

TYDZIEŃ PROMOCJI ZDROWIA

01.04 – 05.04.2019

| DATA | PROGRAM DNIA | GODZINA | KLASA | OPIEKUNOWIE | MIEJSCE |
|------------------------|---|------------------------------|------------------------|---------------------------------|--------------|
| 01.04 PON. | 1. „JAK SŁUCHAĆ WŁASNEGO ORGANIZMU ” p. J. Zapała - Świętokrzyskie Centrum Onkologii | 9.40 – 10.25 10.35 -11.20 | 1C ,2E, 2B 1D, 1F | nauczyciele uczący w klasach | s. 2 s. 2 |
| | 2. ARS, CZYLI JAK DBAĆ O MIŁOŚĆ” – p. Grzegorz Durlej | 9.40 -10.25 10.35 -11.20 | 3C 3B | | siłownia |
| | 3. PROGRAM „KODEKS WALKI Z RAKIEM” PREZENTACJA MULTIMEDIALNA – | 11.30-12.15 12.30- 13.15 | 1B 1D | nauczyciele uczący w klasach | s.1 s.12 |
| 02.04 WTOREK | 1. „ARS, CZYLI JAK DBAĆ O MIŁOŚĆ” – p. Grzegorz Durlej | 8.00 - 8.45 | 3 F DZIEWCZYNY | | siłownia |
| | 2. DOPALACZE – PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ terapeuta i podopieczni Ośrodka Leczenia Uzależnień Środków Psychoaktywnych „SAN DAMIANO” w Chęcinach | 8.50 – 9.35 9.40 - 10.25 | 1A ,2C,2F 1B, 2B,2D | nauczyciele uczący w klasach | s.2 s.2 |

| | | | | | |
|---|--|--|--|---|---|
| | <p>3. PROFILAKTYKA RAKA PIERSI mgr Marzena Wrześniewska, studenci Wydziału Nauk o Zdrowiu UJK</p> <p>4. „ CIEKAWOSTKI DIETETYCZNE ” – p. Ada Jędrzejczyk</p> <p>5. PROGRAM „KODEKS WALKI Z RAKIEM” PREZENTACJA MULTIMEDIALNA</p> | <p>10.35 -11.20</p> <p>11.30 -12.15</p> <p>12.30 –13.15</p> <p>13.25 - 14.10</p> <p>13.25- 14.10</p> | <p>DZIEWCZYNY Z KLAS 1A, 2A,3c, 3C</p> <p>DZIEWCZYNY Z KLAS 1D, 1E, 3a,3b</p> <p>1F</p> <p>1D</p> <p>1E</p> | <p>nauczyciele uczący w klasach</p> <p>nauczyciele uczący w klasach</p> <p>nauczyciele uczący w klasach</p> | <p>s. 2</p> <p>s. 2</p> <p>siłownia</p> <p>s.17</p> <p>siłownia</p> |
| <p>03.04 ŚRODA</p> | <p>1.FINAŁ AKCJI „DZIEŃ DAWCY SZPIKU KOSTNEGO”</p> <p>2. PYTANIA DO GINEKOLOGA – ginekolog p. Joanna Krawczyk- Kaczmarek</p> <p>3.JAK DBAĆ O ZDROWIE PSYCHICZNE ? psychiatra p. Agnieszka Prokop</p> <p>4. PROGRAM „KODEKS WALKI Z RAKIEM” PREZENTACJA MULTIMEDIALNA</p> <p>5. „ARS, CZYLI JAK DBAĆ O MIŁOŚĆ” – p. Grzegorz Durlej</p> | <p>9.00 – 13.00</p> <p>9.40 -10.25</p> <p>10.35 -11.20</p> <p>8.50 - 10.25</p> <p>12.30 -13.15</p> <p>13.25 -14.10</p> <p>12.30 -13.15</p> | <p>chętni uczniowie</p> <p>DZIEWCZYNY Z KLAS 1C,1B</p> <p>2C,2F</p> <p>1A, 1E</p> <p>1C</p> <p>1F, 1A</p> <p>3E,3F CHŁOPCY</p> | <p>p. Elżbieta Cichy</p> <p>nauczyciele uczący w klasach</p> <p>nauczyciele uczący w klasach</p> | <p>s.2</p> <p>s.6</p> <p>s.6</p> <p>s.4</p> <p>s.1A</p> <p>s.11</p> <p>siłownia</p> |
| <p>04.04 CZWARTEK</p> | <p>1.ZAGROŻENIA WSPÓŁCZESNEJ MŁODZIEŻY zajęcia warsztatowe – p. Dariusz Łuczak terapeuta ze Świętokrzyskiego Centrum Profilaktyki i Edukacji</p> | <p>8.50 - 10.25</p> <p>10.25 - 12.15</p> <p>12.30 - 14.10</p> | <p>1B</p> <p>1E</p> <p>1F</p> | <p>nauczyciele uczący w klasach</p> | <p>s. 4</p> <p>s. 4</p> <p>s. 4</p> |

| | | | | | |
|---------------------------------------|---|--|--|---|--|
| | <p>2."WAMPIRIADA" – akcja honorowego oddawania krwi</p> <p>3. JOGA DLA POCZĄTKUJĄCYCH</p> <p>4. PIRAMIDY ŻYWIENIA psychodietetyk p. Joanna Zajęcka</p> <p>5. „ARS, CZYLI JAK DBAĆ O MIŁOŚĆ” – p. Grzegorz Durlej</p> | <p>9.00 –12.00</p> <p>8.50 - 9.35</p> <p>12.30 -14.10</p> <p>12.30 – 13.15</p> | <p>chętni uczniowie</p> <p>DZIEWCZYNY Z KLAS 3c,2C,2F DZIEWCZYNY Z KLAS 1C,1B,2E,</p> <p>3 D</p> | <p>p. Oliwia Sabat</p> | <p>parking szkolny</p> <p>sala gimn. s. 2</p> <p>siłownia</p> |
| <p>05.04 PIATEK</p> | <p>1.JEDZ ZDROWO – propozycje zdrowych przekąsek</p> <p>2. RUSZ PO ZDROWIE – gry i zabawy sportowo- rekreacyjne – próby wydolnościowe – obliczanie wskaźnika masy ciała – pomiar zawartości tlenu węgla w płucach</p> | <p>10.25 -10.35 12.00 -14.10</p> <p>11.00- 14.10</p> | <p>chętni uczniowie</p> <p>chętni uczniowie</p> | <p>p.Agnieszka Fiuk p.Małgorzata Cedro</p> <p>p.Agnieszka Fiuk p.Małgorzata Cedro</p> | <p>korytarz parter</p> <p>sala gimn. siłownia</p> |

Podczas Tygodnia Zdrowia wszystkich na terenie szkoły częstujemy jabłkami.

organizatorzy:

Agnieszka Fiuk i Małgorzata Cedro