

Konkurs HiGIEJA

Zapraszam do udziału w Konkursie o Zdrowiu „Higieja” dla uczniów klas IV-VIII szkół podstawowych województwa mazowieckiego.

Etap szkolny konkursu odbędzie się **16 listopada**

Poniżej wymagany zakres wiedzy oraz zagadnień

ETAP SZKOLNY:

Treści pytań obejmować będą następujące zagadnienia:

- Zasady zdrowego trybu życia. Zachowania prozdrowotne/profilaktyka zdrowotna.
- Zasady zdrowego odżywiania.
- Witaminy – nazewnictwo i klasyfikacja.
- Układ wydalniczy – budowa i funkcje.
- Nadwaga i otyłość – przyczyny i skutki.
- Składniki odżywcze – podział i rola.
- Budowa i funkcje krwi.
- Drogi szerzenia się chorób zakaźnych.
- Wpływ stresu na organizm.
- Zasady postępowania podczas pożaru.
- Zasady bezpiecznego zachowania nad wodą.
- Obowiązek i zakres pierwszej pomocy.
- Zasady udzielania pierwszej pomocy osobie nieprzytomnej.

linki:

<https://zpe.gov.pl/a/przeczytaj/DVwGuREdA>

https://ruj.uj.edu.pl/xmlui/bitstream/handle/item/142572/kopanski_et-al_wybrane_zagadnienia_z_anatomii_i_fizjologii_ukladu_moczowego_2017.pdf?sequence=1

<https://zpe.gov.pl/a/radzimy-sobie-ze-stresem/DghhTE3WT>

<https://zpe.gov.pl/a/zagrozenie-pozarem/Dp5RLmqbH>

<https://wopr.kazimierz-dolny.pl/zasady-bezpiecznego-zachowania-nad-woda/>

<https://www.nowaera.pl/dla-rodzica/strona-glowna/akcja-wakacje/odpowiedzialne-zachowanie-nad-woda>

Barbara Andrzejczak
