

LAUREACI KONKURSU

NAGRODY GŁÓWNE Klasy I - III

I NAGRODA

KATARZYNA OLPIŃSKA - „LEKKA JAK MOTYL” –

Mój tornister waży tyle, że go niosą dwa motyle.

kl. I, SP im. Świętej Rodziny Warszawa, opiekun: Barbara Szmulik,

II NAGRODA

IZABELA UJAZDOWSKA - „DOBRA WAGA” - *Mój tornister dobrą wagę ma - Ja dopuszczam kilogramy dwa. Kręgosłup to docenia – mam prostą sylwetkę podczas stania, śpiewania, chodzenia.*

kl. II, SP Gąsocin, opiekun: Bożena Rutkowska

III NAGRODA

PIOTR UZAR - „MNIEJ DŹWIGAJ”

Nie bądź osłem! Nie zamieniaj się w wielbłąda! Dbaj o swój kręgosłup!

Do szkoły zabieraj tylko to, co niezbędne.

kl. I, SP nr 1 Starachowice, opiekun: Renata Kwiecień

NAGRODY GŁÓWNE Klasy IV-VI

I NAGRODA

NATALIA CHMIELEWSKA - „DBAM O PROSTĄ SYLWETKĘ ...” - *Dbam o prostą sylwetkę i proste plecy. Cel jest wzniosły, a droga do niego zaczyna się tu i teraz!*

kl. V, SP Poczesna, opiekun: Iwona Nocoń

II NAGRODA

PAWEŁ PROKOPCZYK - „NA RATUNEK KRĘGOSŁUPOWI”- *Podnoś mądrze ciężkie rzeczy, żeby nie bolały plecy. Plecak zawsze na nich noś! Ćwicz i biegaj, sprawnym bądź, by do lekcji zdrowym sięść.*

kl. VI, SP nr 2 Płońsk, opiekun: Danuta Kopańska

III NAGRODA

ADAM SZCZĘSNY - „DBAJ O KRĘGOSŁUP” - *Narysowałem plecaki na kręgosłupie, ponieważ codziennie do szkoły bardzo dużo dźwigamy książek.*

kl. VI, SP nr 149 Łódź, opiekun: Beata Zarzycka

WYRÓŻNIENIA Klasy I-III

NIKODEM MUCHA - „GRUBY BRZUCH, KRĘGOSŁUP ŁUPI!” - *Spożywanie fast-foodów w ogromnych ilościach, powoduje, iż coraz więcej dzieci jest otyłych, co źle wpływa na kręgosłup, który musi dźwigać zbędne kilogramy.*

kl. III, SOSW Szprotawa, opiekun: Lucyna Wiszewska

MAŁGOSIA JÓŹWIK - „PROSTE PLECY”- *Jestem prosty jak strzała, noszę plecak na dwóch ramionach.* kl. II, SP Szelków, opiekun: Teresa Jasińska

JULIA MICHALAK - „ZDROWA ZABAWA - DOBRA POSTAWA”

Wbij sobie do głowy, Żeby kręgosłup był zdrowy,

Siedź prosto, nie garb się, I dużo ruszaj się.

Podnoś przedmioty na ugiętych nogach, Biegaj po ścieżkach i wyznaczonych drogach.

Tornister na dwóch szelkach noś, Zwracaj uwagę, gdy garbi się ktoś.

kl. I, SP nr 1 Kruszwica, opiekun: Renata Pietrzak-Ćwikła

BARTOSZ RUSIN - „BY TWÓJ KRĘGOSŁUP NIE CIERPIAŁ ...” –

By twój kręgosłup nie cierpiało na bóle, Usuń z plecaka rzeczy niektóre.

Włóż tam swój piórnik, zeszyt, lekturę. Ale nie jakąś zbyteczną bzdurę.

Miej proste plecy i uśmiech szczery, A niech ciężary noszą frajery.

kl. II, SP nr 2 Radomsko, opiekun: Małgorzata Dobrowolska

MARYSIA ROGOWSKA - „DŹWIGAJ MĄDRZE” - *Myśl o swoim kręgosłupie to*

dźwiganie nie będzie głupie. kl. I, SP Krajenka, opiekun: Lucyna Belka-Sendlak

MAŁGORZATA WACHULEC - „MNIEJ DŹWIGAJ” - *Poznając świat sięgaj do źródeł*

wiedzy, ale nie noś ich na plecach! kl. II, SP Głusków, opiekun: Wiesława Dobosz

WYRÓŻNIENIE HONOROWE Stowarzyszenia Polskich Artystów Karykatury

HANNA KOWALSKA - „ZERO TOLERANCJI DLA WIELBŁĄDÓW...”

Nosząc tak wielkie i ciężkie tornistry przypominamy wielbłąda.

kl. I, PSP Krajenka, opiekun: Janusz Sendak

WYRÓŻNIENIENIA Klasy IV-VI

AGNIESZKA GROTEK - „ZDROWY KRĘGOSŁUP TO TWÓJ WIELKI SKARB” –

Twoim marzeniem jest proste plecy mieć? To żaden problem. Musisz tylko chcieć!

Plecak noś na dwóch ramionach i już w części sprawa załatwiona.

Do plecaka nie pakuj wszystkich książek, jakie masz. Na proste plecy już receptę znasz!

Lekki plecak, plecy proste. Uśmiech już na twarzy gości.

kl. V, SP Sadkowice, opiekun: Marianna Kania

OLGA KIERZKOWSKA - „MNIEJ DŹWIGAJ CZYLI LŹEJ I BEZPIECZNIEJ” –

Zamiast dźwigać używaj urządzenia do tego służące.

kl. IV, SP nr 4 Ciechanów, opiekun: Elżbieta Stępkowska

PATRYCJA PIWNICA - „NIE NOŚ CIĘŻKIEGO PLECAKA” - *Ciężki plecak przygniata postać do ziemi. Kręgosłup jest przeciążony, krzywi się. Młody człowiek wygląda jak staruszek. Czy tak chcesz wyglądać? Wybór należy do ciebie.* kl. IV-VI, SP Ziempiów, opiekun: Halina Taraska

MARLENA POLACZKIEWICZ - „TAK TRZYMAJ!” –
kl. VI, SP Poczesna, opiekun: Iwona Nocoń.

MAGDALENA JUCHNIEWICZ - „MNIEJ DŹWIGAJ CZYLI LŹEJ I BEZPIECZNIEJ”-
Niewłaściwe podnoszenie ciężarów szkodzi twojemu zdrowiu.
kl. V, SP nr 13 Olsztyn, opiekun: Maria Strzelecka-Dolatowska

WYRÓŻNIENIE SPECJALNE EDWARDA LUTCZYNA

MAGDALENA MOKROGULSKA - „ZDROWY KRĘGOSŁUP”
kręgosłup swój dbaj! Bo on dla ciebie jest NAJ! Najważniejszy, bo dźwiga twe ciało! Najważniejszy, bo gdy prosty - to jesteś piękniejszy! Najważniejszy, bo na zdrowie wpływa! Najważniejszy, bo gdy mocny to jesteś silniejszy! Naj...naj...naj.
kl. VI, SP nr 14 Tomaszów Mazowiecki, opiekun: Mirosława Płacheta