

## Happy-hét a Ravazdi Suliban 😊

Az Országos Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ idén **16. alkalommal** hirdette meg a magyarországi vízfogyasztást népszerűsítő programját, a **HAPPY-hetet**.

A program célja a gyermekek **figyelemfelhívása a vízfogyasztásra**, a cukrozott üdítőitalokkal szemben.

A HAPPY-hét 2026. március 16-20. között kerül megrendezésre, **melyhez az iskolánk csatlakozott az idén is.**

**A tanító nének számos érdekes, izgalmas, látványos programmal, feladattal és ajándékokkal készültek a diákoknak.**

### Virágkísérlet:

Fehér szegfűket helyeztünk vázába, a vizet ételfestékkel színeztük meg, így a virág szirmai, ahogy felszívják az éltető vizet elszíneződnek. Ezt a kísérletet minden évben elvégezzük, nagyon látványos, a gyerekek szeretik figyelemmel kísérni a szirmok átváltozását. Általában több vázába is teszünk virágot: piros, sárga, kék.

Ebben a tanévben a piros szín volt a leglátványosabb, legerőteljesebb változás.

### Könyv-sziget:



A folyosón Könyv-szigetet alakítottunk ki a könyvtáros tanító néni segítségével, aki vízzel kapcsolatos, izgalmas és látványos könyveket kínált fel a tanulók számára erre az alkalomra. A szünetekben a diákok szívesen lapozgatják, olvasgatják a kihelyezett könyveket, amelyeket és hozzá hasonlókat az iskolai könyvtárból ki is tudnak kölcsönözni.



### **VízBár a sulifolyosóján:**

Ravazdon, iskolánk településén található a Béla-kút, ahol egészséges, finom forrásvíz csörgedezik. A legenda szerint itt pihent és ivott a forrásból IV. Béla magyar királyunk, (iskolánk névadója) akinek neve az ország újraépítésével és a tatárokkal vívott harcokkal fonódott össze. Egyes legendák úgy tartják, IV. Béla a tatárokat űzve állt meg csapataival Ravazdon 1241-ben, szúrta le kardját a földbe, amelyből forrás fakadt ki, és fakad azóta is töretlenül.

Ebben a tanévben is megnyitottuk VízBárunkat, hogy egész nap friss forrásvizet tudjanak inni tanulóink. A pumpával ellátott ballon könnyen kezelhető, bármelyik kulacs, pohár aláfér, így könnyen tudnak a gyerekek is utántölteni.



### **Ásványvíz népszerűsítés:**



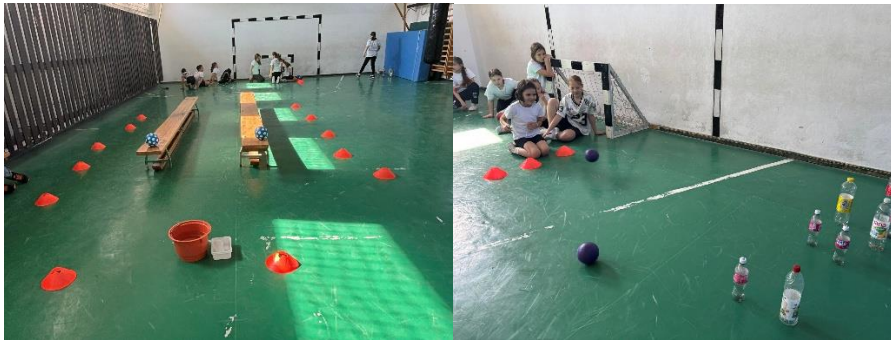
Vis Vitalis a legendás ásványvíz 1238 óta. Ravazdon, a védett, felszín alatti vízáadó rétegből 106 méter mélyről, egy kb. 17 500 éves vízbázisból nyerik és palackozzák a Vis Vitalis természetes ásványvizet, ami a zárt vízbázisnak és korának köszönhetően természetesen kristálytiszt. Ízvilága üdítően lágy és friss, bármilyen étel és ital mellé kiváló kísérő. Nevének jelentése: életerő. A HAPPY-hét alkalmából minden diákunk, minden pedagógusunk ajándékba kapott egy-egy 0,4 dl-es ásványvizet.

### **Az iskolakertnek is szüksége van a vízre:**

Iskolánk kicsi udvarán, már 4 éve kialakítottunk magaságyásokat, valamint gyógynövényes kiskertet és egy virágos kiskertet is. Ezeket a tanulóinkkal együtt művelgetjük, szépítjük. Célunk az Örökös Öko Iskola cím elnyerése, ezért sokat dolgozunk. Jelenleg az ősszel eldugtatott újhagymákat tudjuk kitermelni és a tízórai mellé kínálni a diákoknak. A közösen eldugványozott tulipánok, jácintok, nárciszok már kibújtak és virágoznak. A víz világnapja alkalmából kertünk növényeit is meglocsolták a tanulók, kigazolták a magaságyásokat.



### **Testnevelés órákon is a vízé volt a főszerep:**



A tornateremben testnevelés órákon a tanító néni olyan feladatokkal készült, amelyeket vízzel kapcsolatosak. Kis poharakkal kellett vizet hordani, miközben a labdát kellett pattogtatni, egyensúlyozni, szlalomozni. A vizes palackok is helyett kaptak a labdás ügyességi feladatoknál. A gyerekek nagyon élvezték a „vizes”, mozgásos feladatokat.

## A tanórákon is helyet kaptak a „vizes” feladatok:

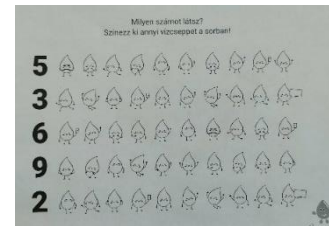


A Happy-hét csapata minden nap imelben küldött pár programötletet, amelyek játékokkal, feladatokkal színesíthetik a HAPPY-hetet, de teljes mértékig ránk bízta, hogy milyen vízivást népszerűsítő programelemeket valósítunk meg a héten.

Diákjaink páros munkában, együtt dolgozva készítették el a feladatokat. A feladatlapon számos érdekes kérdés

volt, pl.: betűkből szavak kitalálása, rejtvényfejtés, igaz, hamis állítások, és még arra is megtalálták a választ mi mindenre használjuk a vizet.

Az első osztályosok matematika órán vízcseppeket számoltak, majd színezték a megadott számoknak megfelelően. A feladat elkészítése közben sokat beszélgettek, arról mennyire fontos a tiszta víz fogyasztása, a cukrozott üdítőitalokkal szemben.



## Nemzeti Úszóprogram: ÚSZÁS!



Az első és a második osztályosok úszni mentek eme jeles napon. A víz világnapja pont ideális alkalom arra, hogy a diákok ne csak elméletben, hanem a gyakorlatban is barátkozzanak az éltető elemmel. Az úszás nemcsak a biztonságuk miatt kulcsfontosságú, hanem az egyik legjobb mozgásforma a fejlődő szervezetnek. A Nemzeti

Úszóprogram egyik legnagyobb előnye éppen ez a rendszeresség, hogy a tanítási év minden hetén úszni járhatnak tanulóink, ami segít a gyerekeknek leküzdeni a vízparti félelmeket, és magabiztosságot ad nekik a mélyebb vízben is.

## „Mozgásos-vizes” délután



Tanulóinkkal elsétáltunk a Ravazdon található Béla-kúthoz, ahol élményekben gazdag, aktív programokon vettek részt. A Béla-kút legendáját a helyszínen ismertettük meg velük, ahol

megkóstolhatták a forrásvizet, így közvetlen tapasztalatot szereztek a természetes víz tisztaságáról és ízéről. A sok-sok játékos, mozgásos feladat nemcsak szórakoztató volt, hanem fejlesztette a tanulók együttműködését, ügyességét is, továbbá megtapasztalták a víz fontosságát a mindennapi életben.



### **Közösségépítés, együtt kékben!**

A víz világnapját ünnepelve kék felsőbe érkeztünk az iskolába, egy közös fotót készítve emlékeztünk meg a jeles napról. A víz világnapja minden év március 22-én megtartott esemény. Célja, hogy ráirányítsa a figyelmet a mindenki számára elérhető, tiszta víz fontosságára és az édesvízkészletek veszélyeztetettségére. A világnapot 1992-ben, a Rio de Janeiróban tartott nemzetközi Környezet és Fejlődés konferenciát követően kezdeményezte az ENSZ közgyűlése, és először egy évvel később, 1993-ban tartották.

