Új utakon... *(folytatás az előző oldalról)*

Témahét: Mozogj az egészségedért!

(A témahét az új tanulásszervezési eljárások egyike. A tananyag elsajátításának olyan formája, amely 3-5 napon át tanórai és órán kívüli változatos tevékenységtípusokkal egy témát dolgoz föl.)

A témahét megvalósítására 2010. május 17-20. között került sor, címe: Mozogj az egészségedért! A kompetencia alapú oktatásba bevont osztályokban 134 tanuló, 14 pedagógus, továbbá külső szakemberek, szülők részvételével, tanórai és délutáni foglalkozások keretében szerveztük a programokat. Témaválasztásunkat indokolta iskolánk profilja, a sporttagozat, diákjaink életkori sajátosságai, érdeklődési körük, valamint mindannyiunk közös feladata: testi és lelki egészségünk fejlesztése. Célunk egészséges életmódra és életvitelre nevelés, tanulónk testi, lelki, szociális fejlesztése tevékenykedtető, élményszerű, játékos, tapasztalatszerző, kooperatív munkát igénylő feladatokkal.



Feldolgoztunk érdekes témákat, mint „Az olimpiai láng nyomában", „Melyik részét esszük?", „Helyes és helytelen szokásaink". Számoltunk testtömegindexet, végeztünk testzsírmérést, gyűjtöttünk szólásokat, közmondásokat, történeteket a helyes táplálkozásról. Készítettünk plakátokat különböző technikákkal. Vásároltunk piacon és banánból, almából, kiwiből, narancsból, citromból ínycsiklandozó, vitamindús gyümölcssalátát készítettünk, amit el is fogyasztottunk. A tanteremből mini piacot varázsoltunk, ahol kiválaszthattuk az egészséges táplálkozáshoz szükséges élelmiszereket. Zöldségekből jópofa szobrokat faragtunk. Felsős tanulóink rendhagyó tanítási óra keretében vetítéssel egybekötött szervbemutatón vettek részt, ahol megdöbbentő statisztikai adatok segítségével mutatta be az előadó a káros szenvedélyek egészségromboló hatásait. Védőnő tartott foglalkozást az alsósoknak. Udvarunkon a rendőrség közreműködésével akadálypályát építettünk, majd kerékpáros ügyességi versenyt rendeztünk, amelyen diákjaink mellett szülők és nevelők is kipróbálhatták tudásukat. Szerveztünk sportvetélkedőket, tanultunk mozgásos, táncos játékokat.

Zárásként iskolánk aulájában az elkészült alkotásokból kiállítást rendeztünk, a témahét fotói pedig megtekinthetők honlapunkon, melynek címe: www.kftm.sulinet.hu. Bízunk benne, hogy minden tanuló és tanár hasznos ismeretekkel gazdagodott, élményekkel teli hetet tudhat maga mögött.

Zöldolimpia

Évtizedes hagyományainkat, a DÖK napot, 5 éve kapcsoltuk össze a Zöldolimpia programjával. Hagyományos rendezvényünket idén úgy időzítettük, hogy a „Mozogj az egészségedért" témahét befejező napja legyen.

Hagyományainkhoz hűen a napot zenés gimnasztikával indítottuk, ezzel is bemelegítve a délelőtti sportversenyekre. Először kötélhúzásban mérték össze erejüket az osztályok, 2-3-4., 5-6. és 7-8.-os korcsoportban. A kötélhúzást követően a tornateremben és az udvaron különböző sportversenyeken vehettek részt tanulóink, zsinórlabdáztak, fociztak, pingpongoztak, tollaslabdáztak, vagy két udvaros döngetőt játszottak. Az emelt szintű testnevelés alsósai pedig játékos sorversenyen tették próbára ügyességüket, gyorsaságukat. A sportversenyekkel párhuzamosan zajlottak a zöldolimpia eseményei.

A diákok környezetvédelem, biológia, irodalom és rajz témakörökben mérték össze tudásukat, ügyességüket. A játékos vetélkedőkön, a levegőszennyezés, a hulladékok újrahasznosítása, gyógynövényismeret, egészséges étrend volt a téma. A természetről, állatokról szóló irodalmi művekkel kapcsolatban volt rejtvényfejtés, anagramma, szókereső és képkirakó játék. Nemcsak szellemi, hanem



gyakorlati feladatokkal is megbirkózhattak tanulóink. Készítettek gyurmából gyümölcskosarat, mozgást, sportot bemutató rajzok sorozatát, tervezhettek piktogramokat.

Amíg a tanulóink sportoltak, vetélkedtek, a szülők és a „konyhás nénik" sem unatkoztak, az Arcadia Kft. pályázatán nyert ízesített rizst készítették el. A Kft. által felajánlott teljes kiőrlésű lisztből a szülői munkaközösség segítségével kenyeret sütöttünk a BER-NEXT pékségben. Volt diákjaink varázsoltak szendvicseket belőle, így a tízórai szünetben valamennyi tanulónkat kóstolóra invitáltuk az ebédlőbe. Biobolt jóvoltából az iskola aulájában biotermékekkel ismerkedhettek meg a tanulók, s vásárlásra is lehetőségük nyílt. Népszerű volt a „vöröskeresztes" állomás. Itt vércukor, vérnyomás, testzsír mérésre nyílt lehetőség felnőttek, gyerekek részére egyaránt.

Iskolánk védőnője és a megyei győztes elsősegélynyújtó csapatnak tagja különböző „sérüléseket" varázsoltak az önkéntesekre. Népszerű volt a nyílt törést, égési sérülést, zúzódásokat szemléltető festés.A „sérülteket" az elsősegélynyújtó csapat szakszerűen ellátta, a nézőknek pedig elmagyarázta, mi a teendő a különböző sérülések esetén.

A nap fénypontja volt a tanár-diák futballmérkőzés, melyet természetesen a diákok nyertek. Ez után kaptak tájékoztatást az osztályok a különböző helyszíneken szerzett pontszámaik alapján elért eredményeikről. Valamennyi résztvevő osztály emléklapot kapott, az első három helyezett oklevél jutalomban részesült. A legboldogabb csapat az első helyezett 6.a osztály volt, akik egy évig „birtokolhatják" a zöldolimpia kupáját, és mindannyian kaptak ajándékba egy „zöldolimpia 2010" feliratú pólót. *(folytatás a következő oldalon)*

