

SZKOLNY KONKURS

„TRZYMAJ FORMĘ!”

I. ORGANIZATOR

Joanna Chudy

II. WARUNKI UCZESTNICTWA

- konkurs przeznaczony jest dla młodzieży z klas 6 i 7
- zgłoszenia do konkursu do dnia 25 maja 2018r. u nauczycieli wychowania fizycznego.

III. TERMIN KONKURSU

Termin: 4 czerwiec 2018r. (poniedziałek) godz. 12.30

Miejsce: Hala sportowa

Forma sprawdzenia wiedzy: test

Potrzebne przybory: długopis i twarda podkładka do pisania.

Podsumowanie konkursu: wręczenie nagród za 1,2 i 3 miejsce w czerwcu na apelu szkolnym.

IV. CELE KONKURSU

- 1) zwiększenie świadomości dotyczącej wpływu żywienia i aktywności fizycznej na zdrowie wśród młodzieży, w szczególności poprzez pogłębienie wiedzy na temat prawidłowego żywienia i zdrowego stylu życia oraz ich znaczenia dla organizmu człowieka;
- 2) pogłębienie wiedzy o wartości odżywczej żywności i doskonalenie umiejętności korzystania z informacji zamieszczonych na opakowaniach produktów żywnościowych;
- 3) wspomaganie uczniów w praktycznym wykorzystaniu zdobytej wiedzy i doskonaleniu umiejętności praktycznego zastosowania zdobytych informacji;
- 4) rozwijanie zainteresowań młodzieży tematyką zdrowego stylu życia oraz kształtowanie u niej prozdrowotnych postaw i zachowań;
- 5) propagowanie zdrowego stylu życia w szkole, w domu i środowisku pozaszkolnym;
- 6) umożliwienie uczniom zaprezentowania swojej wiedzy i umiejętności dotyczących żywności, żywienia i zdrowego stylu życia.

V. MATERIAŁY POMOCNICZE

1.Strony internetowe:

www.izz.waw.pl

www.ncez.pl

2.Książki:

1) Czerwińska D., Kołłajtis-Dołowy A., Kozłowska K., Pietruszka B.: Podstawy żywienia człowieka.

Format AB, Warszawa 2004;

2) Gawęcki J. (red.): Żywność człowieka T. 1. Podstawy nauki o żywieniu. Wydawnictwo Naukowe

PWN, 2012 (copyright 2010);

3) Grzymisławski M., Gawęcki J. (red.): Żywność człowieka zdrowego i chorego T. 2, Wydawnictwo

Naukowe PWN, 2011 (copyright 2010);

4) Gawęcki, J., Mossor-Pietraszewska T. (red.): Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu. Wydawnictwo Naukowe PWN, 2014 (copyright 2006);

5) Kunachowicz A., Czarnowska-Misztal E., Turlejska H.: Zasady żywienia człowieka. WSiP,

Warszawa 2010;

6) Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B. Liczymy Kalorie. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2011;

7) Kunachowicz H., Nadolna I., Iwanow K., Przygoda B. Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2012;

3.Rozporządzenia:

Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności;

10) Ustawa z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz.U. 2010 nr 136 poz. 914 z późn. zm.) – Rozdział 11 „Znakowanie żywności”;

11) Rozporządzenie Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 23 grudnia 2014 r. w sprawie znakowania poszczególnych rodzajów środków spożywczych (Dz.U. 2015 poz. 29);