

Dbamy o nasze zdrowie

„Zdrowie to cały dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny a nie tylko brak choroby czy kalectwa”- teoria zdrowia wg WHO wydaje się trudna do zrozumienia jednak naszym uczniom nie przyniosła wiele trudu. Co należy robić, żeby być zdrowym? Co to jest higiena ciała? Czemu ruch jest ważny? Co oznacza zdrowa żywność? Czym jest promocja zdrowia, profilaktyka? Pytania, rebusy, krzyżówki, pogadanki nauczycieli świetlicy na temat zdrowia trwały cały ostatni tydzień. Zagadnienie zdrowia wyczerpywaliśmy w różnych zadaniach i pracach plastycznych. Uczniowie wykonywali ćwiczenia ruchowe z wykorzystaniem różnych przyborów czy bawili się tanecznie w rytm muzyki. Rozmawiali o roli warzyw i owoców w codziennym jadłospisie. Nie zabrakło aktualnego tematu- bezpieczeństwa związanego z zapobieganiem epidemii COVID-19. Ciekawą, niecodzienną atrakcją było spotkanie z panią higienistką oraz trenerem zdrowia.