

Serdecznie zapraszamy uczniów klas 4-8  
do udziału w **Szkolnym DNIU ZDROWIA**  
7 kwietnia 2022r.

---

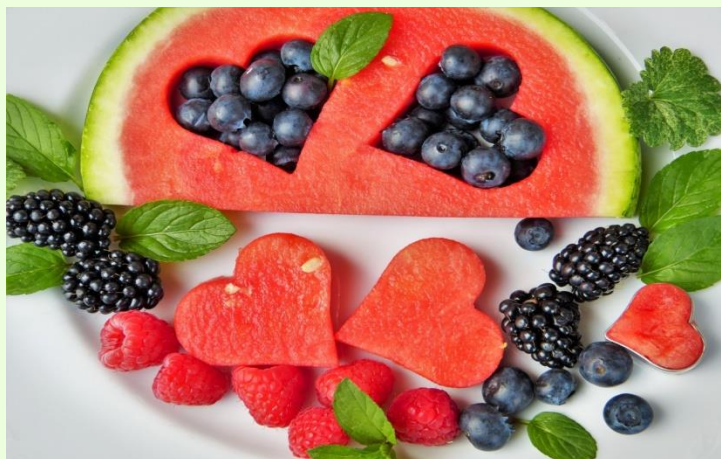
W dniu 7 kwietnia odbędzie się kiermasz szkolny pod hasłem „Zdrowo jem”, na którym będą sprzedawane zdrowe przekąski, przygotowane przez uczniów i rodziców klasy 6b, 5c, 5d. Dochód z kiermaszu zostanie przeznaczony na zakup sprzętu sportowego.



Konkursy dla chętnych uczniów:

1. Wykonanie plakatu w dowolnym programie graficznym (np. Paint, Gimp, Canva) lub tekstowym Word pod hasłem: **„Nasza planeta, nasze zdrowie”**. W pracy można wykorzystać max. 2 grafiki z internetu i mogą one zajmować w sumie 25 procent pracy. Rozmiar pracy A-4/A-5, prace należy zapisać w formacie jpg, png, pdf, docx. Najlepsze prace zostaną docenione oceną z informatyki. Podpisaną pracę należy wysłać do p. Agnieszki Cofór poprzez aplikację Teams (np. 5e\_Jan\_Kowalski);

2. **„Pysznie, zdrowo, kolorowo, czyli samo zdrowie na talerzu”** – zdjęcie potrawy, przepis kulinarny, podpisane w widocznym miejscu (należy przesłać do p.Małgorzaty Ziętek do dnia 8 kwietnia na Teams);



3. **Podejmij sportowe wyzwanie** – należy podjąć dowolną aktywność fizyczną i nagrać filmik a następnie przesłać do p. Magdaleny Głąb na Teams.



4. **Piramida żywienia** – należy ułożyć swoją piramidę z naturalnych produktów występujących na plakacie i wykonać zdjęcie, które należy wysłać do p. Agnieszki Cofór w aplikacji Teams

## PIRAMIDA ZDROWEGO ŻYWIENIA I STYLU ŻYCIA DZIECI I MŁODZIEŻY (4-18 lat)



Instytut  
Żywności  
i Żywienia



Spożywanie zalecanych w piramidzie produktów spożywczych w odpowiednich ilościach i proporcjach oraz codzienna aktywność fizyczna i inne elementy stylu życia są kluczem do zdrowia, prawidłowego rozwoju i dobrych wyników w nauce.

- ✓ **Termin nadsyłania zadań do odpowiedzialnych nauczycieli trwa do 10 kwietnia 2022r (z wyjątkiem zdjęcia potrawy). Najciekawsze prace zostaną nagrodzone ocenami z wychowania fizycznego.**

Wszelkich informacji udzielają p.A.Cofór, p.M.Ziętek