

"Żyjmy dłużej, zdrowiej i ciekawiej"

W ramach programu profilaktyczno – wychowawczego pt. *"Żyjmy dłużej lepiej i ciekawiej"* opracowanego przez Pedagogów Szkolnych i Komisję Wychowania Fizycznego, w Zespole Szkół im. ks. dra Jana Zwierza 19.02.2020r. na Hali Widowiskowo - Sportowej w Ropczycach odbyły się Mistrzostwa Szkoły w Piłce Halowej Dziewcząt, które połączone zostały z prelekcją przeprowadzoną przez Higienistkę Szkolną panią

Halinę Rudny

na temat szkodliwości palenia papierosów. Celem prelekcji było uświadomienie młodzieży, że palenie papierosów jest niebezpiecznym uzależnieniem, niosącym za sobą wiele negatywnych skutków. Sięgając po papierosa, nie zdajemy sobie sprawy, jak szybko możemy wpaść w nałóg. Palenie powoduje bardzo poważne choroby, są to nowotwory płuc i krtani. Nikotyna i substancje smoliste zatruwają cały organizm, powodują niedotlenienie serca, miażdżycę naczyń i prowadzą do zawału serca. Pani higienistka podkreśliła, że każdy papieros skraca życie palaczowi o kilka minut. Wynika to z tego, że każdy nałogowy palacz z własnej głupoty i na własne życzenie, skraca swe życie o parę lat. Z drugiej strony, szkodząc sobie, szkodzi także innym. Pani

Halina Rudny

zwróciła również uwagę na to, że każdy palacz na co dzień nosi znamiona swego nałogu. Poszarzała cera, żółte zęby i palce, nieświeże ubranie, przesiąknięte wonią papierosów. Wygląd ten jest zaprzeczeniem człowieka zdrowego, wysportowanego, eleganckiego, z niechęcią widzianego wśród ludzi, prowadzących zdrowy tryb życia.

{besps}/2020/BSPS/Sport/zyjmy_dluzej{/besps}

Zorganizowano również wśród społeczności szkolnej konkurs plastyczny o w/w tematyce. Jury konkursowe w skład, którego wchodziła pani wicedyrektor **Janina Pupa**, nauczyciele WF pani Monika Kubik i pan Roman Bochenek wyłonili zwycięzców:

I miejsce zajęły: **Karolina Bereś** z kl.III TE

Patrycja Bizoń z kl. III TE

Marta Załocha z kl. I TL

Ekateryna Załocha z kl. I TE

Podsumowaniem konkursu było uroczyste wręczenie dyplomów i nagród w/w uczniom przez Panią wicedyrektor **Janinę Pupa**.

Celem programu profilaktycznego było propagowanie zdrowego stylu życia, przeciwdziałania uzależnieniom młodzieży.

Zespół Promocji Zdrowia i Komisja Wychowania Fizycznego serdecznie dziękują Dyrektorowi Szkoły panu **Mariuszowi Pilchowi**, **Radzie Rodziców** i panu **Karolowi Zagórskiemu** za pomoc w organizacji i dofinansowanie nagród na w/w konkurs.

Zespół Promocji Zdrowia

Komisja Wychowania Fizycznego