

Dwa słówka na temat zdrowka

Szkoła Podstawowa nr 11 im. Mirosława Feriá w Ostrowie Wielkopolskim

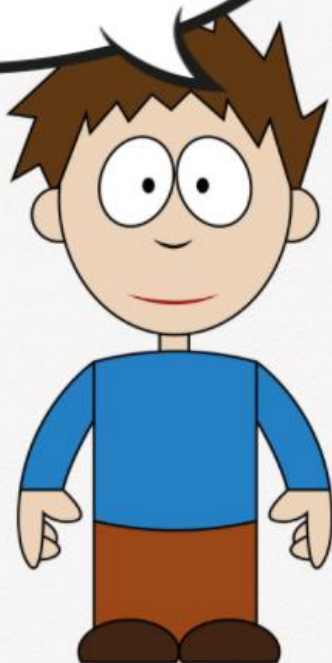


Co roku 7 kwietnia obchodzimy Dzień Służby Zdrowia. O nasze zdrowie dbają lekarze i pielęgniarki.

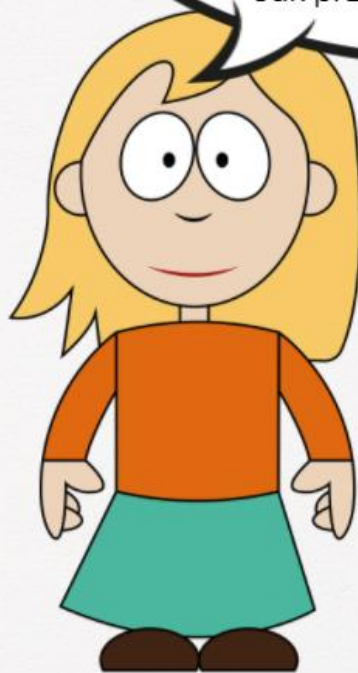
Pragniemy podziękować naszej PANI PIELEŃNIARCE za opiekę, za pomoc w nagłych wypadkach, opatrywane kolana, tabletki na ból głowy i brzucha i wiele, wiele innych leczonych dolegliwości.

Zapraszamy do obejrzenia prezentacji stworzonej przez klasę 2b i 3a z pomocą przyjaciół.

Nikt z nas nie chce chorować,
Każdy pragnie zdrowie zachować.
Dlatego na dzisiejszym spotkaniu
Mówić będziemy o zdrowym odżywianiu
I nie tylko...



Na nic złoto, srebro i klejnotów całe wory,
Kiedy jesteś słaby, kiedy jesteś chory...
Więc posłuchaj dobrych rad,
Jak przy zdrowiu lata trwać!



HIGIENA OSOBISTA



Patrycja i Oliwia, 3a



Dziś opowiem wam o myciu,
Mycie to rzecz ważna w życiu,
Bowiem w sposób oczywisty
Kto się myje ten jest czysty.

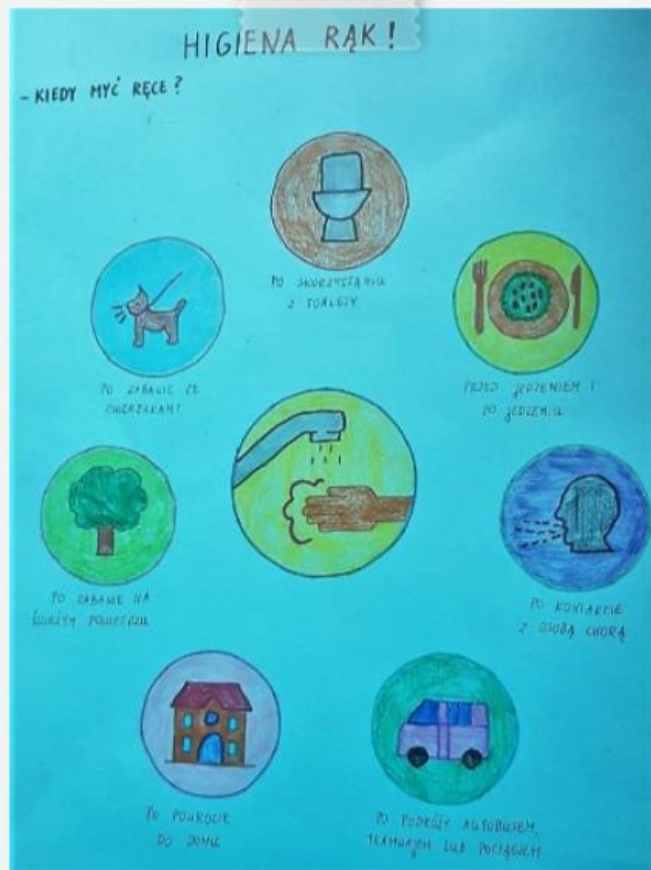
Kornelia, 3a



Żeby czyste były włosy,
Mycia głowy nigdy dosyć.
Nic się samo nie umyje,
Myj więc uszy, twarz i szyję.

Ręce, nogi, całe ciało
Jak najczęściej myjcie śmiało.
Warto robić to dokładnie,
Bo brudasem być nieładnie.

Lena, 3a

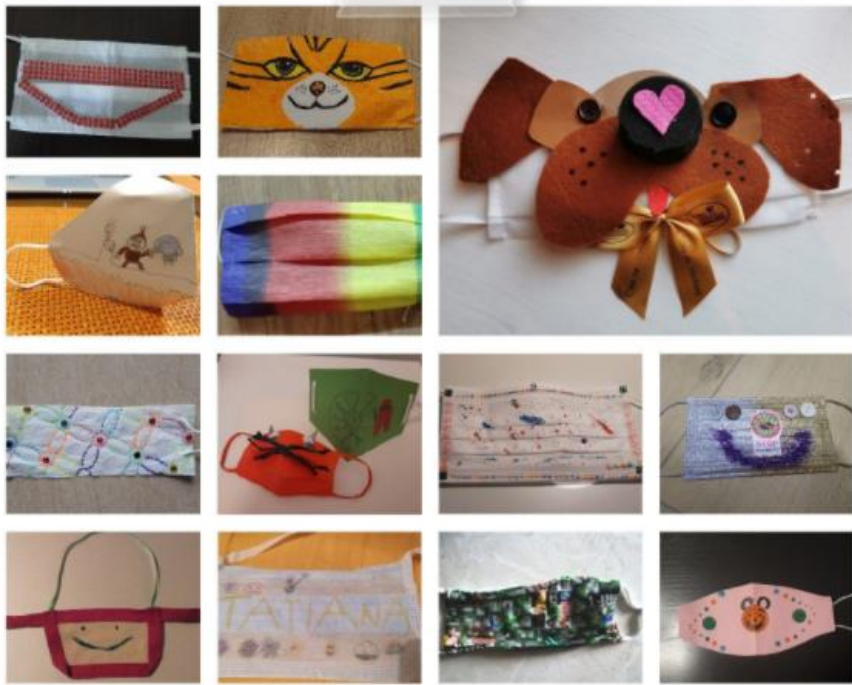


Zuzia, 1b



Julia, 1b





Uczniowie klas drugich

„Bezpieczeństwo”

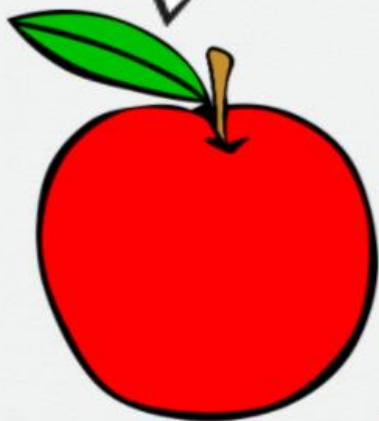
Dzisiaj jest słonecznie,
Na rower wybierzcie się koniecznie,
Na spacer też możecie,
Lecz w maseczkach - wiecie?
Dla bezpieczeństwa swego,
Chroń innych i siebie samego!

Lena, klasa 3a

PRAWIDŁOWE ODŻYWIANIE



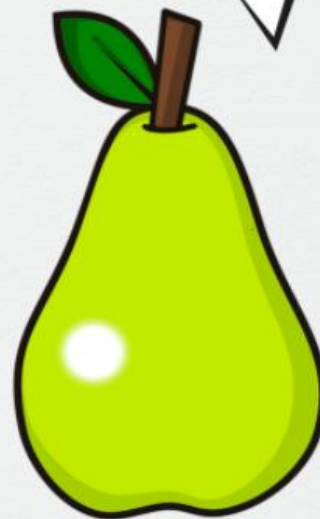
Jestem jabłuszko całe czerwone,
zawsze uśmiechnięte i zadowolone.
Witaminek u mnie mrowie,
niosę radość oraz zdrowie!



Kto zawierzy mi zupełnie,
myśl o zdrowiu jemu spełnię.
Rumieniec też mu podaruję
kiedy we mnie zasmakuje.



Wy to tylko o jabłuszkach!
A jak zdrowa jest też gruszka,
wtedy tylko się dowiecie,
kiedy ją ze smakiem zjecie!



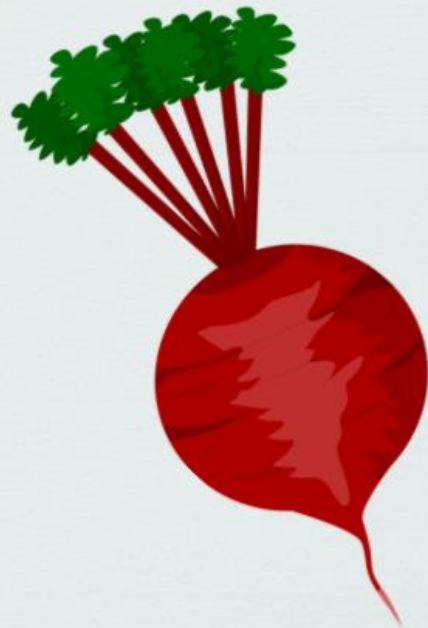
Mnie z radością nie kroicie,
bo też płakać nie lubicie.
Witaminę C posiadam,
a to zdrowe jest nie lada.



Skrój mnie na sałatkę,
zjedz mnie na surowo,
a będziesz czuł się silnie
oraz bardzo zdrowo!



Gdy polubisz mnie szalenie,
uśmiech masz na zamówienie!
Zdrowe lico też bez przerwy,
leczę nudność oraz nerwy!



Hania i Nadia, 2b





Oliwia i Maja, 2b



Tatiana, Emma, Liliana, 2b



Filip i Adam, 2b



Gabrysia, 2b



Olek, Gabrysia i Laura, 2b



Borys i Filip, 2b



Dawid, Bruno
i Jaś, 2c

RUCH



Daniel, 3a



Gdy chcesz być silny, nie chcesz chorować,
Musisz się często gimnastykować.
Wstawaj więc wcześniej, otwieraj okno,
Nawet, gdy drzewa na dworze mokną.

Rób więc przysiady, potem podskoki,
Hop, hop jak zając, potem na boki
Bardzo są ważne tułowia skręty,
Podśpiewuj sobie coś dla zachęty.

Konrad, 3a



A jeśli będziesz w ćwiczeniach pilny,
Zostaniesz mistrzem,
więc ćwicz wytrwale,
a będziesz czuć się wspaniale!

Hubert, 3a



Nataniel, 3a

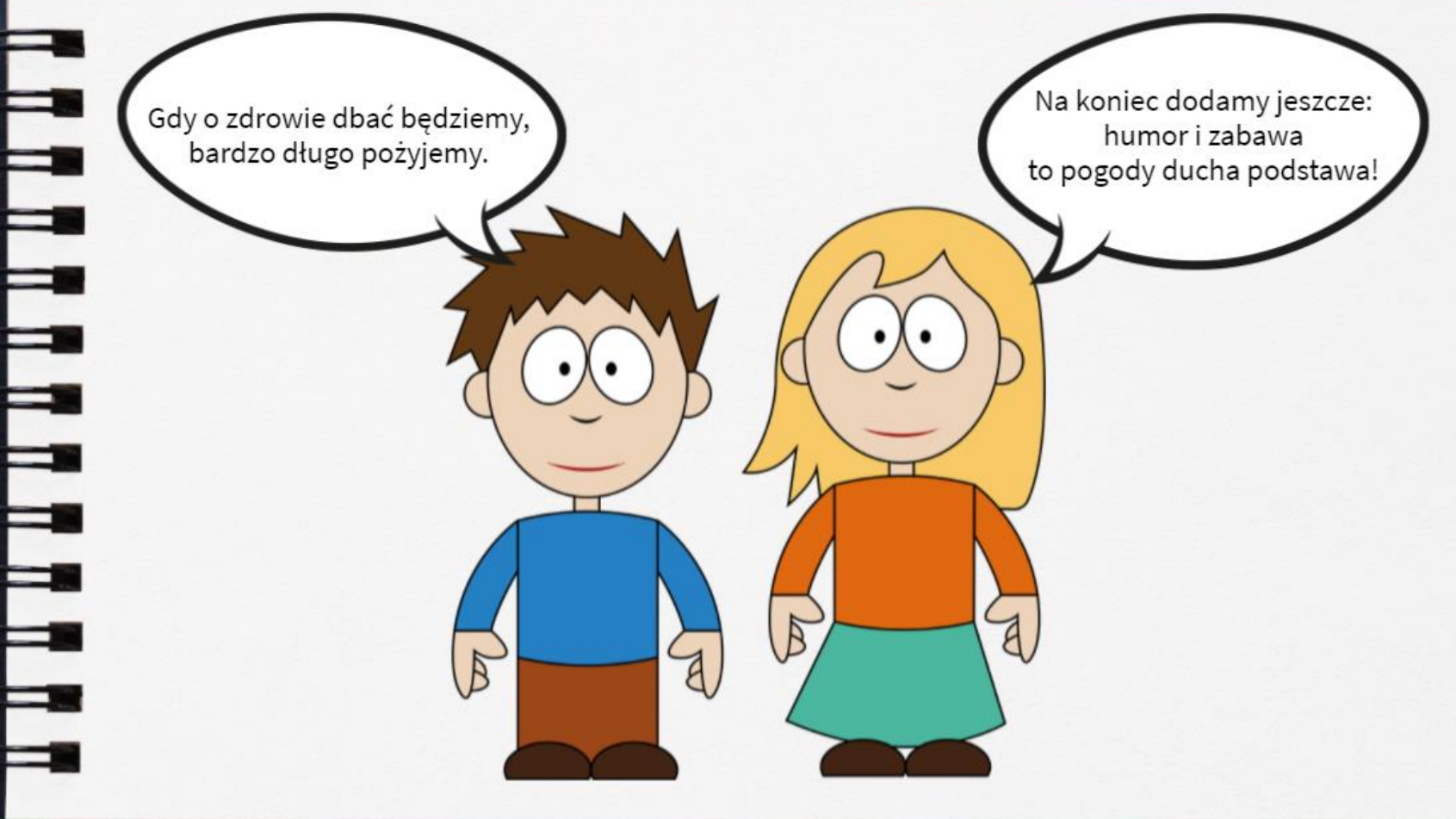




Borys, 3a



Wojtek, 3a



Gdy o zdrowie dbać będziemy,
bardzo długo pożyjemy.

Na koniec dodamy jeszcze:
humor i zabawa
to pogody ducha podstawa!

**Prezentacja została przygotowana
w ramach realizacji zadań planu
Szkoły Promującej Zdrowie**

Krystyna Herbik
Marika Piaskowska