

В рамках реализации программы «НЕБОЛИТ» среди методических предметных кафедр был проведен конкурс стенгазет «Здоровое питание – это легко!».

Задачи конкурса: формирование основ культуры питания и активной жизненной позиции в вопросах здорового образа жизни, развитие творческих способностей.

При подведении итогов учитываются следующие критерии: содержание, отражающее тематику конкурса; качество исполнения; оригинальность идеи; нестандартный подход к изготовлению газеты; наличие единого сюжета; эстетический вид.

Оценка работ осуществлялась жюри конкурса методом экспертной оценки. Голосование производилось каждым членом жюри конкурса индивидуально по 5-балльной системе за каждый критерий. Итоговая оценка каждого из участников конкурса формируется путём суммирования оценок членов жюри.

В конкурсе не приняла участие кафедра учителей русского языка.

Итоги конкурса:

Победители в номинациях:

- Самая яркая и информативная стенгазета – кафедра учителей математики;
- Самая креативная стенгазета - кафедра учителей иностранного языка;
- Самая содержательная стенгазета - кафедра учителей политехнического цикла;
- Самая лаконичная стенгазета – кафедра учителей информатики;
- Самая стильная стенгазета - кафедра учителей истории;
- «За волю к победе!» - кафедра учителей физкультуры и ОБЖ;
- Самая жизнеутверждающая стенгазета – кафедра учителей естественно-научного цикла.



ЗОЖ

28 лет
Время, которое требуется организму, чтобы обновить все клетки.

2 года
Время, которое требуется организму, чтобы обновить кожу.

25 лет
Время, которое требуется организму, чтобы обновить волосы.

20 лет
Время, которое требуется организму, чтобы обновить ногти.

300 ккал
Полноценный обед.

Основные принципы ЗОЖ

- Сбалансированное питание**
Здоровое питание - основа здоровья.
- Физическая активность**
Помогает улучшить работу сердца и сосудов, укрепить иммунитет.
- Гигиена**
Обеспечивает отсутствие инфекций, сохраняет здоровье и красоту.
- Сон и отдых**
Восстановление сил, укрепление иммунитета.
- Процедуры**
Помогают улучшить состояние кожи, укрепить иммунитет.
- Вредные привычки**
Никотин и алкоголь вредят здоровью, вызывают зависимость.
- Эмоциональный настрой**
Счастье и позитивный настрой укрепляют иммунитет.

ВАЖНО ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ

ОПАСНЫЕ ПРОДУКТЫ

ЗДОРОВЬЕ

ЗДОРОВЬЕ

Автор: [Имя]