działanie,
 - sprawdź, jak wyeksponowane są zdrowe produkty spożywcze w sklepie,
 - sprawdź, jak wyeksponowane są niezdrowe produkty spożywcze w sklepie,
 - opracuj konsumencki dekalog rozsądnych zakupów,

Konsumenckie ABC

[illegible]

Lekcja otwarta

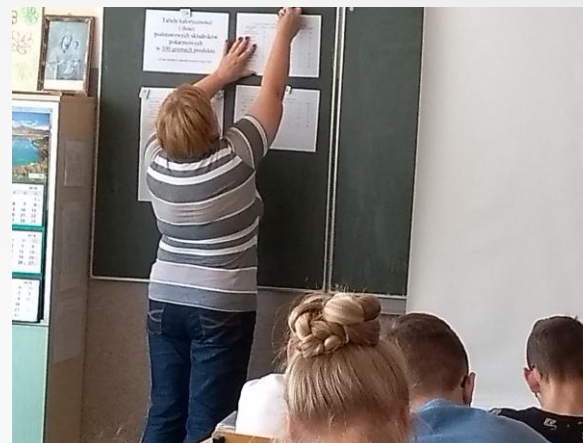
Posumowaniem projektu w klasie była otwarta lekcja matematyki „Czy wiem, co jem?”

Uczniowie na wstępie obejrzelili krótki film mówiący o niewłaściwym odżywianiu się młodzi w innych krajach. Następnie rozwiązywali zadania dotyczące obliczania ilości kalorii i podstawowych składników pokarmowych w różnych produktach spożywczych.

W zadaniach zawarte zostały dodatkowe informacje na temat poszczególnych składników pokarmowych i ich wpływu na zdrowie nastolatka. Przy rozwiązywaniu zadań uczniowie korzystali z przygotowanych przez siebie na wcześniejszych lekcjach tabel przedstawiających ilości poszczególnych składników pokarmowych i energii.

Koordynator: Anna Strenkowska

Lekcja otwarta



Piramida żywieniowa

- Klasa 7a uczestniczyła w lekcji poglądowej dotyczącej zasad odżywiania się zgodnie z zaleceniami zawartymi w piramidzie żywieniowej. Uczniowie, aby podsumować swoje wiadomości wykonali plakaty z piramidą żywieniową.

Koordynator Katarzyna Zielińska

Piramida żywieniowa



Pomiar tętna

Uczniowie klasy 5a na lekcji wychowania fizycznego doskonalili pomiar tętna.

Pomiarów dokonywano przed i po wykonanych ćwiczeniach.

Koordynator Zbigniew Koroś

Pomiar tętna

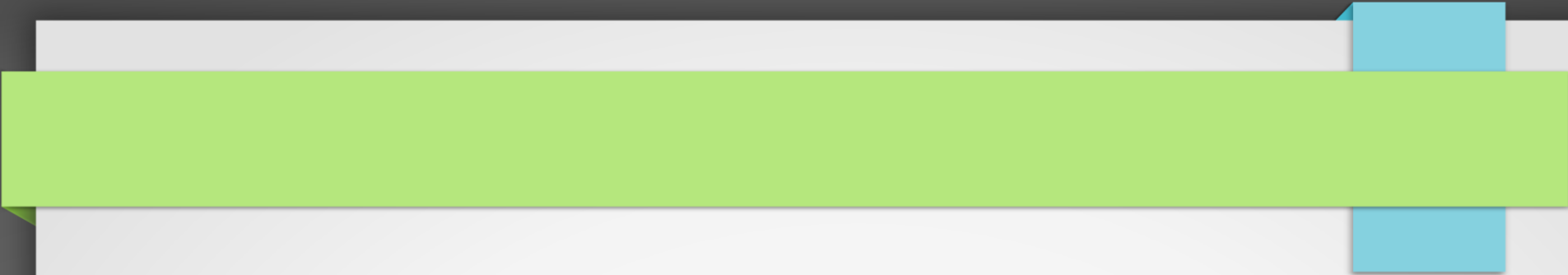


Plakaty „Sport to zdrowie”

Uczniowie klasy 5a wykonali plakaty dotyczące zdrowego stylu życia i roli sportu w codziennym utrzymaniu ciała w dobrej kondycji. Koordynator Zbigniew Koroś

Plakaty „Sport to zdrowie”





Dziękuję za uwagę.

Koordynator szkolny:

Katarzyna Zielińska