

ECHO SIÓDEMKI

"ZIMA"



www.digitalphoto.pl

(www.digitaphoto.pl)

Płatki

Gdy wokoło sroga zima,
kiedy tęgi mróz nas trzyma,
kiedy woda skrzypi lodem,
a pod kurtką wieje chłodem

wtedy można ujrzeć płatki –
roztańczone śnieżne kwiatki.
Piękne, zwiewne, kryształowe
sypią się na naszą głowę.

Otulają, oblepiają,
w mrozie się najlepiej mają.
Płatki śniegu jak gwiazdeczki,
które sypią aniołeczki ☺

Każda gwiazdka inna w sobie,
niezrównana w swej ozdobie.
I na nic je porównywać,
sprawdzać, badać i zgadywać,

czy to siostry, czy bliźniaczki,
jak białego maku szlaczki.
Lepiej się ucieszyć chwilą,
zanim na chodniku zginą.

Chwycicie ulotne śnieżynki!
To od nieba upominki,
by w zimowy, chłodny czas
radowały tańcem nas !

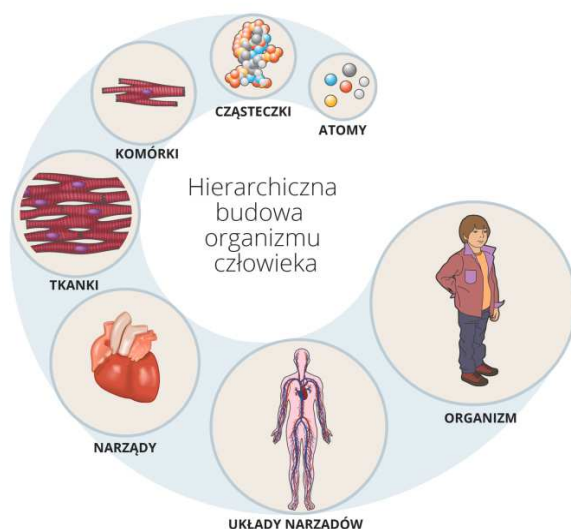
Beata Żyto



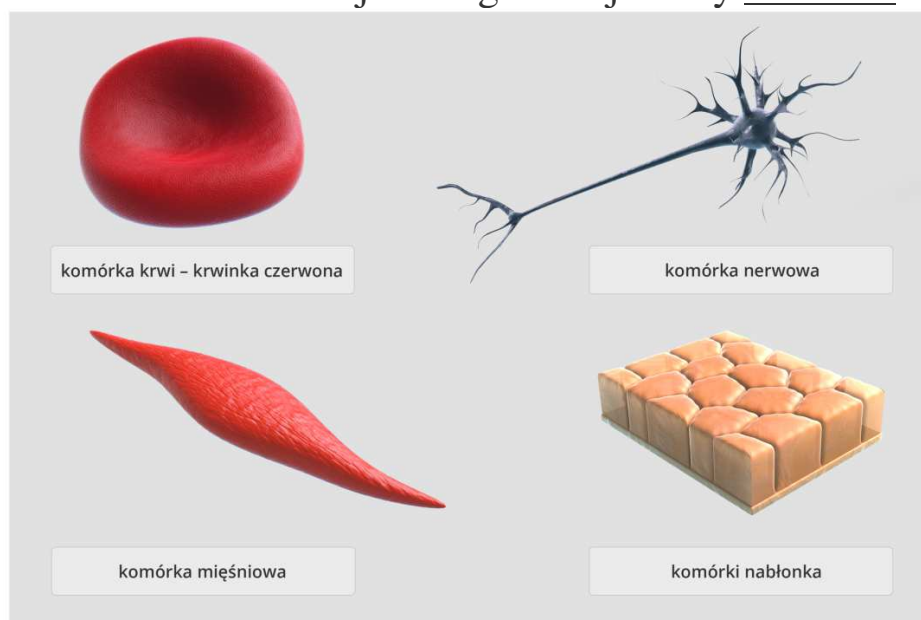
(www.freepik.com)

Nasz organizm

Twoje ciało to skomplikowany i fascynujący mechanizm umożliwiający wykonywanie wielu ważnych czynności. Dzięki niemu możesz się poruszać, oddychać, jeść, a także poznawać świat – przyglądać się pięknu przyrody, słuchać śpiewu ptaków, czuć zapach kwiatów i smak owoców.

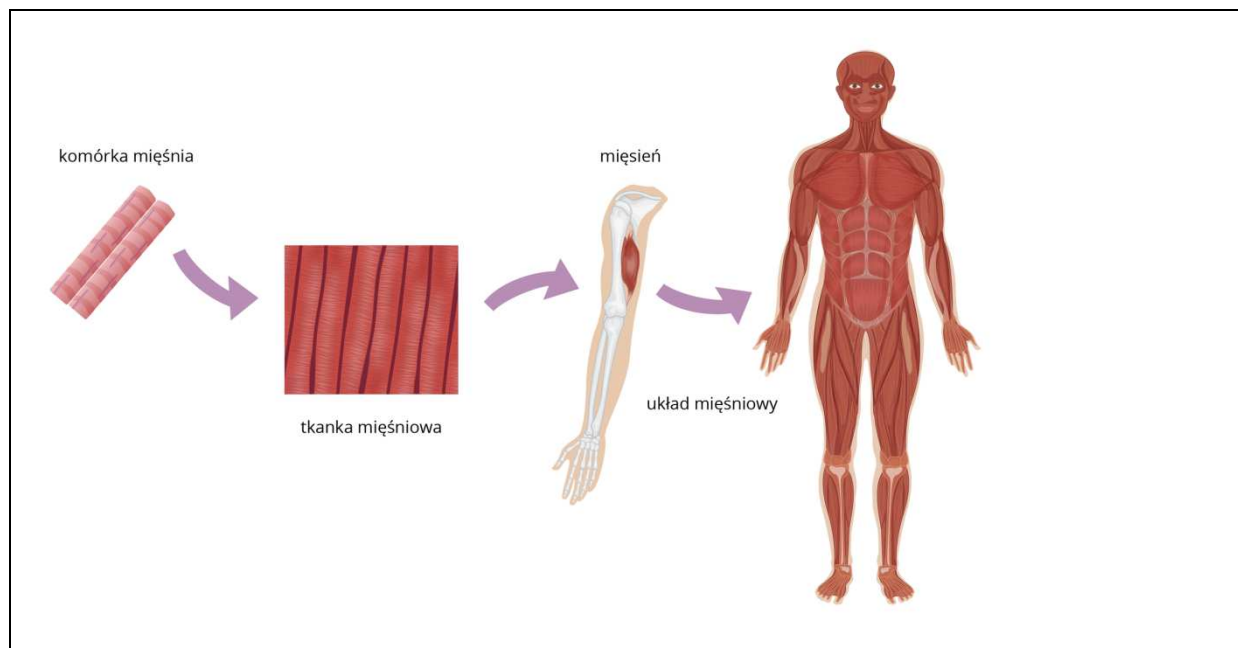


Ciało człowieka zbudowane jest z ogromnej liczby komórek.



Najprościej mówiąc, komórka to najmniejszy składnik organizmu, który wykazuje **czynności życiowe**: odżywia się, oddycha, rozmnaża i wydala substancje zbędne.

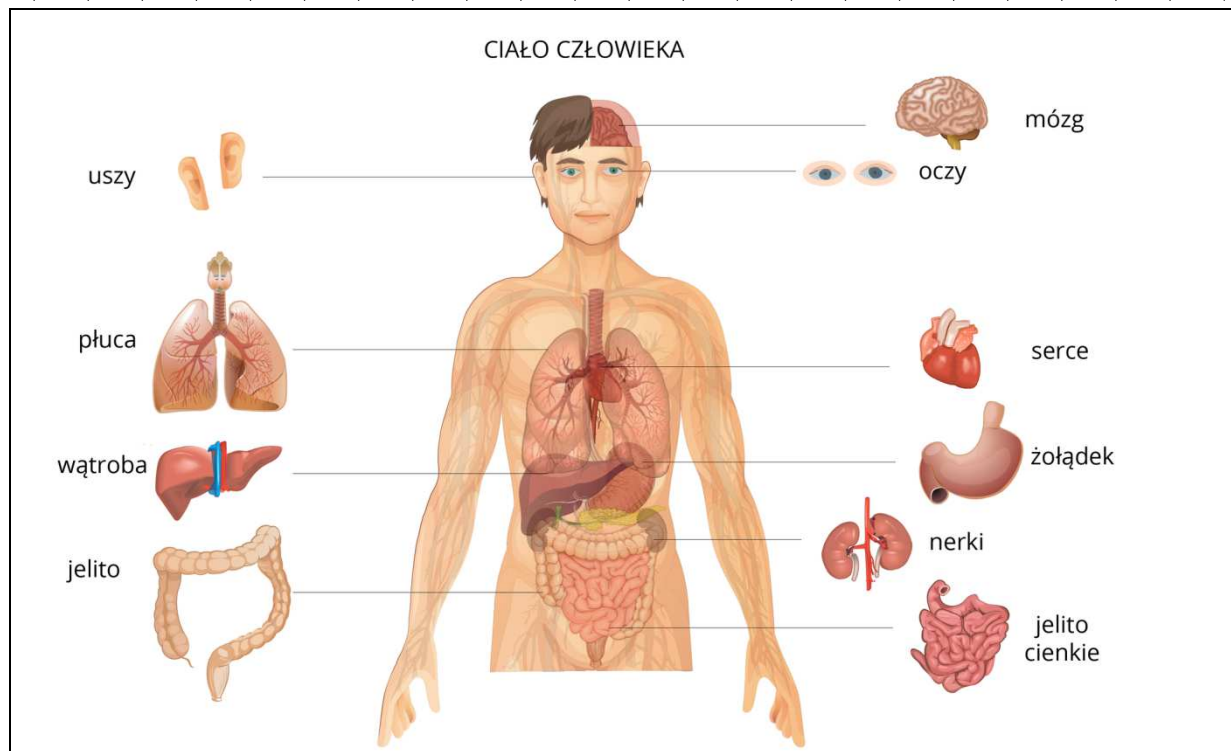
Z komórek zbudowane są **tkanki** (np. **mięśniowa**), a z nich z kolei **narządy**, takie jak mózg czy serce. Te zaś współpracują ze sobą, tworząc **układy narządów**.



Narządy pełnią określone funkcje w organizmie.

Na przykład:

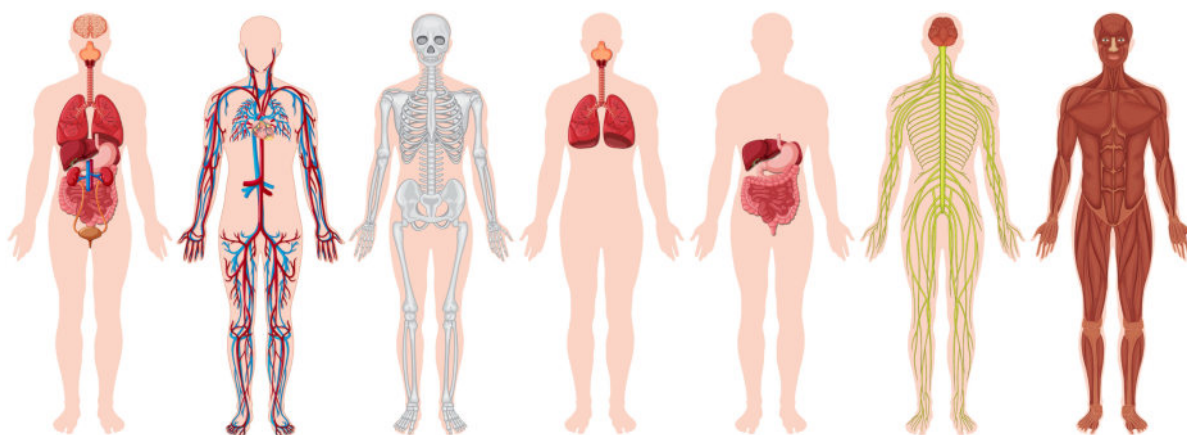
- **płuca** umożliwiają wymianę gazową, to znaczy pobieranie tlenu i usuwanie dwutlenku węgla.
- **serce** pompuje krew i rozprowadza ją po całym ciele.
- **mózg** nadzoruje pracę wszystkich innych narządów.
- **nerki** działają jak filtry – wychwytyją z krwi szkodliwe substancje, które później są wraz z moczem wydalone na zewnątrz.
- **żołądek** odpowiada za trawienie pokarmu.
- w **jelitach** natomiast dochodzi do wchłaniania przez organizm substancji odżywczych zawartych w pokarmie
- **kości i mięśnie** pozwalają się nam poruszać.
- **narządy zmysłów**, czyli oczy, nos, uszy, język, odbierają bodźce ze środowiska zewnętrznego, dzięki czemu poznajemy świat.



Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., licencja: CC BY 3.0.

Układy narządów

Narządy współpracują ze sobą, tworząc zespoły zwane **układami**.
Każdy układ ma do wykonania określone zadanie.



(www.skyclinic.pl)



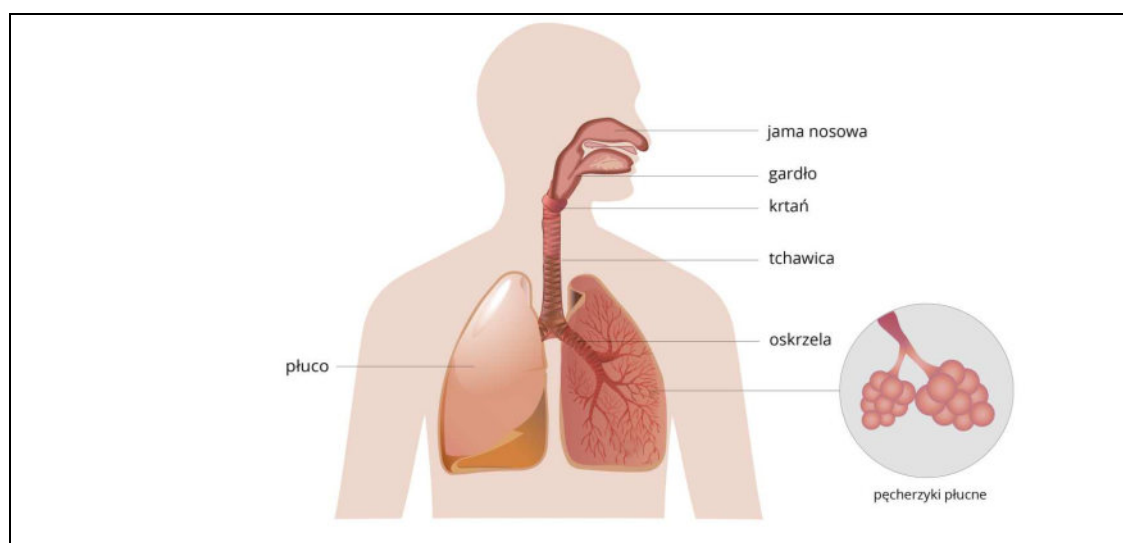
(www.samequizy.pl)

Układ oddechowy

Bez pożywienia można wytrzymać nawet miesiąc, bez wody – kilka dni, bez powietrza natomiast zaledwie kilka minut. Człowiek oddycha przez całe swoje życie, podczas wykonywania każdej, nawet najprostszej czynności, a także w trakcie snu. Bez oddychania nasz organizm nie mógłby uzyskiwać energii potrzebnej do życia.

Układ oddechowy umożliwia pobieranie potrzebnego do życia tlenu i usuwanie zbędnego dwutlenku węgla. Aby żyć, musimy oddychać. Dzięki oddychaniu pobieramy z powietrza **tlen**.

Ta bezcenna substancja potrzebna jest do pracy wszystkim narządom i każdej komórce naszego ciała. Podczas procesu oddychania powietrze z otaczającego środowiska dostaje się do jamy nosowej i dalej do **płuc**. Tam zachodzi wymiana gazowa, czyli wchłanianie tlenu do krwi i wydalenie z niej dwutlenku węgla, który następnie jest usuwany z organizmu. Za oddychanie odpowiedzialny jest **układ oddechowy**.



Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., licencja: CC BY 3.0.

Ciekawostka

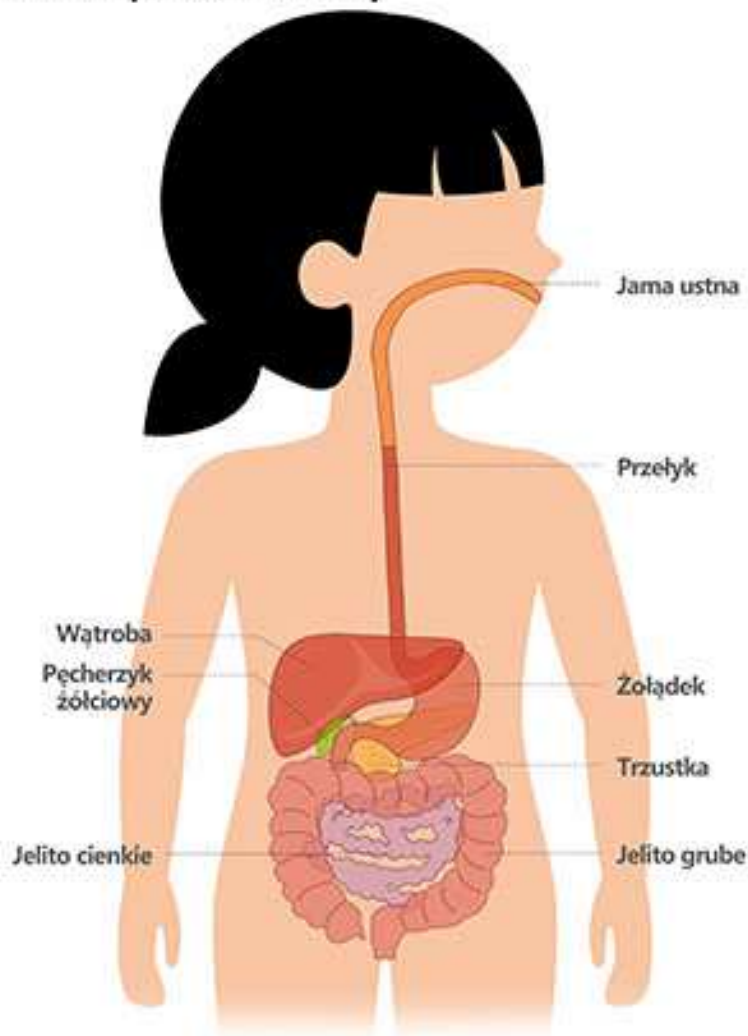
W ciągu dnia wykonujemy około 20 tysięcy wdechów i wydechów. W tym czasie wdychamy około 16 kg powietrza – to 6 razy więcej, niż przyjmujemy pokarmu lub napojów.

Oddychanie jest naturalnym, wrodzonym odruchem, który ma na celu dostarczyć naszemu organizmowi tlen, a usunąć z niego dwutlenek węgla.

Układ pokarmowy

To układ, który odpowiada za odżywanie organizmu. Każdy żywy organizm musi się **odżywiać**, czyli dostarczać sobie niezbędnych **substancji odżywczych**: białek, cukrów, tłuszczów, witamin i minerałów, a także wody. Substancje odżywcze znajdują się w pokarmie, np. warzywach, owocach, zbożach, mięsie, rybach, jajach, mleku i przetworach mlecznych. Stanowią one źródło materiałów do budowy organizmu. Umożliwiają jego wzrost, rozwój i regenerację. Przekształcane są także w energię niezbędną do życia.

MOJE CIAŁO Układ pokarmowy



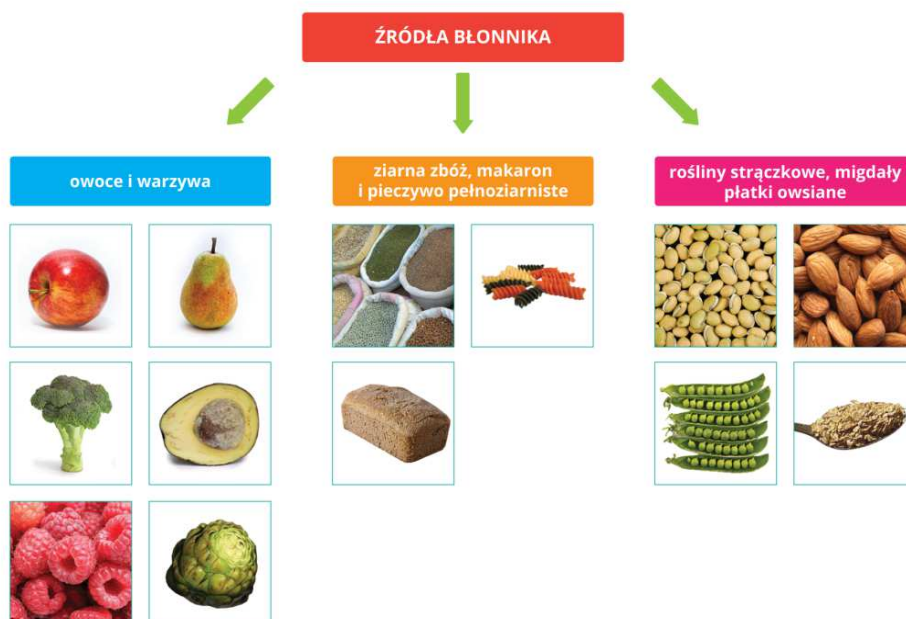
Zadania układu pokarmowego to:

- rozdrabnianie pokarmu,
- trawienie pokarmu,
- wchłanianie zawartych w pożywieniu związków odżywczych,
- usuwanie zbędnych resztek pokarmu.



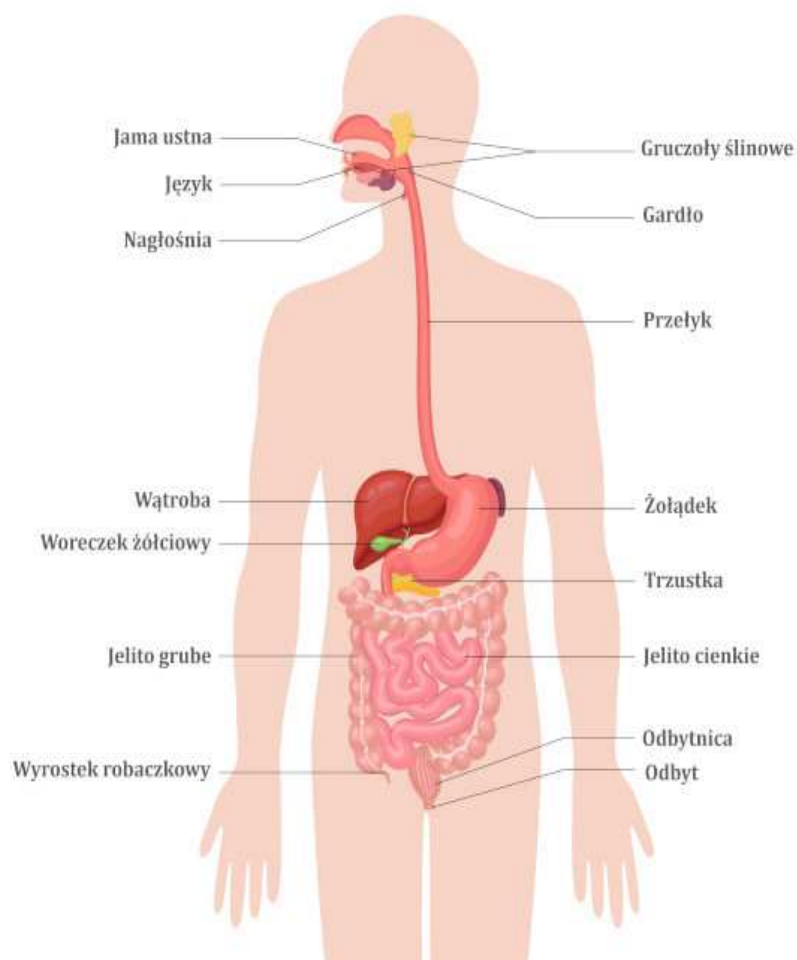
Ciekawostka

Organizm człowieka nie jest w stanie strawić niektórych substancji spotykanych w pokarmie. Należy do nich **błonnik**. Mimo że nie jest dla nas ani źródłem energii, ani materiałem budulcowym, odgrywa bardzo ważną rolę. Działa bowiem jak miotła: oczyszcza nasze jelita z zalegających w nich resztek pokarmu i substancji szkodliwych, usprawniając tym samym ich pracę. Dodatkowo błonnik pęcznieje w żołądku, co daje uczucie sytości i zmniejsza głód. Jednocześnie pomaga w utrzymaniu właściwej masy ciała.



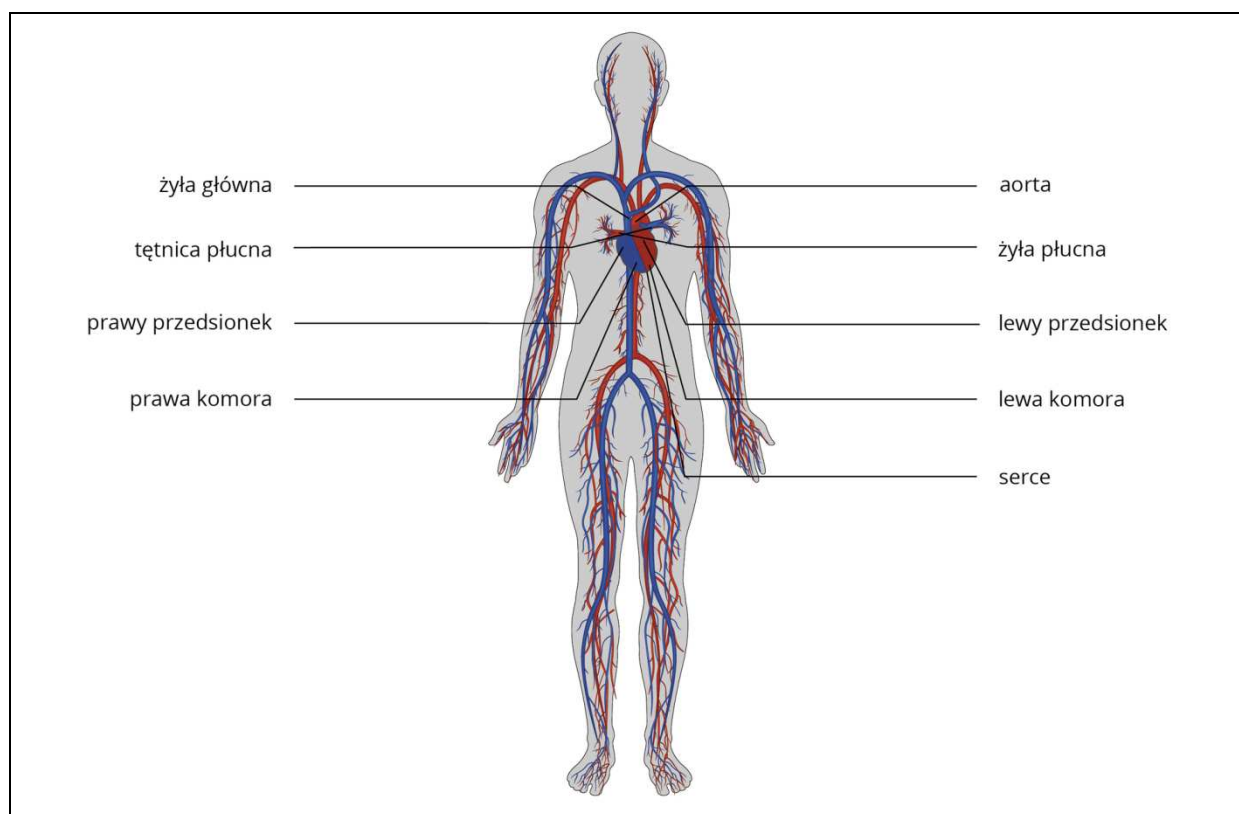
Źródło: Dariusz Adryan, Abhijit Tembhekar (https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Red_Apple.jpg), Kombucha

Układ pokarmowy człowieka



Układ krwionośny

Przyjrzyj się wewnętrznej stronie swojego nadgarstka. Zobaczysz tam sieć cienkich, błękitnych linii – są to twoje żyły. System naczyń, którymi płynie krew, pełni tę samą funkcję co sieć dróg w miastach – zapewnia transport różnych materiałów. Układy pokarmowy i oddechowy dostarczają organizmowi substancji odżywczych i tlenu. Muszą one trafić do wszystkich komórek ciała. Należy natomiast z nich usunąć to, co zbędne, czyli dwutlenek węgla oraz szkodliwe produkty przemiany materii. Służy do tego **układ krwionośny**, który składa się z serca i naczyń krwionośnych. Dzięki pracy serca krew płynie w naczyniach krwionośnych. Są to tętnice, żyły i naczynia włosowate.



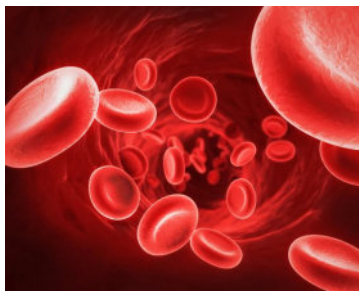
Krew wbrew pozorom nie jest tylko płynem. Zawiera również komórki zwane krwinkami. Najwięcej jest **krwinek czerwonych**, które transportują tlen i dwutlenek węgla. Oprócz tego wyróżniamy też krwinki białe, które bronią organizm przed chorobami, a także płytki krwi, dzięki którym krew krzepnie, jeśli naczynie krwionośne zostanie uszkodzone. Płynna część krwi to osocze – składa się ono głównie z wody oraz rozpuszczonych w niej białek i innych substancji.

Serce to narząd wielkości zaciśniętej pięści, położony w klatce piersiowej po jej lewej stronie. Pełni on funkcję pompy – rytmicznie się kurczy i dzięki temu tłoczy krew do tętnic. Ponieważ pompa ta jest bardzo silna, tętnice muszą być grube, wytrzymałe i sprężyste – inaczej siła tłoczony krwi mogłaby je rozerwać.

Tętnice rozgałęziają się na coraz cieńsze tętniczki, aż w końcu stają się **naczyniami włosowatymi**. Naczynia włosowate doprowadzają krew do wszystkich komórek ciała. Następnie krew znowu powraca do serca – tym razem już żyłami. W żyłach płynie znacznie wolniej i pod mniejszym ciśnieniem niż w tętnicach, dlatego ich ściany są cieńsze i delikatniejsze.

Ciekawostka

Krew jest jasnoczerwona jedynie wtedy, gdy transportuje tlen. Gdy nie zawiera tlenu, jest ciemniejsza i ma odcień fioletowy. Stąd żyły prześwitujące przez skórę mają taki właśnie kolor.



(www.zdrowie.gazeta.pl)

Serce kurczy się rytmicznie, dlatego krew wpływa do tętnic falami, co powoduje regularne, lekkie rozciąganie się ich tkanek. Wiedza ta jest pomocna przy mierzeniu tętna, czyli **pulsu**.

U zdrowego, zrelaksowanego człowieka w twoim wieku tętno wynosi około **90 uderzeń na minutę**.



(www.medonet.pl)

Układ nerwowy

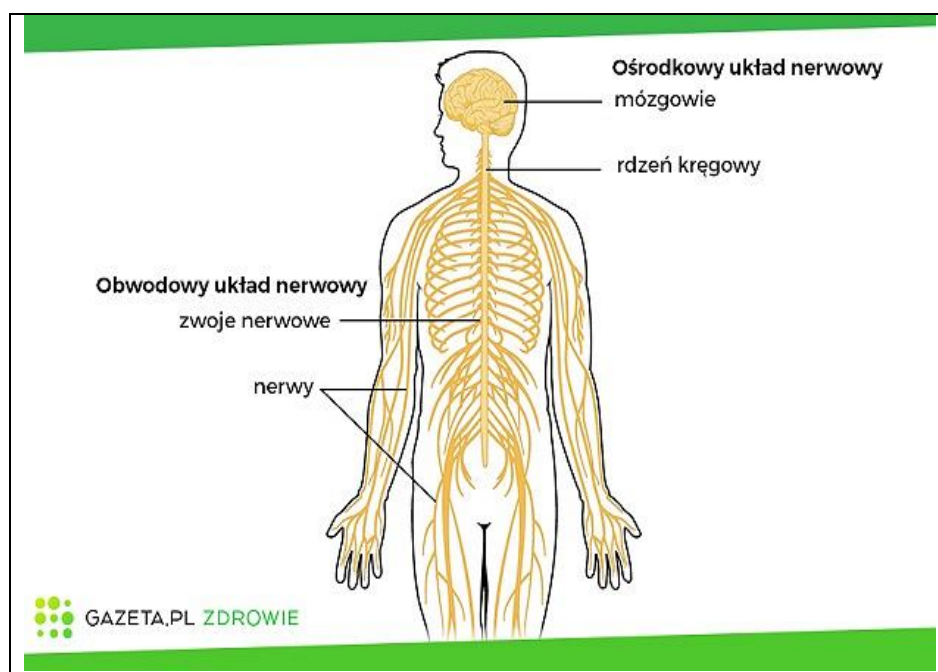
Układ nerwowy uznawany jest za najważniejszy z układów istniejących w ludzkim organizmie. Takie traktowanie tej części ciała spowodowane jest tym, że to właśnie układ nerwowy kontroluje czynność pozostałych układów organizmu.

Układ nerwowy, którego głównym narządem jest mózg, kontroluje pracę innych układów i pozwala odbierać bodźce płynące zarówno z otoczenia, jak i z wnętrza organizmu (dzięki temu czujemy na przykład głód), odpowiada za wyższe czynności nerwowe (pamięć, inteligencja, mowa).

Układ nerwowy dzieli się na:

- ośrodkowy układ nerwowy (mózgowie, rdzeń kręgowy);
- obwodowy układ nerwowy (nerwy).

Ośrodkowy układ nerwowy i obwodowy układ nerwowy współpracują ze sobą zbierając informacje z wnętrza ciała jak i z zewnątrz. Następnie przetwarzają zgromadzone informacje i wysyłają sygnały dzięki, którym ciało ludzkie reaguje na zachodzące zmiany. W większości przypadków mózg jest miejscem, do którego docierają sygnały wysyłane przez układ nerwowy i właśnie w nim informacje zostają przetworzone i to on wysyła polecenia.



Ciekawostka

Obwód naszej planety to około 40 tysięcy kilometrów. Gdybyśmy mogli “rozwinąć” wszystkie nerwy z naszego ciała (tylko jednego!), to opłotły by one Ziemię ponad dwukrotnie! Szacuje się, że wszystkie nerwy w naszym ciele mogą liczyć razem ok. 100 000 km długości.

Jeden z nerwów, który możemy dotknąć, jest zlokalizowany w okolicach łokcia. Tak, to ten, który się odzywa, gdy się uderzymy w łokieć i promienieje nam od tego cała ręka.



(www.medme.pl)



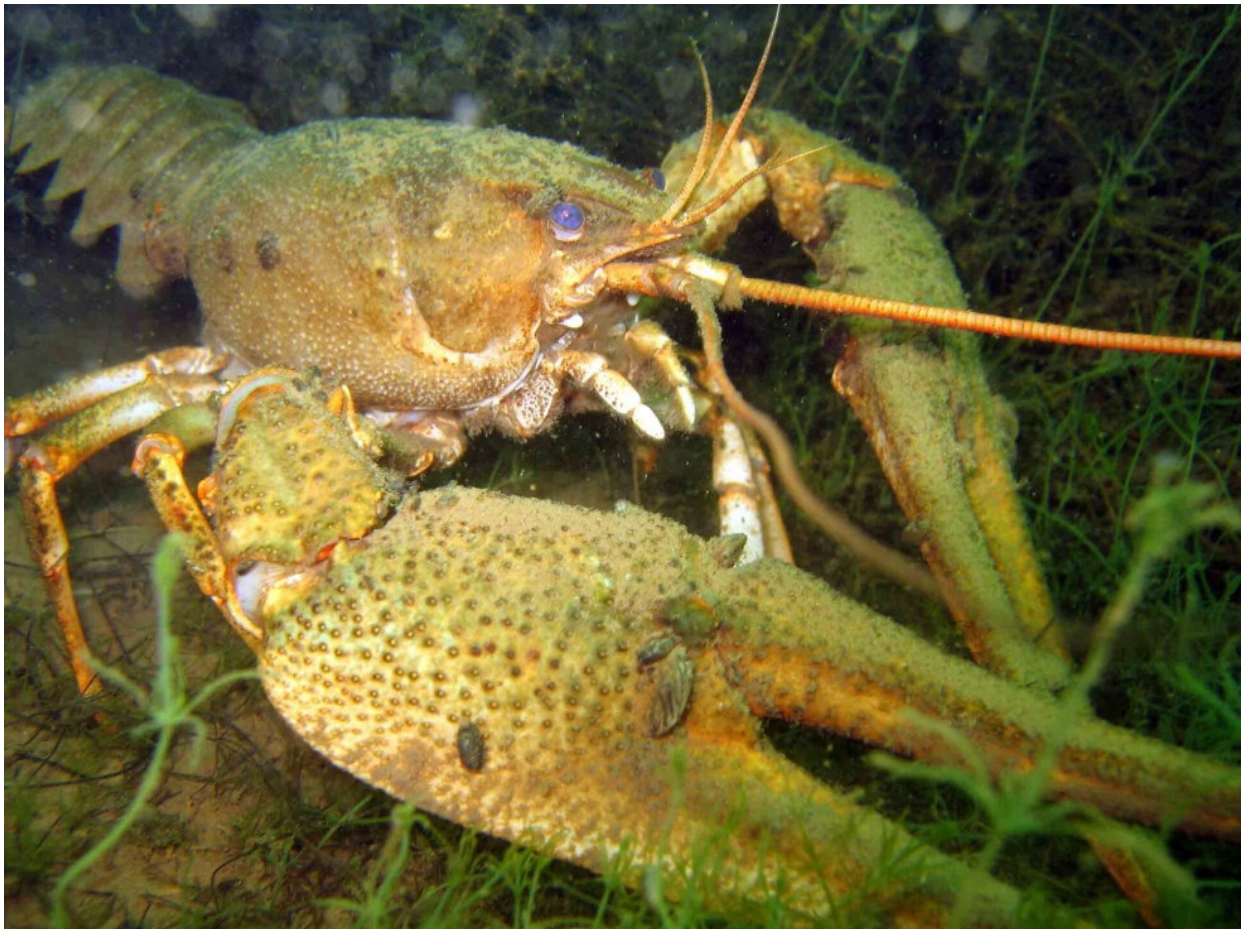
(www.isokolka.eu)

Układ ruchu

Kiedy mówimy o ruchu, najczęściej myślimy o przemieszczaniu się z miejsca na miejsce. W rzeczywistości ruch to także zginanie palca czy kiwanie głową. Wszystkie te czynności nie byłyby możliwe bez **układu ruchu**. Składa się on ze **szkieletu** czyli **układu kostnego**, oraz mięśni. Dzięki takiej budowie naszego organizmu możemy się przemieszczać, a także chwycić rękoma różne przedmioty.

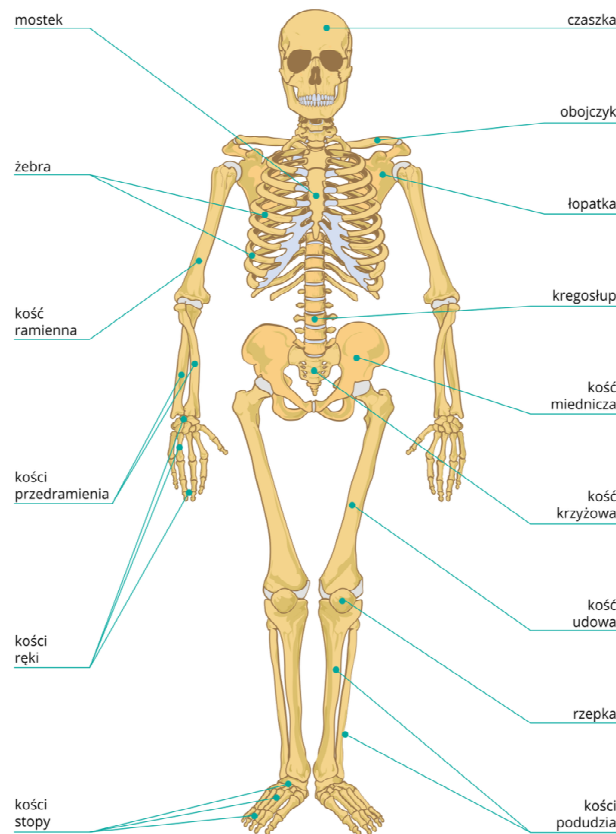
Ciekawostka

Układ kostny człowieka znajduje się we wnętrzu ciała. Taki szkielet mają też na przykład ptaki. Istnieją jednak zwierzęta, u których szkielet pokrywa ciało od zewnątrz. Ma on postać muszli (u ślimaków i małży) lub pancerzyka (u owadów czy pajaków).



Układ kostny

W szkielecie dorosłego człowieka znajduje się **206 kości**. Niektóre z substancji je budujących – **sole mineralne** – można znaleźć w wybranych skałach! Dzięki takiemu składowi kości mogą wytrzymać znaczne obciążenia i pełnić funkcję rusztowania dla całego ciała. Jednocześnie są na tyle elastyczne, że trudno jest je złamać. Kości łączą się ze sobą, tworząc układ kostny, czyli szkielet. Szkielet podpira całe ciało, nadaje mu określony kształt oraz stanowi ochronę narządów wewnętrznych, np. czaszka osłania mózg, a klatka piersiowa – płuca i serce.



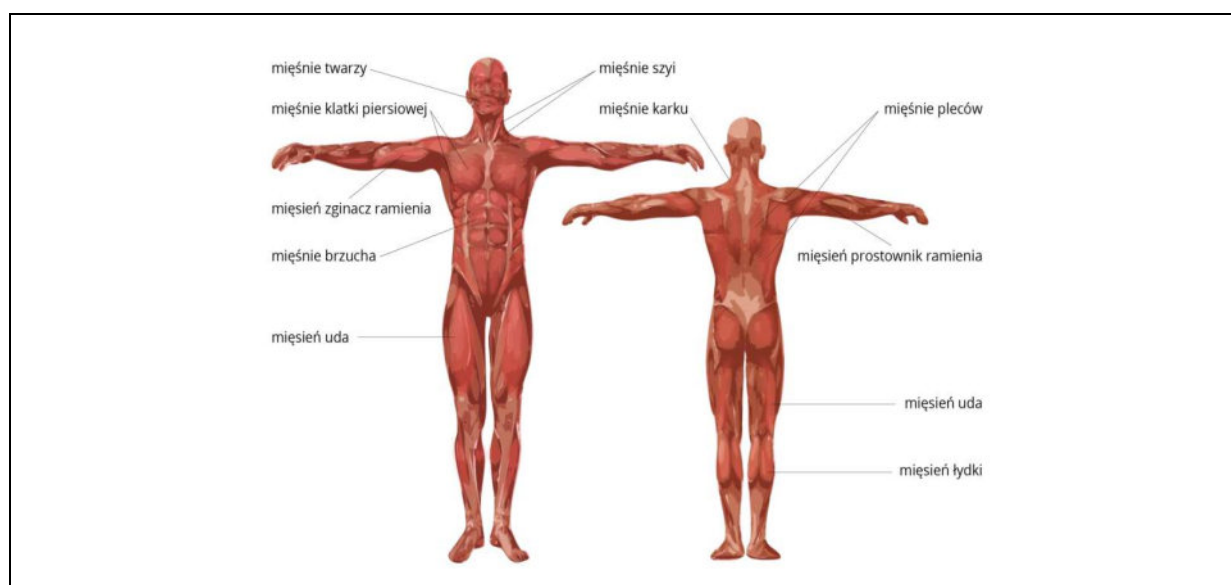
Kości w szkielecie człowieka mogą być ze sobą połączone nieruchomo – np. w czaszce, lub ruchomo – w kończynach. Ruchome połączenia kości to stawy.

Ciekawostka

Dziecko ma więcej kości niż człowiek dorosły. U noworodka jest ich około 270.

Układ mięśniowy

Aby się poruszać, kości muszą zostać wprowadzone w ruch. Potrzebne są do tego **mięśnie**. Umożliwiają one poruszanie różnymi częściami ciała. Mięśnie potrafią się kurczyć, nie mogą jednak samodzielnie się rozciągać. Dlatego zwykle pracują parami, w których jeden mięsień, kurcząc się, rozciąga drugi. Takie mięśnie nazywa się **przeciwstawnymi**. Jeden z mięśni w takiej parze to **zginacz**, a drugi – **prostownik**.



Ciekawostka

Na naszej twarzy znajdują się mięśnie mimiczne. Jako jedyne nie są przyczepione do kości, lecz do skóry. Dzięki ich pracy możliwa jest mimika, czyli zmiana wyrazu twarzy, pozwalająca na przykład okazywać emocje.



(www.sp10tychy.szkolnastrona.pl)

Zmysły

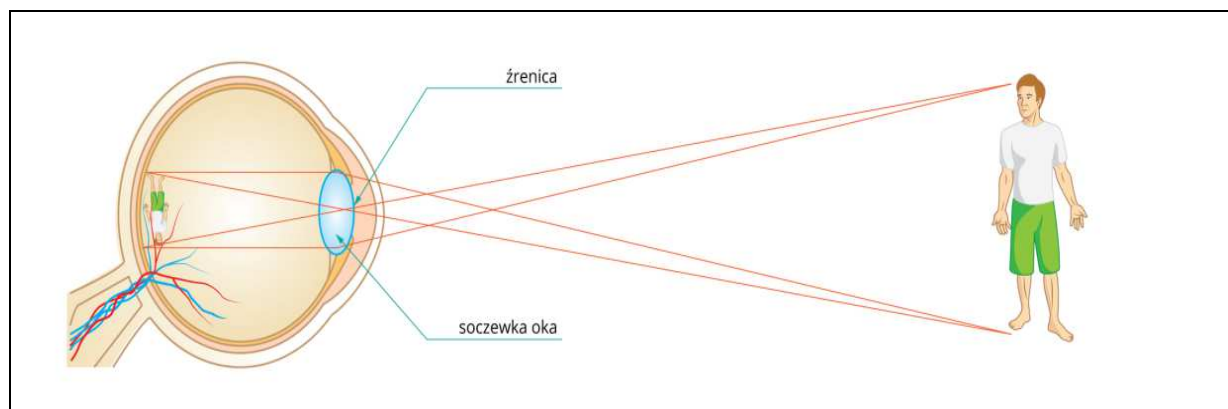
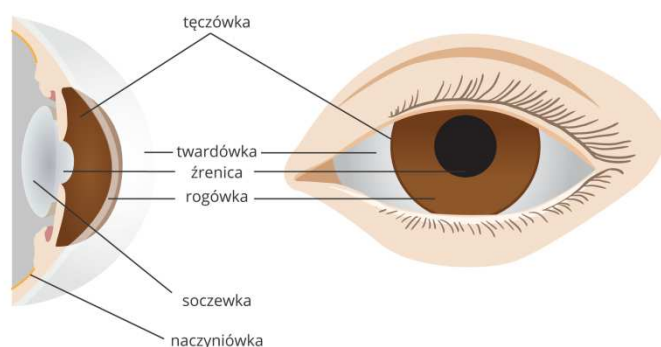


Źródło: Andrzej Bogusz, licencja: CC BY 3.0

Oko

Receptorem nazywamy komórkę lub narząd, który odbiera informację docierającą ze środowiska. W przypadku zmysłu wzroku komórki takie znajdują się w **oku**, które rejestruje sygnały świetlne. Odbiera ono informację o ruchu, kształtach, barwach i odległościach.

Budowa oka



Źródło: Dariusz Adryan.

Obraz na siatkówce jest **pomniejszony i odwrócony**. W oku znajdują się komórki reagujące na światło, które przesyłają informacje do mózgu. Tam sygnały są przetwarzane w taki sposób, że widzimy obraz normalnie, a nie „do góry nogami”.

Ciekawostka

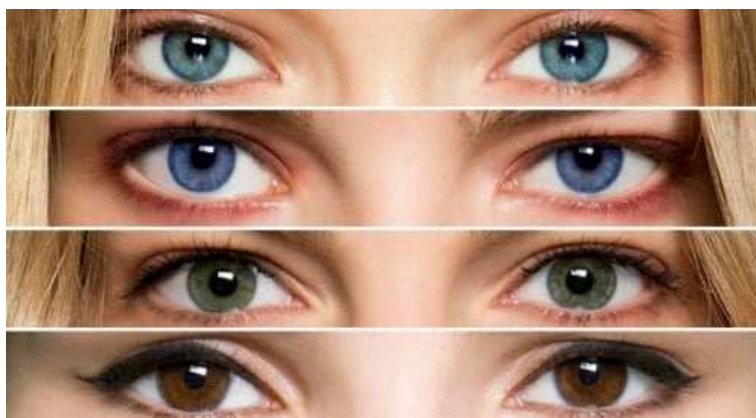
Lewe i prawe oko odbierają nieco inne obrazy. Gdy mózg złoży oba, otrzymujemy trójwymiarowy obraz otaczającego nas świata. Ponadto dzięki parze oczu można poprawnie ocenić odległość. Patrzenie na świat tylko jednym okiem bardzo by to utrudniało.

WIDZENIE PRZESTRZENNE



OKO LEWE

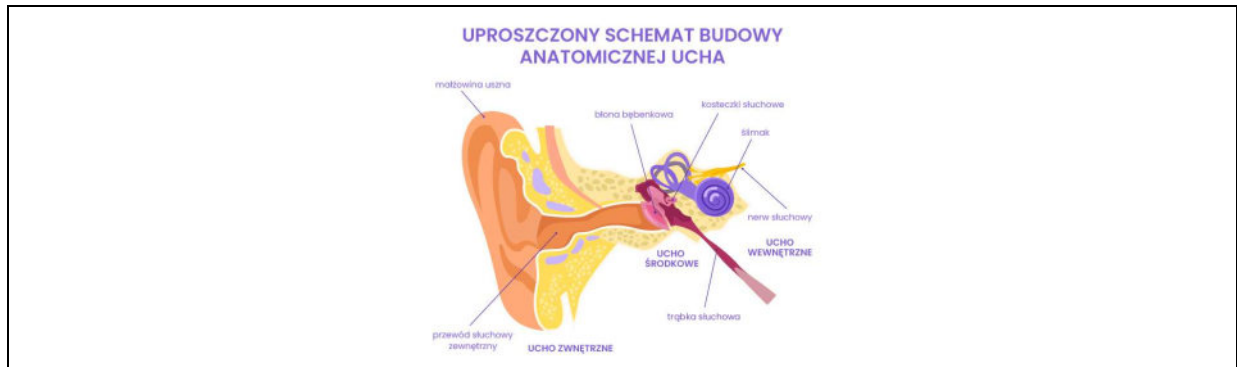
OKO PRAWE



(www.krokdozdrowia.org)

Ucho

Narządem zmysłu słuchu są **uszy**. Przyjrzyjmy się, jak zbudowane są nasze czujniki dźwięków. Na zewnątrz widzimy tylko część ucha – małżowinę uszną, która działa podobnie jak mikrofon czyli odbiera dźwięki z otoczenia. Właściwy narząd słuchu mieści się wewnątrz głowy.



Narządem zmysłu słuchu jest ucho, które odbiera fale dźwiękowe i za pośrednictwem błony bębenkowej, kostek słuchowych przekazuje je do ślimaka. Tam są one przetwarzane na impulsy nerwowe i kierowane do mózgu.

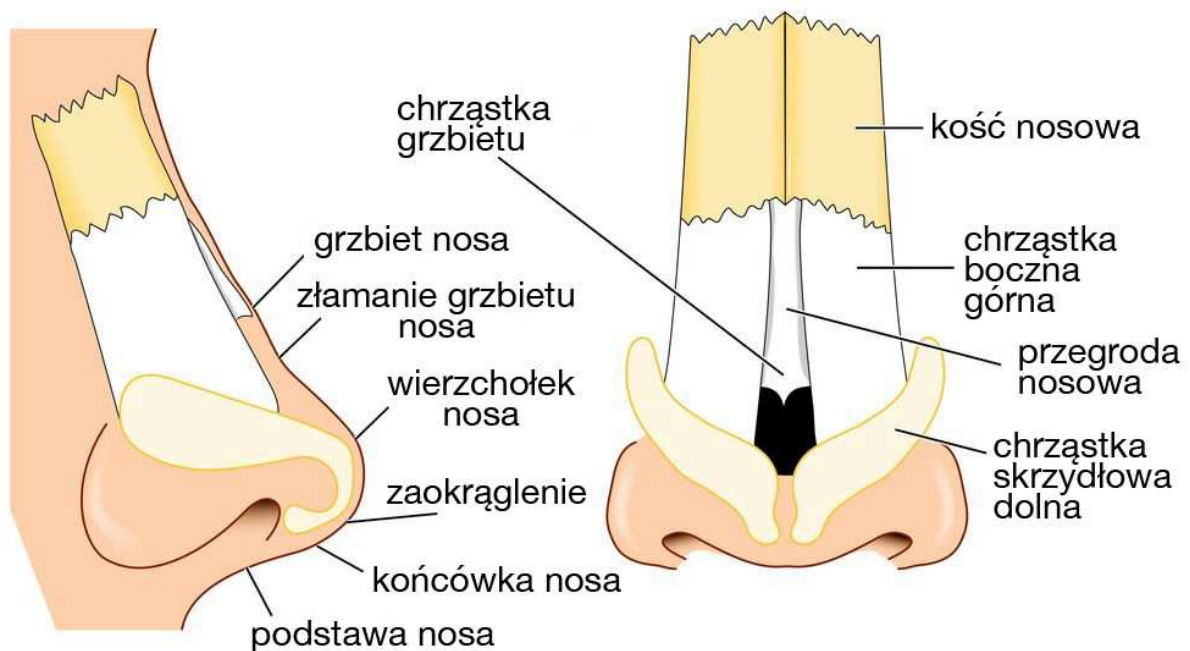
Doje uszu pozwala nam dokładnie określić, z którego kierunku dobiega dźwięk. Za pomocą jednego ucha nadal słyszymy dobrze, ale trudno nam precyzyjnie określić położenie źródła dźwięku.



Koty mają znakomity słuch – potrafią odbierać dźwięki o częstotliwości do 40 000 drgań na sekundę o bardzo małej sile. Mogą na przykład z odległości kilku metrów usłyszeć mysz idącą po piasku.

Węch

Narządem zmysłu węchu u człowieka jest **nos**. W jamie nosowej znajdują się receptory, które wyczuwają substancje unoszące się w powietrzu. Informacja o ich obecności przenoszona jest do mózgu. Przeciętny człowiek odróżnia kilka tysięcy zapachów. Nie zawsze zdajemy sobie sprawę, jak wiele zapachów wyczuwamy i jak duże jest ich znaczenie. To, jak mocno czujemy zapach kawy, w znacznej mierze zależy od jej temperatury. Aby zapach danej substancji był wyczuwalny, musi ona parować, a jej drobiny muszą unosić się w powietrzu. Zapachy odczuwamy lepiej, jeśli temperatura jest wyższa, np. zapach herbaty, kawy czy ciasta jest lepiej wyczuwalny, gdy są one ciepłe.



(www.mediraty.pl)

Ciekawostka

Najlepszy węch w świecie zwierząt ma ćma – pawica grabówka. Samiec potrafi wyczuć zapach samicy z odległości nawet 11 km! Tak wysoka czułość ma swoją cenę – samiec tej ćmy nie potrafi rozpoznać żadnego innego zapachu.

Smak

Zmysł smaku, podobnie jak zmysł węchu, umożliwia wyczuwanie rozmaitych substancji. Różnica polega na tym, że węch pozwala rozpoznawać substancje unoszące się w powietrzu, a smak – znajdujące się w płynach i pokarmie. Smak potrawy zależy od tego, w jakich proporcjach występują poszczególne smaki: słony, słodki, kwaśny i gorzki. Zmysły smaku i węchu są połączone. Czy pamiętasz, że z zatkanym nosem inaczej odczuwa się smaki różnych potraw? Z tego samego powodu często lepiej smakują nam dania ciepłe, gdyż lepiej wyczuwamy ich zapach.

Człowiek odróżnia pięć smaków: słodki, słony, kwaśny, gorzki i umami. Smaki słodki i umami (zwany też mięsny) są najlepiej wyczuwalne i zachęcają do jedzenia potrawy, podczas gdy smaki kwaśny i gorzki pełnią głównie funkcję ostrzegawczą.



(www.wikikids.pl)

Ciekawostka

Jeszcze niedawno uważano, że różne części języka odpowiadają za wyczuwanie innego smaku, np. że smak słodki wyczuwamy jedynie jego czubkiem. W rzeczywistości każdy fragment języka wyczuwa wszystkie smaki. Za to niektóre jego rejony (np. jego koniuszek) są bardziej wrażliwe od innych.

Dotyk

Dotyk pozwala nam czuć ciepło, zimno, nacisk, twardość dotykanych przedmiotów, a także pieczenie, swędzenie czy ból. Narządem zmysłu dotyku jest **skóra**. Znajdują się w niej receptory reagujące na zmiany temperatury oraz inne wrażenia dotykowe – również te nieprzyjemne. Dzięki zdolności odczuwania bólu organizm wie, że dzieje mu się krzywda i musi temu jak najszybciej zapobiec. Ból uczy nas, że należy unikać niebezpiecznych sytuacji i nie dotykać niektórych przedmiotów.

Receptory zmysłu dotyku mogą się zmęczyć i przestać reagować na stale odczuwany bodziec. Na przykład po pewnym czasie przestajesz zauważać, że nosisz zegarek lub pierścionek. Również zmysł węchu przyzwyczaja się do zapachów – np. rybacy przestają czuć zapach ryb. Jedynym bodźcem, którego nasz organizm nigdy nie ignoruje, jest ból.



(www.dobrewiadomosci.net.pl)

Ciekawostka

O pokrytych wodą przedmiotach lub wilgotnym praniu mówimy, że są mokre. W rzeczywistości chodzi tu o odczuwanie zimna. Jeśli dotykany przedmiot ma niższą temperaturę niż skóra, to wydaje nam się, że jest mokry. Takie wrażenie nie pojawia się, jeśli temperatura przedmiotu jest wyższa.

Linki do filmów, które warto obejrzeć!

Tajemnice Ludzkiego Ciała z Panem Nauczanką [Film Edukacyjny dla Dzieci]

https://www.youtube.com/watch?v=62uAXDedv_A

Jak działa człowiek?

Jak działa mózg - https://www.youtube.com/watch?v=_waW5Tan0xs

Jak działa układ oddechowy -

https://www.youtube.com/watch?v=I_RqUFNA7YY

Jak działa serce? <https://www.youtube.com/watch?v=ELqp2ZoSoE4>

Jak działa układ pokarmowy?

<https://www.youtube.com/watch?v=WL1LoAIgj8o>

Po co mamy kości? <https://www.youtube.com/watch?v=xiRWRZGeMuw>

Mięśnie - <https://www.youtube.com/watch?v=r5jHiRuvrR8>

Miasteczko Zmysłów:

Jak działa ucho? Film edukacyjny dla dzieci -

<https://www.youtube.com/watch?v=HRZbIqdQNcQ>

Jak działa oko? <https://www.youtube.com/watch?v=AZJWZKSf8yk>

Jak działa nos? <https://www.youtube.com/watch?v=hpYw0uATRfI>

Jak działa dotyk? <https://www.youtube.com/watch?v=R3D8cOAqwf8>

Jak działa smak? <https://www.youtube.com/watch?v=uUQu152GBZs>

Literatura:

<https://zpe.gov.pl/a/twoje-cialo/DAmIBZTwO>

https://www.youtube.com/watch?v=_waW5Tan0xs

Zintegrowana Platforma Edukacyjna Ministerstwa Oświaty i Wychowania

<https://zpe.gov.pl/a/inne-zmysly-tez-sa-wazne/DzbCn316>

Poradnik Zdrowie.pl.

[https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/neurologia/uklad-nerwowy-](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/neurologia/uklad-nerwowy-budowa-i-funkcje-aa-rRyg-33Nd-9wFm.html)

[budowa-i-funkcje-aa-rRyg-33Nd-9wFm.html](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/neurologia/uklad-nerwowy-budowa-i-funkcje-aa-rRyg-33Nd-9wFm.html)

Zdrowie.Gazeta.pl.

[https://www.google.com/search?sca_esv=8e2660c4d8666842&hl=pl&q=uk
%C5%82ad+nerwowy+cz%C5%82owieka+wiadomo%C5%9Bci+dla+dzie
ci&tbm](https://www.google.com/search?sca_esv=8e2660c4d8666842&hl=pl&q=uk%C5%82ad+nerwowy+cz%C5%82owieka+wiadomo%C5%9Bci+dla+dzieci&tbm)

**Cefarm24.pl [https://www.cefarm24.pl/czytelnia/zdrowie/jestem-
kobieta/uklad-nerwowy-ciekawostki/](https://www.cefarm24.pl/czytelnia/zdrowie/jestem-kobieta/uklad-nerwowy-ciekawostki/)**

[https://www.google.com/search?sca_esv=5ee345275e04b3bb&q=budowa+u
cha+ludzkiego+dla+dzieci](https://www.google.com/search?sca_esv=5ee345275e04b3bb&q=budowa+ucha+ludzkiego+dla+dzieci)

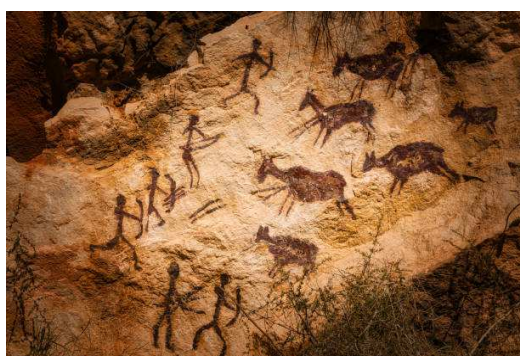
**Rozstrzygnięcie
jesiennego konkursu dla klas 1
„Prehistoryczne polowanie”**

Zwycięzca

Jan Marciniak – kl. 1 b



Gratuluję!



(zdjęcie: www.istock.photo.com)

**Rozstrzygnięcie
jesiennego konkursu dla klas 2
„Moja rodzina w czasach jaskiniowców”**

Zwycięzcy

Gabriela Gryciuk - kl. 2 b



Natalia Kosicka - kl.

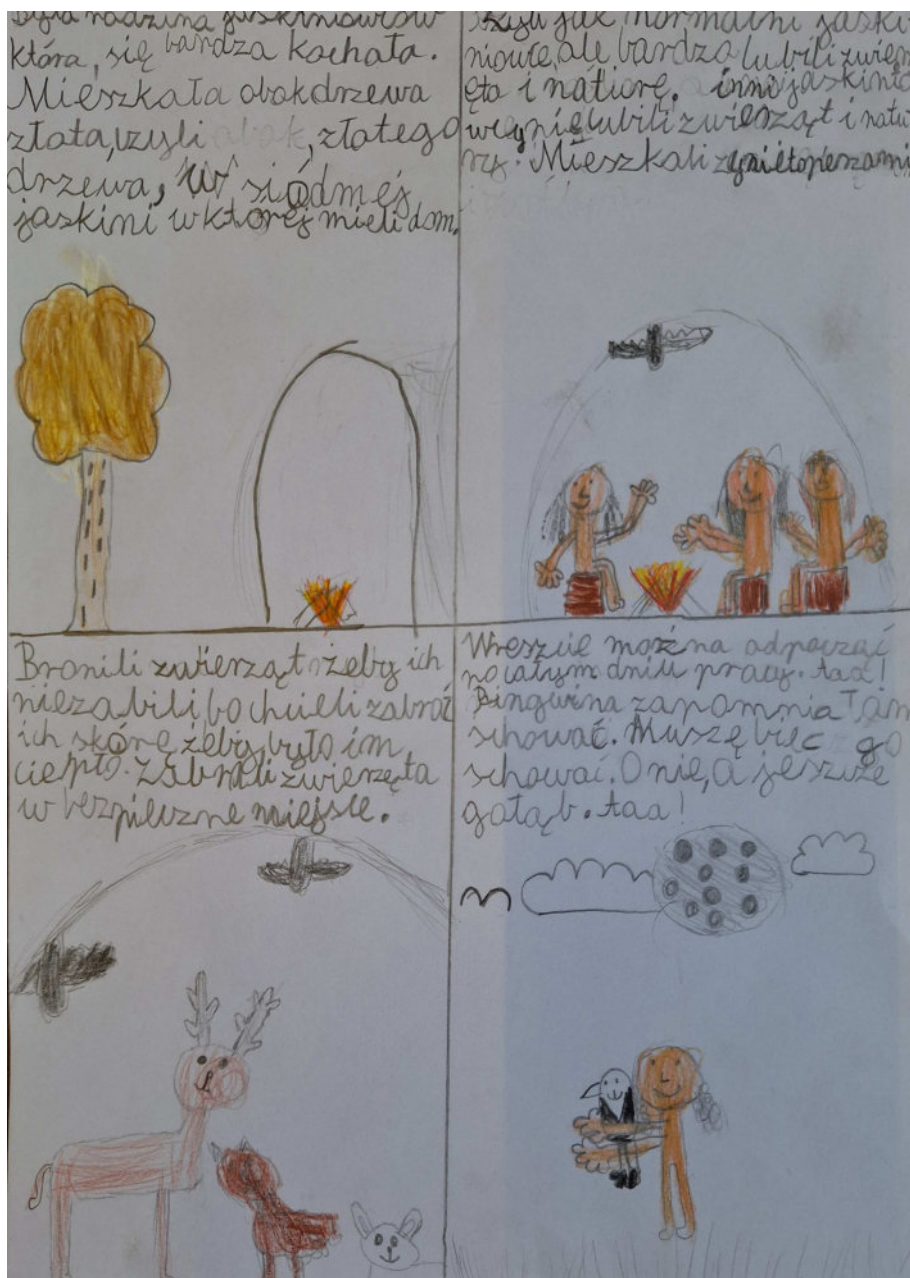


Gratuluję!

**Rozstrzygnięcie
jesiennego konkursu dla klas 3
„Jeden dzień z życia jaskiniowców”**

Zwycięzca

Lea Janczuk – kl. 3 b



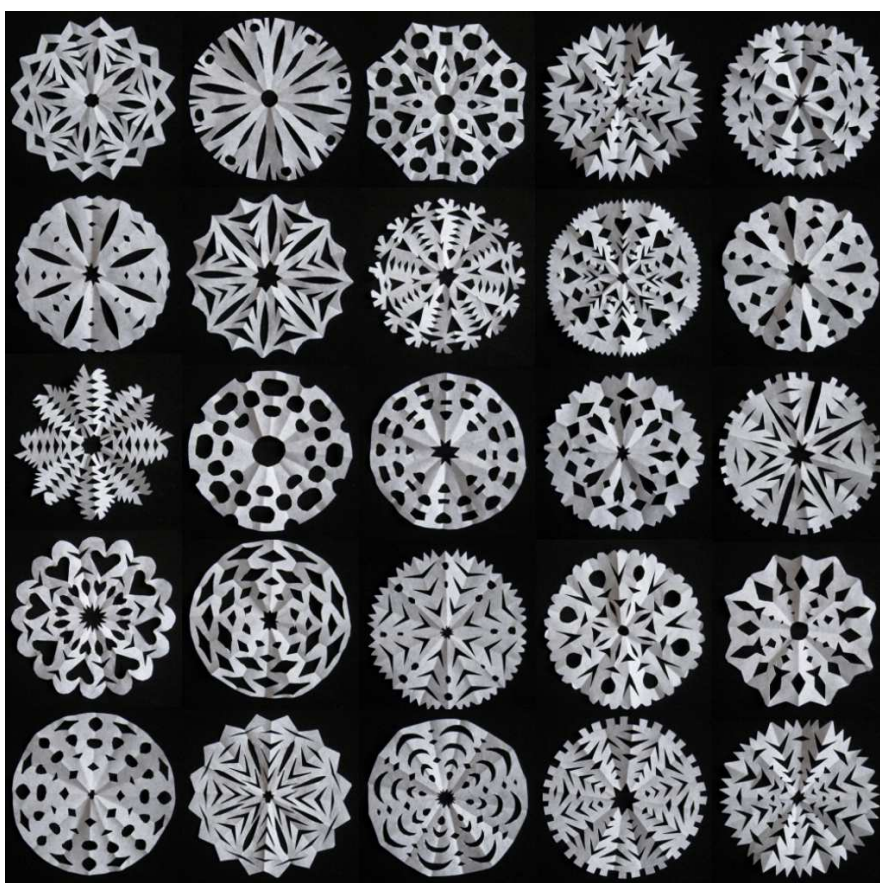
Gratuluję!

Zimowy konkurs dla klas 1

Pierwszoklasiści!

Choć zima powoli mija, proszę Was, byście wykonali z
dużego papierowego koła (białego lub srebrnego)
piękną, wycinaną śnieżynkę
i nakleili ją na ciemne tło ☺

Wierzę, że prace będą precudne!



www.artjunkie.pl

Zasady uczestnictwa:

- podpisz pracę swoim imieniem i nazwiskiem i klasą
- prześlij przez mobidziennik lub dostarcz do s. 201 (Beata Żyto)

Najlepsze prace zostaną nagrodzone i opublikowane
w kolejnym numerze Echa Siódemki !

Zimowy konkurs dla klas 2

Drugoklasisto!

Przyłącz się do zdrowego odżywiania
i wymyśl przepis na zdrowy sok.

Napisz, jakie składniki są potrzebne i jak go wykonać,
no i koniecznie dołącz zdjęcie swojego napoju!



(www.clatronic.pl)

Zasady uczestnictwa:

- podpisz pracę swoim imieniem i nazwiskiem
- prześlij przez mobidziennik lub dostarcz do s. 201 (Beata Żyto)

Najlepsze przepisy zostaną nagrodzone i opublikowane
w kolejnym numerze Echa Siódemki !

Zimowy konkurs dla klas 3

Przyłącz się do dbania
o zdrowe odżywianie i zdrowy tryb życia.
Wymyśl super zdrowe danie,
pełne wartości odżywczych i mocy witamin,
zaaranżuj je na talerzu i zrób zdjęcie swojej pracy.



(www.okiendietetyka.pl)

Zasady uczestnictwa:

- podpisz pracę swoim imieniem i nazwiskiem i klasą
- prześlij przez mobidziennik lub dostarcz do s. 201 (Beata Żyto)

Najlepsze pomysły zostaną nagrodzone i opublikowane
w kolejnym numerze Echa Siódemki !

Na **rozwiązania zadań konkursowych**
czekam z wielką ciekawością
do piątku 12 kwietnia !

Jak zawsze liczę na Waszą
kreatywność i fantazję :D



© www.malacukierenka.pl

(www.zszywka.pl)

Redaktor naczelny Echa Siódemki:
Beata Żyto