

TYDZIEŃ ZDROWIA 28.11-2.12.2022r.

lp	Nazwa dnia	Działania	Godzina realizacji działania	klasy
1DZIEŃ ZDROWEGO ODŻYWIANIA 28.11.2022r.		Bar sałatkowy	(od 1 do 6 godz.lek) korytarz I piętro	I,II,III
		Spotkanie z dietetykiem nt. Różne rodzaje diet, tworzenie przykładowych diet, dzienne zapotrzebowanie kalorii.	4 godz.lek świetlica szkolna	I C, III C
		Spotkanie z diabetologiem- Panią Beatą Zyzik pt. Cukrzyca	5 godz. lek świetlica szkolna	I F, II F
		Warsztaty kulinarne	4 godz.lek sala 17	I F
		Zadanie konkursowe-Zdrowe śniadanie	Cały dzień	IA,B,C,D, E,E1,F dla chętnych
		Akcja informacyjna, kolportaż ulotek	Cały dzień	-
2 DZIEŃ WALKI Z CHOROBAMI CYWILIZACYJNYMI oraz NAŁOGAMI 29.11.2022r.		Spotkanie z dietetykiem pt. Energetyki	2 godz.lek świetlica szkolna	IV F1, IA, IIE
		Spotkanie z psychologiem z PPP w Radomsku- Panią A. Łoszakiewicz nt. Przeciwdziałanie nałogom-nikotynizm	3 godz. lek świetlica szkolna	I E, II D
		Spotkanie z psychiatrą- Panem Cieślą pt.Depresja	4 godz.lek świetlica szkolna	I D, I A
		Spotkanie z ginekologiem-Panią Ewą Rogulską pt. Nowotwory	5 godz.lek świetlica szkolna	II C, III F
		Spotkanie z przedstawicielem Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów	1 grudnia 4 godz.lek sala 38	IIE

	Alkoholowych w Radomsku-Panem Bogdanem Szymczykiem na temat przeciwdziałanie alkoholizmowi.		
	Pomiar ciśnienia dla chętnych, wykonywany przez pielęgniarkę szkolną	Cały dzień	Wszyscy zainteresowani uczniowie i pracownicy szkoły
	Akcja informacyjna, kolportaż ulotek	Cały dzień	-
3 DZIEŃ Z PIERWSZĄ POMOCĄ 30.11.2022r.	Międzyklasowe zawody z pierwszej pomocy	Od 4 godz. lek. do 6 godz.lek.	Wybrani uczniowie z I,II i III
	Pokazy ratownictwa medycznego	6 godz.lek świetlica szkolna	Uczestnicy zawodów międzyklasowych
	„Zdrowie na językach”-tematy zdrowia poruszane na lekcjach angielskiego, niemieckiego, francuskiego, rosyjskiego	Cały dzień	I, II, III
4 DZIEŃ WALKI Z AIDS I HIV 1.12.2022r.	Prezentacja multimedialna na godzinach wychowawczych	Godz.wych.	I,II i III
	Wystawa prac plastycznych o tematyce AIDS i HIV	Cały dzień.	I,II,III
	Projekcje filmów o tematyce AIDS i HIV pt.„Filadelfia”	6 godz. lek sala 17	IIIC
5 DZIEŃ SPORTU 2.12.2022r.	Międzyklasowe rozgrywki sportowe – piłka siatkowa	1 grudnia od 3 godz.lek do 8 godz. lek. sala gimnastyczna	Wybrani uczniowie I, II, III
	Zajęcia z jogi Xtreme Fitness	3 godz.lek sala gimnastyczna	Wybrani uczniowie I, II, III
	Zajęcia fitness Xtreme Fitness	4. godz. lek sala gimnastyczna	Wybrani uczniowie I, II, III
	Zumba Xtreme Fitness	5 godz.lek. sala gimnastyczna	Wybrani uczniowie I, II, III
	Zajęcia taneczne -uczniowie ILO	6 godz.lek sala gimnastyczna	Wybrani uczniowie I, II, III

Koordynatorzy: Bożena Ujma oraz Aleksandra Kędra