



TRAIȘTA CU SĂNĂTATE

Tradiții sănătoase pentru copii sănătoși



TRAIȘTA CU SĂNĂTATE

Concurs județean

de educație pentru un stil de viață sănătos

Ediția a III-a

Perioada: 1 martie 2018 – 31 mai 2018

Instituțiile coordonatoare:

Fundația Tradiții Sănătoase

Universitatea de Medicină și Farmacie "Grigore T. Popa" din Iași

Parteneri

Inspectoratul Școlar Județean Iași

Societatea Studenților Mediciniști Iași (SSMI)

Coordonator proiect: Prof. Univ. Dr. Veronica MOCANU

Date de contact: telefon 0745603137, email: veronica.mocanu@gmail.com



TRAISTA CU SĂNĂTATE

Tradiții sănătoase pentru copii sănătoși

CONCURSUL JUDEȚEAN ”TRAISTA CU SĂNĂTATE” EDIȚIA a III-a REGULAMENTUL DE ORGANIZARE

SCOPUL ACTIVITĂȚII

Concursul urmărește formarea unor obiceiuri sănătoase privind alimentația și activitatea fizică.

AREAL ȘI PERIOADĂ DE DESFĂȘURARE

Concursul se va desfășura în perioada 1 martie -31 mai 2018 în județul Iași, în unitățile de învățământ din **Municipiul Iași și comunele Aroneanu, Ciurea, Miroslava și Tomești**, participante la *Programul Traista cu sănătate*.

GRUP ȚINTĂ

Concursul se adresează elevilor din ciclurile preșcolar și primar din arealul de desfășurare.

TEMA CONCURSULUI

Concursul are ca temă:

IMPORTANȚA CONSUMULUI DE CEREALE INTEGRALE ȘI A ACTIVITĂȚII FIZICE PENTRU SĂNĂTATE.

A. Activități adresate elevilor

Noțiuni teoretice

- Pachetul educațional ”Traista cu sănătate” 2018
- Cartea ”Prevenția obezității la vârsta copilăriei. Cerealele integrale”, coordonator Veronica Mocanu, Iași, 2018

Exerciții fizice

- Pachetul educațional ”Traista cu sănătate” 2018
- Exercițiile fizice 2018 (Videoclip demonstrativ)

B. Activități adresate părinților

- Participarea la activitățile proiectului.

CALENDARUL CONCURSULUI

- Participarea la activitățile ”Cereale integrale: sănătoase și delicioase” și ”Mișcare pentru sănătate!” din Campania Traista cu sănătate: 05.03.2018 - 31.05.2018
- Elaborarea proiectelor pe clasă: 11.04.2018 - **11.05.2018** (două videoclipuri de 3 minute care să surprindă activitățile realizate în cadrul proiectului).
- Evaluarea videoclipurilor de către juriul județean: 12.05-18.05.2018
- Premiera: 19.05. 2018 (Conferința ”Prevenția obezității la vârsta copilăriei”)

DEFĂȘURAREA CONCURSULUI

A. ÎNSUȘIREA CUNOȘTINTELOR DESPRE ALIMENTE ȘI NUTRIȚIE

- Noțiunile teoretice vor fi dobândite prin utilizarea lecțiilor din:
 - Pachetul educațional ”Traista cu sănătate” 2018
 - Cartea ”Prevenția obezității la vârsta copilăriei. Cerealele integrale”, coordonator Veronica Mocanu, 2018
 - Lecția deschisă prezentată de studenții medicinisti în perioada 16.04-11.05.2018

B. PRACTICAREA EXERCIȚIILOR FIZICE

- Pachetul educațional ”Traista cu sănătate” 2018
- Videoclip demonstrativ 2018

C. ELABORAREA UNUI PROIECT AL CLASEI

- **Proiectul va fi ilustrat prin două videoclipuri de 3 minute**
 1. Videoclipul va ilustra activitățile prin care elevii au crescut consumul de cereale integrale
 2. Videoclipul va ilustra efectuarea de către copii a exercițiilor fizice din pachetul educațional 2018
- Cele două videoclipuri vor fi trimise pe adresa email:
concurs@traistacusanatate.ro, până pe data de 11.05.2018

Trimiterea videoclipurilor (cel puțin unul) este obligatorie pentru a primi adeverința de participare la Programul Traista cu sănătate.

3. JURIZAREA PROIECTELOR (VIDEOCLIP)

Criterii de jurizare:

- Fiecare videoclip va avea durata maximă de 3 minute. Depășirea duratei poate duce la descalificarea proiectului.
- **Numărul de videoclipuri trimise: obligatoriu două.**
- Clasele care vor trimite doar o activitate, vor fi descalificate.
- Efectuare corectă, de către toți copii, a tuturor exercițiilor prezentate în pachetul educațional “Traista cu sănătate” 2018
- Efectuarea unor activități din care să reiasă ca și-au însușit informațiile despre rolul cerealelor integrale pentru sănătate.
- Elemente creative care să completeze practicarea exercițiilor și care se bazează pe noțiunile teoretice din Pachetul educațional 2018
- Implicarea părinților.

4. PREMIERA PROIECTELOR

- Videoclipurile vor fi evaluate și se vor oferi marele premiu, premiile I, II și III.
Fondul de premiere este de 2000 lei.
- a. Festivitatea de premiere se va organiza în cadrul Conferinței ”Prevenția obezității la vârsta copilăriei”, din data de 19 mai 2018, la UMF Grigore T. Popa Iași.
- b. Videoclipurile premiate vor fi proiectate la conferință.
- c. Proiectele care au stat la baza realizării videoclipurilor vor fi incluse în viitorul volum din colecția *Prevenția obezității la vârsta copilăriei* la secțiunea de ”Bune practici”.

**Coordonator proiect,
Prof. Univ. Dr. Veronica Mocanu**