**UWAGA!!!**

**TYDZIEŃ PROZDROWOTNY 19 – 23. 10.2015r.**

**pod hasłem:**

**„Jedz zdrowo – żyj kolorowo”**

**19.10.2015r. poniedziałek**

- Plakaty promujące owoce – wartości odżywcze, witaminy, minerały, jakim chorobom pomaga zapobiegać, przepisy na ciekawe potrawy, sałatki, desery. Co będziemy oceniać :

1. Estetyka, 2. Wkład pracy, 3. Zgodność z tematem

4. graficzne przedstawienie .

- Bananowy poniedziałek- jemy banany - każdy kto się ubierze na żółto będzie zwolniony z odpowiedzi ustnych i niezapowiedzianych kartkówek.

**20.10.2015r. wtorek**

- Dzień niebieski – pijemy wodę.

- Pogadanka z pielęgniarką na temat zdrowego stylu życia i zdrowego odżywiania.

**21.10.2015r. środa**

- Pomarańczowa środa- jemy pomarańcze, brzoskwinie, mandarynki.

- Dyskoteka – przebieramy się za warzywa lub owoce.

**22.10. 2015r. czwartek**

**-** Bakaliowy czwartek – jemy bakalie kolor brązowy.

- Każda klasa przygotuje gazetkę „ Wpływ ruchu na zdrowie i kondycję fizyczną”.

Co oceniamy:

1. Estetyka, 2. Wkład pracy, 3. Zgodność z tematem.

**23.10.2015r. piątek**

**-** Jabłkowy piątek – jemy jabłka- kolor zielony.

- Konkurs na wiersz o zdrowiu.

- Konkurs wiedzy o zdrowiu.

**Dodatkowo:**

1. Każda klasa na zajęciach z wychowawcą przygotuje sałatkę owocową lub warzywną.
2. Nauczyciele przeprowadzą 1lub 2 lekcje o tematyce prozdrowotnej.

Podsumowanie tygodnia w poniedziałek 26.10.2015r. na apelu.

**Klasy I –III**

**W czasie tygodnia prozdrowotnego:**

1. Nauczyciele poruszają na zajęciach tematykę prozdrowotną.
2. Obowiązują kolory:

Poniedziałek- jemy banany – żółty

Wtorek – pijemy wodę – niebieski

Środa – jemy pomarańcze, mandarynki, brzoskwinie- pomarańczowy

Czwartek – bakaliowy czwartek – brązowy

Piątek - jemy jabłka zielony.

1. Pogadanki z pielęgniarką na temat higieny.
2. Dyskoteka – przebrani za owoce lub warzywa - środa.
3. Konkurs „Jesienny ludzik” z owoców na czwartek.
4. Przygotowanie zdrowych i smacznych kanapek.