

PROJEKT EDUKACYJNY Szkoły z klasą 2.0

Głównym celem projektu pt. **"Promujemy zdrowy tryb życia"** było podniesienie poziomu wiedzy uczniów dotyczącego zasad zdrowego stylu życia, uświadomienie uczniom konieczności różnorodnego i racjonalnego odżywiania się oraz stymulowanie aktywności twórczej uczniów.

Projekt realizowany był przez klasy Ib, Ic, IIIa i IIIb i ich wychowawców, grupę uczniów z koła historycznego(klasy 4-6) wraz z opiekunem grupy. Uczniowie otrzymywali opracowane wskazówki i kluczowe zadania do wykonania. W projekt byli również zaangażowani rodzice. Dzięki podjętym działaniom uczniowie rozwijali swoją kreatywność, wyobraźnię oraz uświadomili sobie istotę zdrowego stylu życia.

Plan działań obejmował wykonanie różnorodnych zadań przez poszczególne grupy klasowe. Za wykonanie zadań odpowiedzialni byli nauczyciele, wychowawcy klas oraz opiekunowie kół zainteresowań.

Poza zdobywaniem wiedzy uczniowie, biorący udział w zespołowym projekcie, doskonalili swoje umiejętności w komunikowaniu się, przyjmowaniu odpowiedzialności, samodzielnego i twórczego myślenia, zbierania i selekcjonowania informacji oraz współpracy.

ZADANIA ZREALIZOWANE W RAMACH PROJEKTU

SZKOŁA Z KLASĄ 2.0

Uczniowie klasy Ib wraz z wychowawczynią i koordynatorem projektu Szkoła z klasą 2.0 - Dorotą Krzeszowską podczas realizacji zaplanowanych zadań i różnych działań, korzystali z różnych źródeł informacji: książki, internetu oraz własnych pomysłów. Przeprowadzili wywiad z lekarzem rodzinnym. Uczestniczyli w wycieczkach do apteki, przychodni lekarskiej oraz sklepu zielarskiego. Współtworzyli gazetkę szkolną ZDRÓWKO. Przygotowywali samodzielnie zdrowe i kolorowe kanapki na zajęciach w szkole. W domu przyrządzali zdrowe posiłki wraz z rodzicami, które następnie przynieśli do szkoły i wspólnie z zaproszonymi gośćmi degustowaliśmy. W projekt byli również zaangażowani rodzice.

WYCIECZKA DO APTEKI



7 maja 2013r. klasa Ib udała się do Apteki "Zębcowska". Na miejscu przywitała nas pani farmaceutka właścicielka apteki.

Oprowadziła nas po aptecę i opowiedziała o swojej pracy i o szerokim asortymencie leków.

Opowiedziała, że w aptecę musi być porządek, wg. którego są ułożone leki. I tak np. osobno są leki na receptę, bez recepty, maści, krople do oczu oraz tzw, suplementy diety.

Oglądaliśmy pomieszczenia do wykonywania tzw. leków robionych. Największą atrakcją była



możliwość zobaczenia, w jaki sposób robi się niektóre lekarstwa w aptecę np. tabletki, czopki, maści.



Pani farmaceutka przypomniała wszystkim dzieciom, że lekarstwa możemy brać tylko pod opieką dorosłej osoby. Na zakończenie podziękowaliśmy za życzliwość i poświęcony nam czas.

Dzieci na pamiątkę dostały ulotki i lizaki.

PRZYCHODNIA LEKARSKA

W miesiącu kwietniu uczniowie klasy Ib odwiedzili **Przychodnię ORT - MEDIKA** przy ulicy Brzozowej 7. W ramach wycieczki dzieci zapoznały się z wyposażeniem poszczególnych gabinetów lekarskich. Poznały specyfikę pracy lekarza i pielęgniarki.



Pani fizykoterapeutka pokazała w jaki sposób wykonuje się zabiegi rehabilitacyjne w zakresie chorób i urazów narządu ruchu.

Pani doktor, jako lekarz rodzinny zapoznała dzieci z odpowiedzialną pracą lekarza. Zachęcała dzieci do zdrowego odżywiania się, zwróciła uwagę jakich produktów nie należy spożywać zbyt często, a jakie są niezbędne do prawidłowego ich rozwoju.



W dalszej części spotkania dzieci przeprowadziły wywiad z panią doktor Mariolą Ferugą - lekarzem rodzinnym. Bardzo szczegółowo pani doktor odpowiadała na pytania zadawane przez dzieci, dotyczące m.in. pracy, studiów, szczepień dzieci, prawidłowego odżywiania.

Dzieci miały niepowtarzalną okazję do samodzielnego posłuchania bicia własnego serca przez stetoskop oraz zapoznania się z podstawowym sprzętem medycznym.



Na pamiątkę dostały naklejki "Dzielnego pacjenta".

SKLEP ZIELARSKO-MEDYCZNY

Herba Vita

W maju kl Ib wybrała się do Sklepu Zielarsko-Medycznego Herba Vita na ul. Odskok 1. Dzieci poznały



zioła stosowane w leczeniu chorób, kosmetyce i kuchni.

Pani w sklepie opowiedziała o zasadach uprawy, zbioru, suszenia i przechowywania ziół, tak aby zachowały swoje właściwości lecznicze i smakowe. Pokazała nam wiele ziół i przypraw stosowanych w kuchni.

Dowiedziały się również, że zioła to produkty lecznicze. takie jak:



- zioła i mieszanki ziołowe do zaparzania
- produkty spożywcze np. herbatki żurawinowe, malinowe, porzeczkowe itp.
- ziołowe przyprawy
- naturalne produkty liofilizowane: owoce i warzywa



Na pamiątkę dzieci dostały przewodniki po świecie naturalnych produktów zielonych.

ZDROWE I KOŁOROWE KANAPKI

Klasy 1b, 3a i 3b włączyły się w realizację projektu Szkoły z klasa 2.0 przygotowując kolorowe i smaczne wiosenne kanapki. Uczniowie samodzielnie na zajęciach przygotowywali II śniadanie. Pani pielęgniarka przeprowadziła pogadankę na temat wartości odżywczych niektórych produktów spożywczych,



owoców i warzyw. Przypomniała również o higienie i estetyce przygotowywania posiłków.

Dzieci projektowały kompozycje na kanapkach i układały na talerzykach. Po wykonaniu kanapek wszystkie dzieci zasiadły do wspólnie przygotowanego stołu i razem przystąpiły do degustacji kanapek, życząc sobie smacznego.



DZIEŃ ZDROWEJ ŻYWNOŚCI

Dzieci przy pomocy rodziców w domu przygotowywały różne zdrowe dania ze zdrowych i ekologicznych produktów z wykorzystaniem ziół i przypraw. Następnie, dzieci przyniosły do szkoły i odbyła się w klasie wspólna degustacja dań.

Wszystkie potrawy dzieci poukładały na specjalnie przygotowanym stole. Przed degustacją pani pielęgniarka przypomniała wszystkim, jak ważne są zdrowe posiłki, bogate w witaminy, które znajdują się w owocach i warzywach.

