### ****TURNIEJ KLAS ZADBAJ O MÓZG**** (10-14 marca 2025)

W dniach **10-14 marca 2025** w naszej szkole odbył się Turniej Klas **"Zadbaj o mózg"**, podczas którego uczniowie uczestniczyli w różnorodnych aktywnościach wspierających zdrowie i sprawność umysłową.

### ****Harmonogram wydarzeń:****

**Plakaty** – Uczniowie przygotowywali kreatywne plakaty promujące sposoby dbania o mózg i zdrowy styl życia.

**Zrób to sam** – Zadanie polegało na samodzielnym wykonaniu pomocy edukacyjnych wspierających pamięć, koncentrację i logiczne myślenie.

**Turniej warcabowy** – Klasy rywalizowały w turnieju warcabowym, który rozwija strategiczne myślenie i umiejętność planowania.

**Wykład o chorobie Alzheimera** – Uczniowie wysłuchali prelekcji na temat choroby Alzheimera, jej objawów, profilaktyki oraz wpływu na życie chorych i ich rodzin.

**Śniadanie dla mózgu** – Przygotowanie i degustacja zdrowych posiłków bogatych w składniki wspierające pracę mózgu, takie jak orzechy, owoce i produkty pełnoziarniste.

**Teleturniej "Stawiam na mózg"** – Drużyny uczniów zmierzyły się w quizie wiedzy o mózgu, jego budowie, funkcjonowaniu i ciekawostkach z nim związanych.

**Jak zachęcać dzieci i młodzież do czytania?** – Dyskusja i warsztaty na temat metod rozwijania nawyku czytania oraz korzyści płynących z regularnej lektury.

**Gimnastyka** – Zajęcia ruchowe wspierające koncentrację, koordynację i ogólną kondycję organizmu, które mają pozytywny wpływ na pracę mózgu.

Turniej dostarczył uczniom cennej wiedzy i praktycznych wskazówek dotyczących dbania o zdrowie mózgu. Wszyscy uczestnicy wykazali się zaangażowaniem i kreatywnością, a całe wydarzenie zakończyło się sukcesem!