

HAPPY-HÉT 2019.

A Szolnoki Szent- Györgyiben

Ebben a tanévben is csatlakozott iskolánk a vízivás fontosságát népszerűsítő országos programhoz. Az gyerekek változatos módon, változatos helyszínen szembesültek az édes italok káros hatásával, s ezzel ellentétben a tiszta víz fogyasztásának szükségességével. Nem volt olyan osztály, olyan tanuló, aki a hét során ne szembesült volna a témahéttel.

Néhány megvalósult ötlet, amely során a tanulóink élvezettel foglalkoztak a témával, vagy koccintottak a jó munka végeztével.

A hétfői osztályfőnöki órán a 7. c osztállyal a tanári segédanyag segítségével közösen megbeszéltük, majd elemeztük a prezentációban látott-hallott információkat, a víz emberi testre gyakorolt hatásával kapcsolatban. A gyerekek néhány adaton őszintén megdöbbenek. Sokan belátták, hogy isznak ugyan folyadékot, de ennek nagy része cukrozott gyümölcslevek-, vagy szénsavas üdítőitalok formájában kerül a szervezetükbe. A valódi döbbenet akkor következett, amikor a három deciliteres pohár vízhez egyenként adagoltuk a 14 (!) kockacukrot. Megkérdeztem, szeretné-e valaki meginni? Senki nem vállalkozott a feladatra... Ekkor szembesültek azzal, hogy egy-egy pohár kólával mennyi felesleges kalóriát juttatnak a szervezetükbe napi, havi, éves szinten. A számítási feladatot, majd a keresztretjtvényt is csoportban oldották meg a tanulók. Beszélgettünk még az egyénileg eltérő napi fogyasztott vízmennyiségről, és az energiatalok fogyasztásának következményeiről.

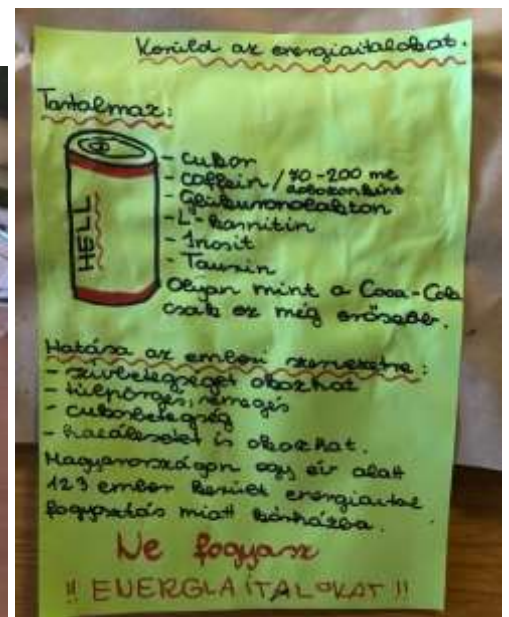
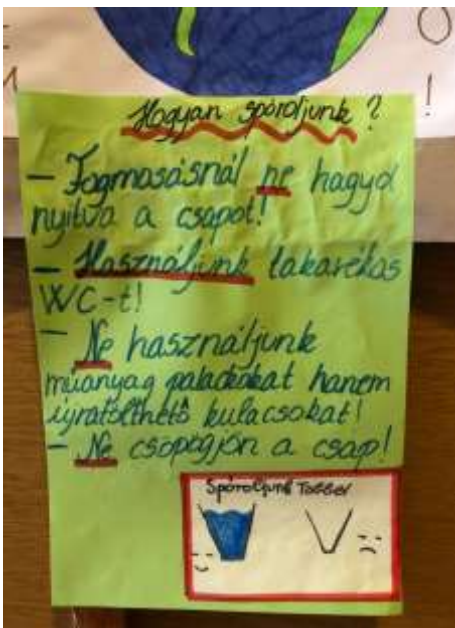
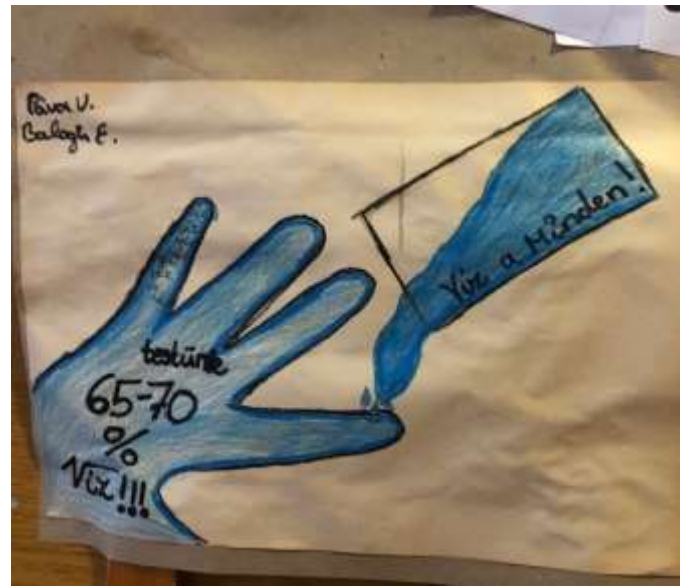
Arra kértem őket, hogy mindannyian készítsenek figyelemfelhívó plakátot, posztert a többieknek. Ezen keresztül röviden szóban is mutassák be, miért fontos a megfelelő folyadékbevitel, mi a víz szervezetünkre gyakorolt hatása, vagy épp melyek az energiatalok káros hatásai.

Amikor közösen értékeltük a héten tanultakat, valamennyien egyetértettek abban, hogy megpróbálnak tudatosabb, ezáltal egészségesebb vízfogyasztók maradni. Azóta mindenestre örömmel látom, hogy a kulcsokat teával, vízzel töltik meg reggelente a szülők/gyerekek.

Szerencsések vagyunk, hisz a HAPPY-hét egybeesett a Fenntarthatósági Témahéttel, amelyhez az angol nyelvi munkaközösség is csatlakozott. Egész héten idegen nyelven hallhattunk prezentációkat, készültek plakátok, melyek egy része szintén a vízzel volt kapcsolatos. A vízszennyezés, élővizeink tisztasága, az ott-honi víztakarékosság, az édesvíz-készletek rohamos apadása – a vízzel kapcsolatos megannyi témát sikerült feldolgozni. Az elkészült alkotásokból kiállítást rendeztünk az első emeleten, a nyelvi szaktanterem előtt.

A diákokat arra kértem, hétvégén értékeljék pár mondatban, milyen tanulságokkal szolgált számukra a hét. Egy véleményből szeretnék idézni:

„Én nagyon élveztem az egész hetet. Rengeteg új és - ami talán a legfontosabb - érdekes tény tudhattunk meg a környezetünk védelmével, vagy épp annak szennyezésével kapcsolatban. A figyelemfelkeltő plakátok, és az információban gazdag prezentációk segítségével mindannyian jobban megismerhettük a minket körülvevő világot. Ennek a hétnek épp ez lenne a lényege, nem? Véleményem szerint sikerült átadnia mindent, amit csak lehetett. Tanulságos volt? Igen. Sokkoló volt? Igen. De így talán még az is magába nézett kicsit, akit egyébként nem foglalkoztat a téma. És úgy gondolom, ez mindennél többet ér.” (Siklós Dorina 7.d)



A 8.a osztályban a HAPPY- hét program nagyon jól sikerült, a gyerekek örömmel dolgoztak, érdeklődve figyelték A jövő zenéje című videót is. Volt bizonyos előzetes tudásuk, így még hatékonyabbnak értékeltem az órát.

Az osztályfőnök megjegyezte: „Személy szerint is nagyon hasznosnak találtam az egész témát, a ppt-t és a többi komplex segédanyagot.”

Az 5.A, 5.B és 5.C osztályok egy-egy informatika csoportjával (37 fő) tanórák elején és végén tiszta csapvizet ittak a nevelők. Az ajánlott linken lévő videók közül egyet megnézték, majd beszélgettek a témáról. A gyerekek e-mailt küldtek egymásnak, melynek ez volt a tárgya és témája. Csatoltak egy-egy képet is az emailhez,

A 3. asok idén is örömmel vettünk részt a Happy-hétben.

Természetesen minden nap igyekszünk figyelni a helyes és kellő folyadékbevitelre. A héten még jobban odafigyeltünk, hogy a víz, mint főszereplő legyen jelen az órákon, s a feladatokba is belecsempésztük e témát.



Kísérlettel indítottuk a hetet, hogy lássuk valóban milyen fontos a vízivás, a folyadékbevitel.

Tác órára is „becsempésztük” a folyadékot.



Testnevelésórán „sajátosan” oldottuk meg a bemelegítést.



Matematika órán lazító feladatként kockával kellett dobni. Minden számhoz rendeltünk valamilyen mozgásformát. Annak elvégzése után vízzel oltották a tanulók szomjukat.



Szívesen végezték a gyerekek a feladatokat. Majd Ők találták ki a számokhoz mozgásformákat. Felhívtuk a figyelmet a víz fogyasztásának fontosságára és arra, hogy sport, mozgás után fontos a folyadék pótlása.



A 4. b- ben HAPPY órát tartottunk. Megbeszéltük, hogy ezen a napon csakis csapvizet iszunk. Megnéztük a prezentációt, elszörnyülködtünk, hogy tudtukon kívül milyen sok cukrot fogyasztunk. Délutánonként a napköziben, az uzsonnához, teát főzünk. Kerüljük a cukros, szénsavas üdítőket.



3. b- ben beszélgettünk a víz fontosságáról, a cukros üdítők háttérbe szorításáról. Megnéztük az ajánlott anyagokat, egy-egy adat nagyon megdöbbenetete a gyerekeket. Tényleg elgondolkodtak rajta, hogy mennyi kárt okozhatunk a cukros italok fogyasztásával. Bízom benne, hogy nemcsak a héten, hanem a továbbiakban is szem előtt tartják a tanultakat /bár tölem ezeket nap mint nap hallják ☺ /

Technika és rajz órán plakátokat rajzoltunk, festettünk.



Az 1. a és 5. a osztály videót készített.

Follow The Flow : Nem tudja senki című dalát írták át

Millió vízcsepp címmel

1.Légy büszke most már, hisz jól döntöttél

Hogy ma a kólának búcsút intettél

Az éltető víztől leszel majd boldog

Nincs fontosabb, mint amit neked mondok

Sose igyál kólát, az hizlal téged

A legszebb benne, hogy a fogaid épek

Sok fehér fogsor ragyog a világon

Tejet igyál, zsírszegény, ligh-ot

2.Rohanok, hogy a Szent-Györgyi suliba reggel időben érjek
be

Szuper, nem késtem el

Két liter víz a cél, mit ma megiszok én

Engem ez érdekel

A víz az cool, innod kell - ez fontos

Szervezeted működése ettől lesz csak pontos

Ez sok lik-ot érdemel a facebook-on, twitteren

Tiszta vizet öntök a pohárba kedvesen

A víz egy folyadék, mely színtelen, íztelen

Lehet légnemű és szilárd - hihetetlen

De majd ha bejön apám, mondja el ha meri

Úgy is szíkvizes, majd biztos örül neki

3.Légy büszke most már , hisz jól döntöttél

Hogy ma a kólának búcsút intettél

Az éltető víztől leszel majd boldog

Nincs fontosabb, mint amit neked mondok

Sose igyál kólát, az hizlal téged

A legszebb benne, hogy a fogaid épek

Sok fehér fogsor ragyog a világon

Tejet igyál, zsírszegény, ligh-ot

4.Mindig tudom mennyit iszom, mert van app a mobilomom

Joga mindenkinek az, hogy tiszta vizet igyon

Bármely nyelven mondod, VÍZ, AQUA, WASSER,
WATER

Apró cseppek kergetőznek , én meg nyomom a sódert

A Happy héten jó kedvem van nagyon

Mostantól Poszeidon az én őrangyalom

5.Légy büszke most már , hisz jól döntöttél

Hogy ma a kólának búcsút intettél

Az éltető víztől leszel majd boldog

Nincs fontosabb, mint amit neked mondok

Sose igyál kólát, az hizlal téged

A legszebb benne, hogy a fogaid épek

Sok fehér fogsor ragyog a világon

Tejet igyál, zsírszegény, ligh-ot

6.Látjátok most már, erről beszéltem

Nekem már a víz lett a szenvedélyem

Könnyű manapság ásványvízre lelni

Nestle-t, Jana-t, Parádi-t kell nyelni

Sose leszel fáradt, de eszed penge

Ép testben ép lélek, ezt vésd eszedbe

Igyál te is vizet, erről prédikálok

Millió vízcsepp és én mindet imádom

A beszámolót készítette: Bányai Józsefné alsós osztályfőnöki és reál mkv.