



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Agnieszka Puzio-Dębska

Tydzień Bezpieczeństwa w ZPO 2

Publikowane od

23.06.2026 08:33:54



Uczniowie klas 1-4 Szkoły Podstawowej nr 4 uczestniczyli w Szkolnym Dniu Profilaktyki pod hasłem „Twoje zdrowie. Twoja supermoc”. Był to dzień pełen ciekawych spotkań,

warsztatów i aktywności, które promowały zdrowy styl życia, bezpieczeństwo oraz troskę o zdrowie fizyczne i psychiczne.

W programie znalazły się m.in.:

- „Zostań bohaterem – naucz się pomagać” – zajęcia prowadzone przez przedstawicieli OSP Piekiełko, podczas których uczniowie poznawali zasady udzielania pierwszej pomocy.
- „Ile to za dużo telefonów?” – warsztaty przygotowane i poprowadzone przez uczennice klasy 8a Szkoły Podstawowej nr 4 w ramach projektu „uczniowie uczniom”. Młodsze dzieci rozmawiały o bezpiecznym i odpowiedzialnym korzystaniu z telefonów oraz o zachowaniu równowagi między światem cyfrowym a aktywnością na świeżym powietrzu.
- „Wakacyjny niezbędnik bezpieczeństwa” – spotkanie z policjantem poświęcone zasadom bezpiecznego spędzania wolnego czasu podczas wakacji.
- „Misja zdrowy bohater” – aktywne zajęcia prowadzone przez nauczycieli wychowania fizycznego, promujące ruch i zdrowe nawyki.
- „Mapa wsparcia – gdzie mogę pójść po pomoc?” – zajęcia pomagające uczniom poznać miejsca i osoby, do których mogą zwrócić się po pomoc w trudnych sytuacjach.

Uczniowie klas IV-VIII Szkoły Podstawowej nr 4 także uczestniczyli w Szkolnym Dniu Profilaktyki. Celem wydarzenia było promowanie zdrowego stylu życia, bezpieczeństwa, odpowiedzialnych postaw społecznych oraz rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

Uczniowie uczestniczyli w różnorodnych warsztatach i spotkaniach prowadzonych przez specjalistów oraz zaproszonych gości. W programie znalazły się zajęcia pt. „Zdrowe odżywianie bez fake newsów” prowadzone przez dietetyka, podczas których uczniowie zdobywali wiedzę na temat zasad zdrowego żywienia i świadomego korzystania z informacji dotyczących diet. Dużym zainteresowaniem cieszyło się również spotkanie z policjantem „Wakacyjny niezbędnik bezpieczeństwa”, podczas którego przypomniano zasady bezpiecznego wypoczynku podczas wakacji.

Przedstawiciele SPZOZ w Mławie przeprowadzili zajęcia „Profilaktyka ratuje życie”, zwracając uwagę na znaczenie profilaktyki zdrowotnej i troski o własne zdrowie. Uczniowie mogli także uczestniczyć w warsztatach „Mapa wsparcia – gdzie mogę pójść po pomoc”, podczas których poznawali instytucje i osoby udzielające wsparcia w sytuacjach

kryzysowych.

Ważnym punktem programu były zajęcia przygotowane przez druhow z OSP Piekietko „Zostań bohaterem – naucz się pomagać”, rozwijające umiejętności udzielania pomocy innym. Dla miłośników aktywności fizycznej przygotowano zajęcia sportowe „Sportowa dawka energii”, prowadzone przez nauczycieli wychowania fizycznego oraz instruktorów X-treme.

Szkolny Dzień Profilaktyki był okazją do zdobycia cennej wiedzy, rozwijania praktycznych umiejętności oraz integracji społeczności szkolnej.

Dziękujemy wszystkim prowadzącym za zaangażowanie i przekazanie uczniom cennej wiedzy. Szczególne podziękowania kierujemy do uczennic klasy 8a, które w interesujący i przystępny sposób podzieliły się swoją wiedzą z młodszymi kolegami i koleżankami.

Twoje zdrowie to Twoja supermoc – warto o nie dbać każdego dnia!

Więcej zdjęć pod linkami [TUTAJ](#) i [TUTAJ](#).

mate

















Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/arttykul/tydzien-bezpieczenstwa-w-zpo-2>