W naszej szkole zdrowie to nie tylko teoria – to styl życia! W tym tygodniu uczniowie wzięli udział w wyjątkowym wydarzeniu- Tygodniu Zdrowia. Każdy dzień przynosił nowe wyzwania i mnóstwo dobrej zabawy, a wszystko po to, by promować zdrowe nawyki i aktywny tryb życia.

Poniedziałek – aktywne przerwy

Zaczęliśmy od mocnego startu! Podczas aktywnych przerw uczniowie mieli okazję rozruszać się, biorąc udział w krótkich ćwiczeniach i zabawach ruchowych. Korytarz i plac przed szkołą zmieniły się w przestrzeń pełną energii i uśmiechów.

Wtorek- zdrowe kanapki

Tego dnia na szkolnych stolikach w klasach młodszych królowały kolorowe warzywa, pełnoziarniste pieczywo i zdrowe dodatki. Było smacznie, zdrowo i inspirująco.

Środa – spotkanie z dietetykiem

Środek tygodnia to czas na zdobycie wiedzy. Odwiedziła nas pani dietetyk- p. Oliwia Samuraj, która opowiedziała o zasadach zdrowego odżywiania i odpowiedziała na wiele ciekawych pytań.

Czwartek – Bieg po zdrowie i jabłkowy poczęstunek

W czwartek wyszliśmy na świeże powietrze, by wziąć udział w „Biegu po zdrowie”. Każdy uczestnik mógł poczuć radość z ruchu i rywalizacji w duchu fair play. Po biegu Rada Rodziców zasponsorowała uczniom poczęstunek w postaci jabłka dla każdego ucznia.

Piątek – plakaty i zagadki

Na zakończenie tygodnia uczniowie przygotowali barwne plakaty pod hasłem” W zdrowym ciele zdrowy duch”. Nie zabrakło też zdrowotnych zagadek, które sprawdziły wiedzę i pokazały, jak wiele nauczyliśmy się przez cały tydzień.

Tydzień Zdrowia był nie tylko świetną zabawą, ale też inspiracją do dalszego dbania o siebie. Dziękuje wszystkim uczniom, nauczycielom, rodzicom oraz pani dietetyk za zaangażowanie.



