

UWAGA !!! KONKURS DLA UCZNIÓW KLAS IV-VII !!!

**WYGRAJ WYJAZD DO TURCJI, PORTUGALII
LUB WŁOCH W RAMACH PROJEKTU
ERASMUS+ !!!**

**Co zrobić, by wziąć
udział w konkursie?**

Wystarczy, że
**STWORZYSZ SWÓJ
WŁASNY 30-DNIOWY
DZIENNICZEK DIETY
I AKTYWNOŚCI
FIZYCZNEJ/MY
JOURNAL!**

**Biorąc udział w konkursie
ZOBOWIĄZUJESZ SIĘ
do:**

1. zapoznania z Regulaminem Projektu Erasmus+ oraz wyjazdu Uczniów;
2. wzięcia udziału w PRZYNAJMNIEJ dwóch spotkaniach konsultacyjnych (terminy spotkań poniżej);
3. złożenia Swojej pracy w wyznaczonym terminie;
4. prowadzenia MY JOURNAL przez kolejne 30 dni po powrocie z wymiany - W PRZYPADKU WYGRANEJ.

**Terminy spotkań
konsultacyjnych:**

19.12.2019 r., godz. 14.10
7.01.2020 r., godz. 14.10
9.01.2020 r., godz. 14.10
27.01.2020 r., godz. 15.00
28.01.2020 r., godz. 14.10
29.01.2020 r., godz. 14.10
Miejsce: sala 108



**Szczegółowe zasady przygotowania
MY JOURNAL:**

- Przez 30 dni **DOKŁADNIE** i **SYSTEMATYCZNIE** notuj, co jesz i pijesz. Uwzględnij wszystkie spożywane posiłki. Nie zapominaj o przekąskach!
- Każdego dnia zanotuj informacje o podejmowanej przez Ciebie **AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ**. Zapisz jaka to aktywność i ile czasu trwała.
- Swoją pracę prowadź **w języku polskim i angielskim** lub wyłącznie w **angielskim**.
- Pracę konkursową wykonaj w **formacie A3**. Ilość stron zależy od Ciebie.
- Forma, w jakiej wykonasz Swoją DZIENNICZEK zależy od Twojej inwencji twórczej! Wykaż się **kreatywnością!**
- Pamiętaj o **ESTETYCZNYM** wykonaniu pracy! Mile widziane **fotografie i/lub ilustracje** spożywanych przez Ciebie posiłków.
- Pracę konkursową należy złożyć najpóźniej w dniu **30.01.2020 r. do godziny 10.00** u p. Doroty Mazurek lub p. Zofii Charis.
- Prowadzenie **MY JOURNAL** możesz rozpocząć w dowolnym dniu. Ważne, by Twoja praca obejmowała dokładnie 30 dni i została zakończona przed 30.01.2020 r.