Podsumowanie Tygodnia dla Zdrowia.

W dniach 28 marca – 1 kwietnia 2022 r. po raz kolejny odbył się w naszej szkole Tydzień dla Zdrowia przeprowadzony przez zespół specjalistów.

W jego trakcie odbyło się wiele zajęć, prelekcji oraz konkursów promujących zdrowy tryb i styl życia. Przeprowadzone zostały zajęcia **w ramach programu profilaktyczno-edukacyjnego pt. "Znamię! Znam je?"** dotyczącego czerniaka skóry. Celem programu jest upowszechnienie wśród uczniów wiedzy na temat potrzeby regularnego badania oraz zasad ochrony przed tym nowotworem. W klasach pierwszych odbyły się lekcje – **ARS, jak dbać o miłość?** Celem ich było zapobieganie zachowaniom ryzykownym związanych z używaniem substancji psychoaktywnych oraz zwiększenie szansy na życiowy sukces młodych ludzi.

Przedstawiciele wszystkich klas wzięli udział w zajęciach – **Sposoby podnoszenia odporności organizmu**. Chętni uczniowie ruszyli do parku na **wspólny marszobieg** oraz budowali wewnętrzny spokój I harmonię **ćwicząc jogę** z wieloletnią propagatorką jogi Kundalini – p. Elżbietą Ziąber.

Odbyły się także rozgrywki **“balonowej siatki”** oraz warsztat – **Uzdrawiająca moc śpiewu**. Uczestnicy poznali tajniki śpiewu białym głosem. Mieli możliwość posmakowania radości płynącej ze współbrzmienia wielogłosowych pieśni ukraińskich.

Uczniowie klas drugich wzięli udział **w wykładzie - “ Ergonomia pracy z komputerem, czy on może cię wykończyć**?” poprowadzonym przez prof.dr hab. p. Agnieszkę Szewczyk z Uniwersytetu Szczecińskiego. Wykład ten uświadomił uczniom zagrożenia związane z korzystaniem z komputera i Internetu oraz jak im przeciwdziałać.

Przedstawiciele klas wzięli także udział w licznych konkursach. **W konkursie plastycznym** wykonywali

plakaty o tematyce – **“Rusz po zdrowie, wszystko zaczyna się w głowie**”. **W konkursie wiedzy o zdrowiu** rozwiązywali testy -jak zdrowo żyć? **Konkurs ” Zdrowa poezja”** zaowocował wieloma pięknymi wierszami o tematyce zdrowotnej. **Konkurs fotograficzny - “ Żyję zdrowo”** ukazał talent i wrażliwość artystyczną uczniów, którzy wzięli w nim udział. Promował on zdrowy styl życia.

Zorganizowano **turniej "Tenisa dźwiękowego" i konkurs "Edukacja zdrowotna Brajlem"**, poprzez które uczniowie mieli okazję doświadczyć świata w sposób, w jaki odbierają go osoby niewidome i słabowidzące. Uczniowie wzięli także udział w **"Liczniku kroków"**. Konkurs ten zmotywował wielu do odbycia długich marszów na świeżym powietrzu.

W tegorocznym Konkursie Kulinarnym zbieraliśmy fundusze na pomoc mieszkańcom Ukrainy. Udało się zebrać 1601,07 pln. Zebrane pieniądze przeznaczyliśmy na zakup 48 dużych opakowań mleka modyfikowanego, bardzo potrzebnego obecnie w ogarniętych wojną rejonach Ukrainy. Nasze dary zostały przekazane do Związku Ukraińców w Polsce I zawiezione do Mariupola.

W ogólnym podsumowaniu punktacji I miejsce zdobyła klasa 2a, II miejsce klasa 1b, III miejsce klasa 2b. Gratulujemy!!!

Serdeczne podziękowania dla uczestników oraz prowadzących!!!

ŻYJCIE ZDROWO !!!