Plan pracy „Szkoła zdrowego żywienia”

**Konkurs trwa od 16.11.2015 r. do 31.05.2016 r**

##### Regulamin konkursu:

1. Celem konkursu jest wskazanie, jak ważną rolę w życiu ucznia pełni prawidłowe odżywianie się.
2. Szkoły przystępujące do konkursu przyjmą na siebie zadania, których wykonanie będzie oceniane przez jury punktowo, w skali od „1″ do „10″. Warunkiem do otrzymania tytułu i dyplomu „Szkoła zdrowego żywienia” jest uzyskanie co najmniej 80% punktów za 10 zadań. W skład jury wchodzą przedstawiciele organizatora konkursu.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Lp | Numer zadania | Odpowiedzialny/a | Termin |
| 1 | Przeprowadzenie, we wszystkich klasach szkoły, debaty uczniowskiej nt. **Zdrowie na talerzu w zgodzie z piramidą żywienia** zakończonej testem sprawdzającym dla uczniów wg układu opracowanego przez szkołę (prace plastyczne, test wiedzy z doboru i kaloryczności produktów). Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć, nagrań przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | T. Łapka  J. Okońska | listopad/ grudzień |
| 2 | Przeprowadzenie sondażu, z dostosowaniem do grup wiekowych pn. **Jak dbać o swoją kondycję fizyczną, jak żyć i zdrowo się odżywiać?** Forma sondażu może być dowolnie rozszerzana przez szkołę lub modyfikowana stosownie do wieku uczniów. Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | B. Żerańska  R. Przybyłowska | grudzień |
| 3 | Przeprowadzenie we wszystkich klasach konwersatoriów pod hasłem: **Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem (otyłość, niedobór masy ciała, anoreksja, bulimia) – jak rozpoznać chorobę i gdzie szukać pomocy?** Wskazany udział specjalistów oraz osób walczących z daną chorobą. Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | Ł. Dobrowolska  J. Bugaj  n-le biblioteki | styczeń |
| 4 | Zorganizowanie spotkania z rodzicami uczniów szkoły na temat **wpływu siedzącego trybu życia na zdrowie i kondycję dziecka – temat niedostosowania społecznego dziecka, izolacja w grupie, agresja**. Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | D. Bardońska  J. Łuciszewska | luty/marzec |
| 5 | **„Zastrzyk witamin każdego dnia”.** W ramach zajęć klasowych zorganizowanie lekcji, na której uczniowie zrobią kilka potraw. Następnie omówienie każdej z nich pod kątem wartości odżywczych, prawidłowego łączenia składników oraz smaku. Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć, nagrań przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | L. Domańska  H. Wietecha  M. Bąk | marzec |
| 6 | „**Jestem tym co jem?” – rola racjonalne żywienia na co dzień**. Pogadanka na temat prawidłowego odżywiania się zwieńczona przygotowaniem gazetki szkolnej. Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć, nagrań przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | A. Więckowska  D. Kieglerski | marzec |
| 7 | Zorganizowanie wystawy prac plastycznych nt**. prawidłowego żywienia „Mój ulubiony zdrowy posiłek”.** Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | J. Lampkowska  n-le świetlicy | kwiecień |
| 8 | Przygotowanie wspólnie z uczniami **dekalogu zdrowego żywienia.** Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | M. Stefańska – Zera  M. Żak | kwiecień |
| 9 | Przygotowanie **szkolnego teatrzyku/przedstawienia kukiełkowego z wykorzystaniem warzyw i owoców bądź innych składników pokarmowych**. Ocena jury na podstawie sprawozdania oraz prac plastycznych/zdjęć, nagrań przesłanych do jury konkursu.  Zakończone i opisane zadanie wraz z załącznikami należy przesłać do na email: [jluciszewska@wp.pl](mailto:jluciszewska@wp.pl) | D. Końpa  E. Łuba  J. Tatuch | Maj |