

**ZDROWO JEM,
WIĘCEJ WIEM**

Jak stworzyć i przesłać raport etapowy?
INSTRUKCJA W 6 KROKACH

WAŻNE!

- Należy wysłać **jeden raport etapowy**.
- Raport etapowy **składa się z 5 raportów zadaniowych**, czyli opisu zadań oraz zdjęć dokumentujących ich realizację.
- Gotowy raport etapowy **przesyła się do oceny tylko raz**.
- Przesłanie **raportu etapowego powoduje zablokowanie** możliwości **edycji** poszczególnych **raportów zadaniowych** z danego etapu.
- W każdej chwili możesz zapisać postęp prac i wrócić do tworzenia raportu w innym momencie.

SPIIS TREŚCI

- [Krok 1. Logowanie.](#)
- [Krok 2. Przejście do tworzenia raportu.](#)
- [Krok 3. Uzupełnianie opisów.](#)
- [Krok 4. Dodawanie załączników.](#)
- [Krok 5. Edycja raportu.](#)
- [Krok 6. Przesłanie raportu do oceny.](#)

Krok 1. Wejdź na stronę zdrowojem.fundacijabos.pl i zaloguj się (musisz podać login* oraz hasło**).



The screenshot shows the website's header with the BOŚ FUNDACJA logo on the left and navigation buttons: 'Nowy uczestnik', 'Zarejestruj zespół', 'Mam już konto', and 'Zaloguj się'. Below the header is the main logo 'ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM' and a horizontal menu with links: 'Aktualności', 'O projekcie', 'Regulamin', 'Terminarz', 'Plan zadań', 'Materiały', 'Wyniki', 'Nagrody', 'FAQ', and 'Kontakt'. The main content area features a large image of green apples and a text box with the following text:

Po raz 15. zapraszamy do udziału w „Zdrowo jem, więcej wiem”
2023-09-18
Z radością witamy w nowym roku szkolnym i przedstawiamy 15. edycję „Zdrowo jem, więcej wiem”. Rejestracja jest już uruchomiona! Żeby wziąć udział w projekcie, wystarczy uzupełnić krótki formularz rejestracyjny. Rejestracja [...]
[czytaj więcej](#)

* loginem jest adres e-mail opiekuna zespołu podany podczas rejestracji

** jeśli nie pamiętasz hasła, skorzystaj z funkcji jego odzyskiwania

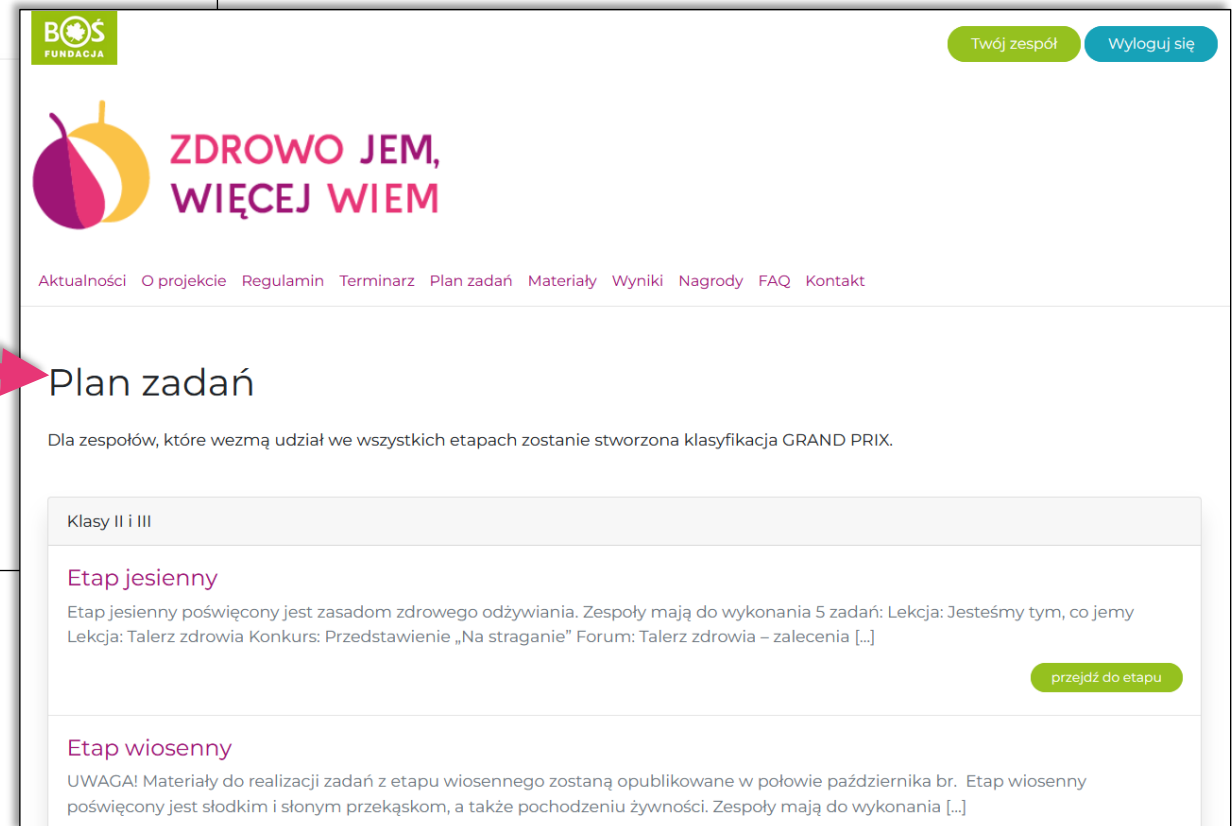
RADA

- Przed napisaniem raportu etapowego zapoznaj się z wytycznymi. Znajdziesz je jako plik PDF przy opisie danego etapu, jak również przy opisie każdego zadania.
- Dodatkowo przy każdym zadaniu znajdziesz wytyczne do opisanego zadania.

Krok 2. Przejdź do tworzenia raportu. W tym celu przejdź do zakładki PLAN DZIAŁAŃ.

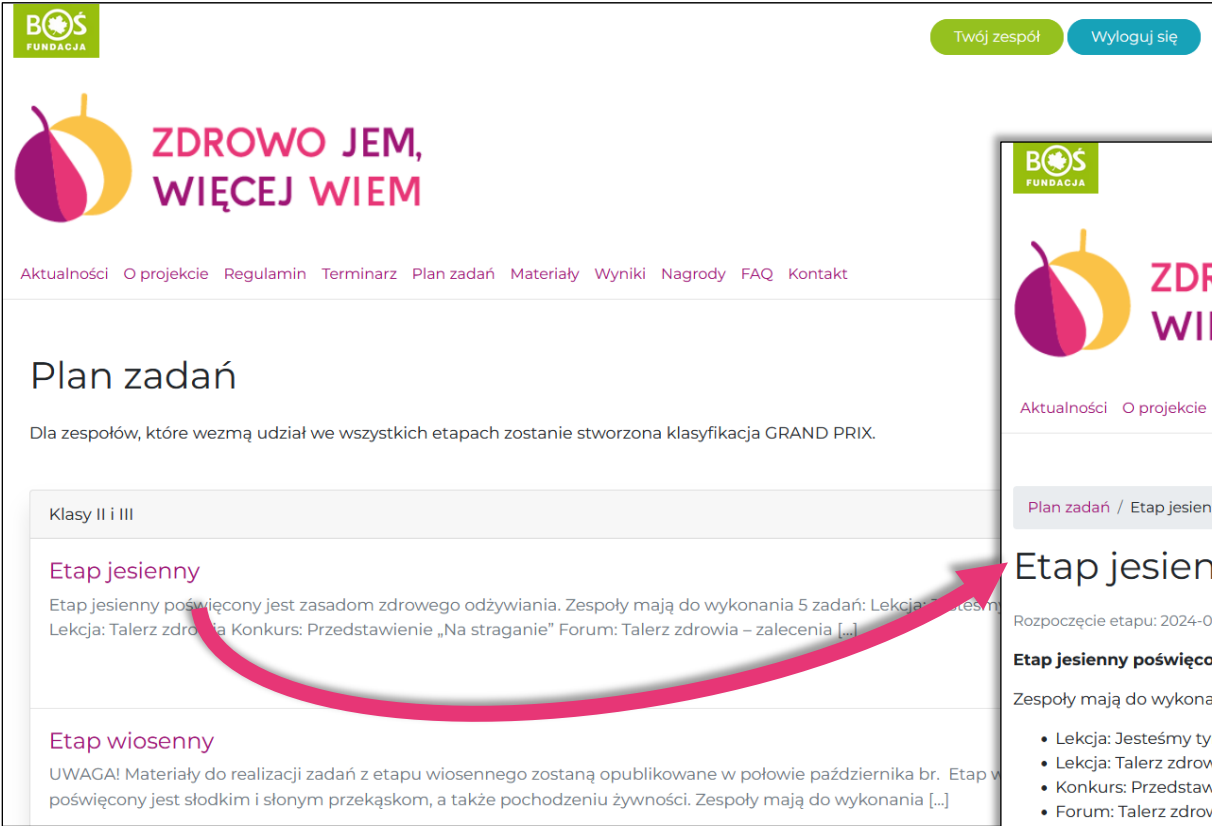


The screenshot shows the home page of the 'ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM' website. At the top right, there are buttons for 'Twój zespół' and 'Wyloguj się'. The main header features the logo and the text 'ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM'. Below the header is a navigation menu with links: 'Aktualności', 'O projekcie', 'Regulamin', 'Terminarz', 'Plan zadań', 'Materiały', 'Wyniki', 'Nagrody', 'FAQ', and 'Kontakt'. A large article is featured with a photo of green apples. The article title is 'Po raz 15. zapraszamy do udziału w „Zdrowo jem, więcej wiem”' and the date is '2023-09-18'. The text of the article begins with 'Z radością witamy w nowym roku szkolnym i przedstawiamy 15. edycję „Zdrowo jem, więcej wiem”.' A red arrow points from the 'Plan zadań' link in the navigation menu to the next screenshot.



The screenshot shows the 'Plan zadań' page. At the top right, there are buttons for 'Twój zespół' and 'Wyloguj się'. The main header features the logo and the text 'ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM'. Below the header is a navigation menu with links: 'Aktualności', 'O projekcie', 'Regulamin', 'Terminarz', 'Plan zadań', 'Materiały', 'Wyniki', 'Nagrody', 'FAQ', and 'Kontakt'. The main heading is 'Plan zadań'. Below the heading, there is a text block: 'Dla zespołów, które wezmą udział we wszystkich etapach zostanie stworzona klasyfikacja GRAND PRIX.' Below this, there is a section for 'Klasy II i III'. Underneath, there are two sections: 'Etap jesienny' and 'Etap wiosenny'. The 'Etap jesienny' section contains the text: 'Etap jesienny poświęcony jest zasadom zdrowego odżywiania. Zespoły mają do wykonania 5 zadań: Lekcja: Jesteśmy tym, co jemy; Lekcja: Talerz zdrowia; Konkurs: Przedstawienie „Na straganie”; Forum: Talerz zdrowia – zalecenia [...]' and a button 'przejdź do etapu'. The 'Etap wiosenny' section contains the text: 'UWAGA! Materiały do realizacji zadań z etapu wiosennego zostaną opublikowane w połowie października br. Etap wiosenny poświęcony jest słodkim i słonym przekąskom, a także pochodzeniu żywności. Zespoły mają do wykonania [...]'.

Krok 2a. Wybierz odpowiedni etap i przejdź do niego.



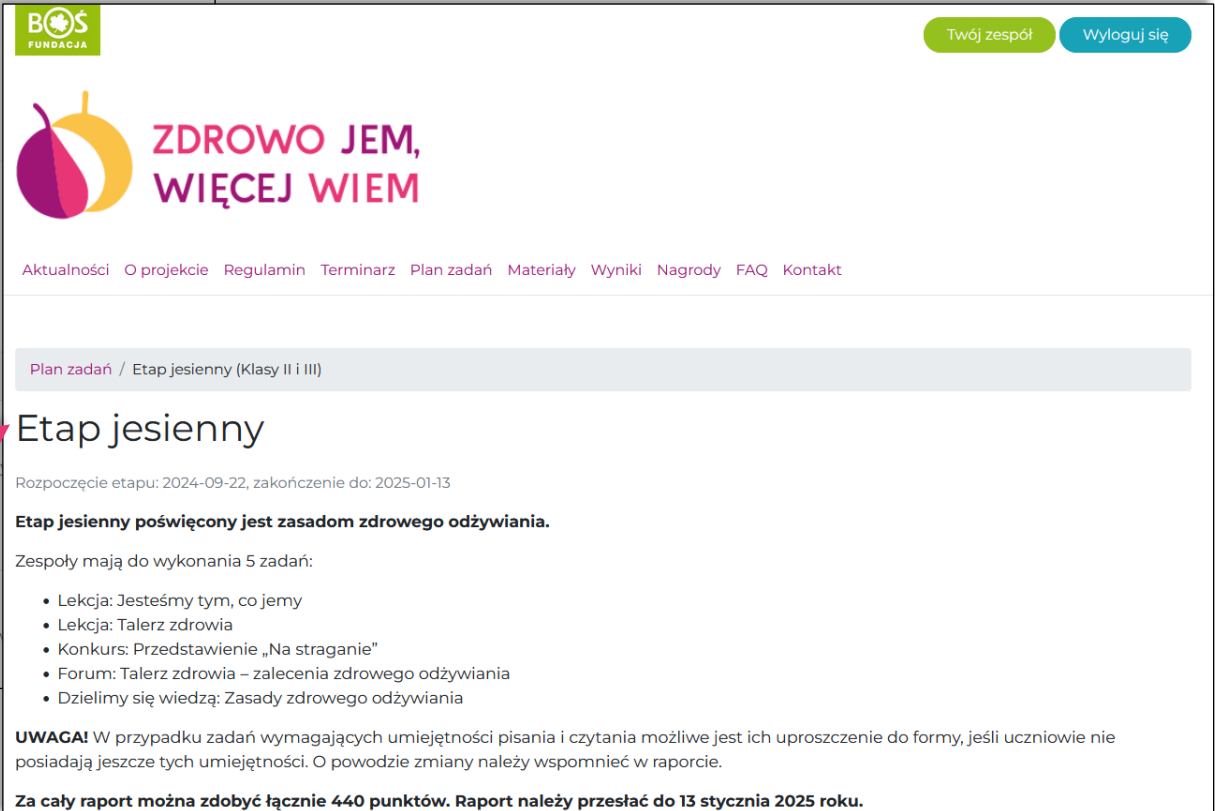
Plan zadań

Dla zespołów, które wezmą udział we wszystkich etapach zostanie stworzona klasyfikacja GRAND PRIX.

Klasy II i III

Etap jesienny
Etap jesienny poświęcony jest zasadom zdrowego odżywiania. Zespoły mają do wykonania 5 zadań: Lekcja: Jesteśmy, Lekcja: Talerz zdrowia, Konkurs: Przedstawienie „Na straganie” Forum: Talerz zdrowia – zalecenia [...]

Etap wiosenny
UWAGA! Materiały do realizacji zadań z etapu wiosennego zostaną opublikowane w połowie października br. Etap poświęcony jest słodkim i słonym przekąskom, a także pochodzeniu żywności. Zespoły mają do wykonania [...]



Etap jesienny

Rozpoczęcie etapu: 2024-09-22, zakończenie do: 2025-01-13

Etap jesienny poświęcony jest zasadom zdrowego odżywiania.

Zespoły mają do wykonania 5 zadań:

- Lekcja: Jesteśmy tym, co jemy
- Lekcja: Talerz zdrowia
- Konkurs: Przedstawienie „Na straganie”
- Forum: Talerz zdrowia – zalecenia zdrowego odżywiania
- Dzielimy się wiedzą: Zasady zdrowego odżywiania

UWAGA! W przypadku zadań wymagających umiejętności pisania i czytania możliwe jest ich uproszczenie do formy, jeśli uczniowie nie posiadają jeszcze tych umiejętności. O powodzie zmiany należy wspomnieć w raporcie.

Za cały raport można zdobyć łącznie 440 punktów. Raport należy przesłać do 13 stycznia 2025 roku.

Krok 2b. Z listy zadań pod opisem etapu wybierz to, którego realizację chcesz opisać (kliknij: PRZEJDŹ DO ZADANIA)

Zadania

Zadanie 1.1. Jesteśmy tym, co jemy
Podczas tych zajęć dzieci kontynuują poznawanie zasady zdrowego żywienia, tym razem w postaci Piramidy Zdrowia. Wyrażają swoje preferencje żywieniowe, analizują malarstwo Giuseppe Arcimboldo, dowiadują się, czym jest "śmieciowe jedzenie", a [...]

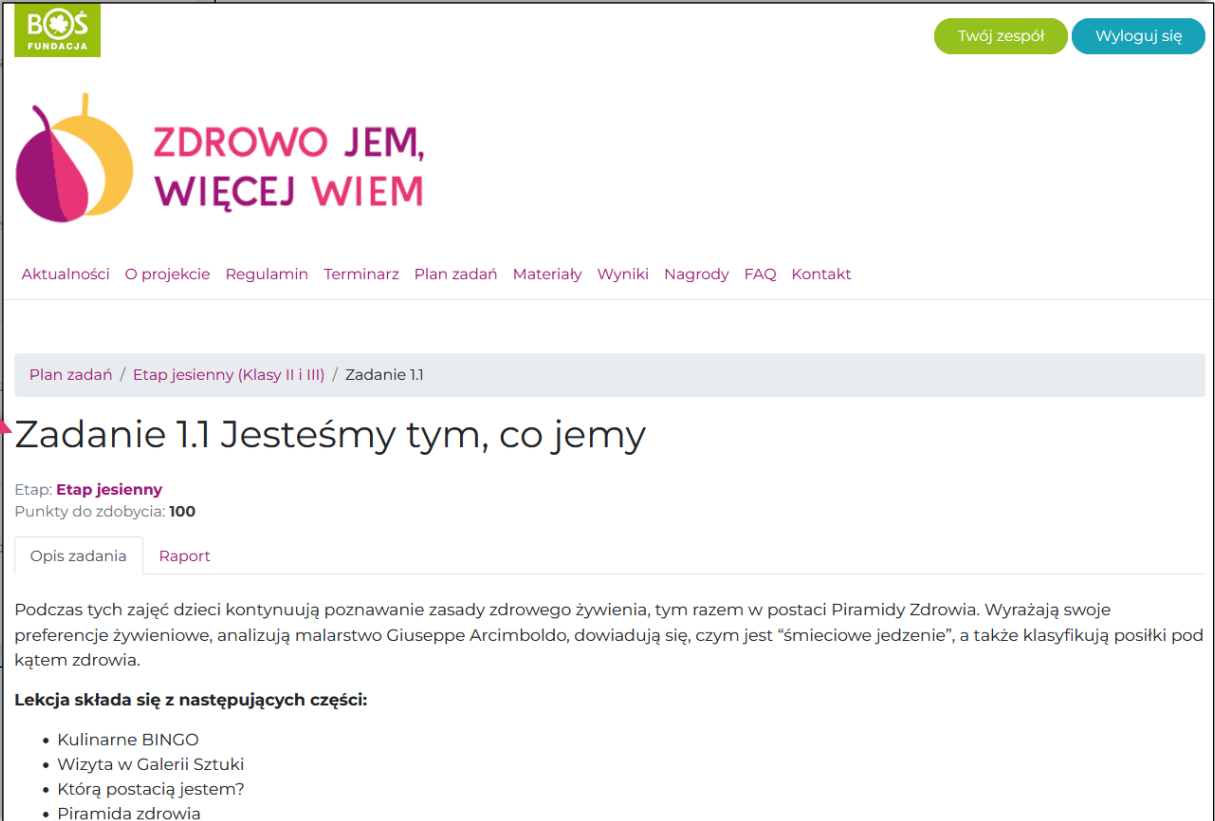
[przejdź do zadania](#)

Zadanie 1.2. Talerz zdrowia
Talerz zdrowia to najnowsza forma graficznego przedstawienia zasad zdrowego odżywiania. Podczas zajęć dzieci uczą się tych zasad i właściwych wyborów dotyczących codziennego żywienia, analizują informacje pod kątem zasad zdrowego odżywiania, [...]

Zadanie 1.3. Przedstawienie "Na straganie"
Dzieci już wiedzą, że warzywa i owoce są podstawą zdrowej diety. Watro utrwalić tę wiedzę. Zadanie polega na przygotowaniu wystawy wierszu Jana Brzechwy „Na straganie” lub innego utworu [...]

Zadanie 1.4. Forum: Talerz zdrowia - zalecenia zdrowego odżywiania
Forum zdrowia dla rodziców to okazja do przekazania rodzicom tej samej porcji wiedzy, którą zdobyły ich dzieci podczas realizacji projektu „Zdrowo jem, więcej wiem”. Forum najlepiej przeprowadzić w [...]

Zadanie 1.5. Dzielimy się wiedzą: Zasady zdrowego odżywiania
Uczniowie zdobywali wiedzę o zasadach zdrowego odżywiania, poznali Piramidę i Talerz zdrowia, które w przystępny sposób przedstawiają zasady zdrowej diety. Czas na ostatnie zadanie etapu i podzielenie się tą wiedzą. [...]



Zadanie 1.1. Jesteśmy tym, co jemy

Etap: **Etap jesienny**
Punkty do zdobycia: **100**

[Opis zadania](#) [Raport](#)

Podczas tych zajęć dzieci kontynuują poznawanie zasady zdrowego żywienia, tym razem w postaci Piramidy Zdrowia. Wyrażają swoje preferencje żywieniowe, analizują malarstwo Giuseppe Arcimboldo, dowiadują się, czym jest "śmieciowe jedzenie", a także klasyfikują posiłki pod kątem zdrowia.

Lekcja składa się z następujących części:

- Kulinarne BINGO
- Wizyta w Galerii Sztuki
- Którą postacią jestem?
- Piramida zdrowia

W każdym zadaniu znajdują się dwie zakładki:

- **OPIS ZADANIA**, czyli krótki opis oraz wszystkie materiały potrzebne do realizacji danego zadania
- **RAPORT**, czyli wytyczne do tej części raportu, a po zalogowaniu także pole tekstowe do uzupełniania opisu realizacji i miejsce dodawania załączników (aktywne po pierwszym zapisaniu zmian).

Plan zadań / Etap jesienny (Klasy II i III) / Zadanie 1.1

Zadanie 1.1 Jesteśmy tym, co jemy

Etap: **Etap jesienny**
Punkty do zdobycia: **100**

Opis zadania Raport

Podczas tych zajęć dzieci kontynuują poznawanie zasady zdrowego żywienia, tym razem w postaci Piramidy Zdrowia. Wyrażają swoje preferencje żywieniowe, analizują malarstwo Giuseppe Arcimboldo, dowiadują się, czym jest "śmięciowe jedzenie", a także klasyfikują posiłki pod kątem zdrowia.

Lekcja składa się z następujących części:

- Kulinarne BINGO
- Wizyta w Galerii Sztuki
- Którą postacią jestem?
- Piramida zdrowia
- Gdzie jest moje miejsce?
- Zdrowie we mnie
- Wiem, co jem

Materiał do realizacji zadania do pobrania:

- Jesteśmy tym, co jemy (plik pdf)

UWAGA! Zadania wymagające pisania i czytania można uprościć/zmienić, jeśli dzieci jeszcze nie mają tych umiejętności. O powodzie zmiany należy wspomnieć w raporcie.

Plan zadań / Etap jesienny (Klasy II i III) / Zadanie 1.1

Zadanie 1.1 Jesteśmy tym, co jemy

Etap: **Etap jesienny**
Punkty do zdobycia: **100**

Opis zadania Raport

Opis przygotowania raportu

Maksymalna liczba punktów do zdobycia: **100**

Opis przebiegu – do 60 punktów:

- Opisz, w jaki sposób zrealizowaliście zadanie.
- Jeśli zmodyfikowałaś/zmodyfikowałeś scenariusz, opisz na czym polegała zmiana i jaki był jej powód.
- Skomentuj początkowy poziom wiedzy dzieci na temat będący przedmiotem zajęć.
- Opis nie powinien przekraczać 3 600 znaków (liczonych ze spacjami).

Zdjęcia – do 40 punktów:

- Zdjęcia powinny pokazywać przebieg zajęć oraz wszelkie pomoce wykorzystane do ich realizacji.
- Zdjęcia nie muszą zawierać wizerunków osób. Jeśli będą je zawierały, wgraj zgody tych osób na wykorzystanie wizerunku (załącznik nr 1 do Regulaminu) – te załączniki nie wliczają się do limitu zdjęć.
- Wizerunki osób na zdjęciach możesz zamazać lub zakryć w inny sposób – nie wpływa to na ocenę raportu.
- Oceniamy jakość zdjęć i ich treść.
- Prześlij maksymalnie 10 zdjęć.

Pobierz: Wytyczne do napisania raportu z etapu jesiennego (plik pdf)

Pobierz: Instrukcja tworzenia i przesyłania raportu (plik pdf)

Treść raportu

Wizualny Tekstowy

Akapit B I [Listy] [Cytat] [Link] [Tabela]

Liczba znaków: 0

Zapisz zmiany

RADA

- Teksty warto wcześniej napisać w Ms Word lub innym edytorze tekstu, a następnie skopiować je do raportu.
- Ms Word daje również możliwość sprawdzenia ile znaków zawiera tekst.
- Pamiętaj o ograniczonej liczbie znaków w opisach poszczególnych zadań (te informacje znajdziesz w wytycznych do raportu).

Krok 3. Uzupełnij opis realizacji zadania – wprowadzone treści zatwierdź klikając w ZAPISZ ZMIANY.

Treść raportu

Akapit B I [formatting icons]

To jest treść raportu z zadania nr 1.

Liczba znaków: 37

Zapisz zmiany

Dołączone pliki

Zapisz raport, aby dołączyć pliki

Formularz przesłany pomyślnie

Treść raportu

Akapit B I [formatting icons]

To jest treść raportu z zadania nr 1.

Liczba znaków: 37

Zapisz zmiany

Dołączone pliki

Przygotuj pliki, które chcesz dołączyć do raportu i wybierz je przy pomocy przycisku poniżej.

Dołącz plik(i)

Każde kliknięcie w przycisk ZAPISZ ZMIANY powoduje zapisanie najnowszej wersji raportu. W ten sposób możesz tworzyć wersję roboczą, którą zostanie zapamiętana na stronie, dopóki nie skończysz prac nad raportem.

UWAGA! Dodawanie załączników jest możliwe dopiero po pierwszym zapisaniu zmian.

Krok 4. Dodaj zdjęcia dokumentujące realizację zadania. Kliknij: DOŁĄCZ PLIKI.

Formularz przesłany pomyślnie

Treść raportu

Akapit

To jest treść raportu z zadania nr 1.

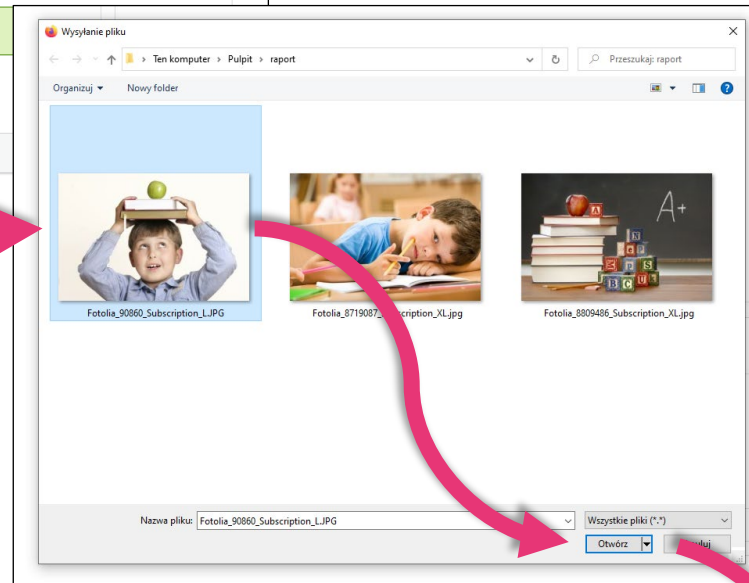
Liczba znaków: 37

Zapisz zmiany

Dołączone pliki

Przygotuj pliki, które chcesz dołączyć do raportu i wybierz je przy pomocy przycisku poniżej.

Dołącz plik(i)



Znajdź odpowiednie pliki, zaznacz je* i kliknij: OTWÓRZ. Lista załączonych plików wyświetli się poniżej przycisku DOŁĄCZ PLIKI.

*żeby zaznaczyć kilka plików naraz przytrzymaj CTRL i klikaj na kolejne pliki

Liczba znaków: 37

Zapisz zmiany

Dołączone pliki

Przygotuj pliki, które chcesz dołączyć do raportu i wybierz je przy pomocy przycisku poniżej.

Dołącz plik(i)

Lista załączonych plików

Fotolia_90860_Subscription_L.JPG image

**Uzupełnij analogicznie (zgodnie z krokami 2-4)
opisy i zdjęcia przy pozostałych zadaniach.**

**Na każdym etapie uzupełniania opisów zadań możesz
zapisać postępy (przycisk: zapisz zmiany) i wrócić do
pracy później.**

Krok 5. Jeśli wracasz do edycji raportu musisz przejść znowu przez kroki 1-2, a następnie rozpocząć edycję.

Zadania

Zadanie 1.1. Jesteśmy tym, co jemy

Podczas tych zajęć dzieci kontynuują poznawanie zasady zdrowego żywienia, tym razem w postaci Piramidy Zdrowia. Wyrażają swoje preferencje żywieniowe, analizują malarstwo Giuseppe Arcimboldo, dowiadują się, czym jest "śmieciowe jedzenie", a [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: **25/3600**

[przejdź do zadania](#)

Zadanie 1.2. Talerz zdrowia

Talerz zdrowia to najnowsza forma graficznego przedstawienia zasad zdrowego odżywiania. Podczas zajęć dzieci uczą się tych zasad, dokonują właściwych wyborów dotyczących codziennego żywienia, analizują informacje pod kątem zasad zdrowego odżywiania, [...]

[przejdź do zadania](#)

Zadanie 1.3. Przedstawienie "Na straganie"

Dzieci już wiedzą, że warzywa i owoce są podstawą zdrowej diety. Watro utrwalić tę wiedzę. Zadanie polega na przygotowaniu występu opartego na wierszu Jana Brzechwy „Na straganie” lub innego utworu [...]

[przejdź do zadania](#)

Zadanie 1.4. Forum: Talerz zdrowia - zalecenia zdrowego odżywiania


Forum zdrowia dla rodziców to okazja do przekazania rodzicom tej samej porcji wiedzy, którą zdobyły ich dzieci podczas realizacji zadań w projekcie „Zdrowo jem, więcej wiem”. Forum najlepiej przeprowadzić w [...]


[przejdź do zadania](#)

Zadanie 1.5. Dzielimy się wiedzą: Zasady zdrowego odżywiania

Uczniowie zdobywali wiedzę o zasadach zdrowego odżywiania, poznali Piramidę i Talerz zdrowia, które w przystępny sposób przedstawiają podstawy zdrowej diety. Czas na ostatnie zadanie etapu i podzielenie się tą wiedzą. [...]

[przejdź do zadania](#)


Twój zespół [Wyloguj się](#)



ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM

[Aktualności](#)
[O projekcie](#)
[Regulamin](#)
[Terminarz](#)
[Plan zadań](#)
[Materiały](#)
[Wyniki](#)
[Nagrody](#)
[FAQ](#)
[Kontakt](#)

Twoje konto

[Edycja profilu](#)

Twój zespół: **Test** [Edycja zespołu](#)

Placówka: **Szkoła im. FBOŚ**

Adres:
**Żelazna 32, Warszawa
00-832 Warszawa**

Raporty z zadań - [przejdź do Zadań](#), żeby zarządzać raportami. [zobacz podsumowanie](#)

Zadanie	Etap	Ost. aktualizacja	Status	Liczba znaków
Zadanie 1.1	Etap jesienny	2024-09-25 15:46:40	w przygotowaniu	25

Na liście zadań znajdziesz informację o postępach swoich prac. Dodatkowo te informacje będą widoczne w zakładce **TWÓJ ZESPÓŁ**.

Krok 6. Jeśli wszystkie raporty zadaniowe są gotowe to znaczy, że możesz przestać do oceny raport etapowy. Przejdź do PLANU ZADAŃ i wybierz odpowiedni etap. Pod listą zadań kliknij: WYŚLIJ RAPORT DO OCENY.

Zadanie 1.4. Forum: Talerz zdrowia - zalecenia zdrowego odżywiania
Forum zdrowia dla rodziców to okazja do przekazania rodzicom tej samej porcji wiedzy, którą zdobyły ich dzieci podczas realizacji zadań w projekcie „Zdrowo jem, więcej wiem”. Forum najlepiej przeprowadzić w [...]

[przejdź do zadania](#)

Zadanie 1.5. Dzielimy się wiedzą: Zasady zdrowego odżywiania
Uczniowie zdobywali wiedzę o zasadach zdrowego odżywiania, poznali Piramidę i Talerz zdrowia, które w przystępny sposób przedstawiają podstawy zdrowej diety. Czas na ostatnie zadanie etapu i podzielenie się tą wiedzą. [...]

[przejdź do zadania](#)

Wyślij raport do oceny

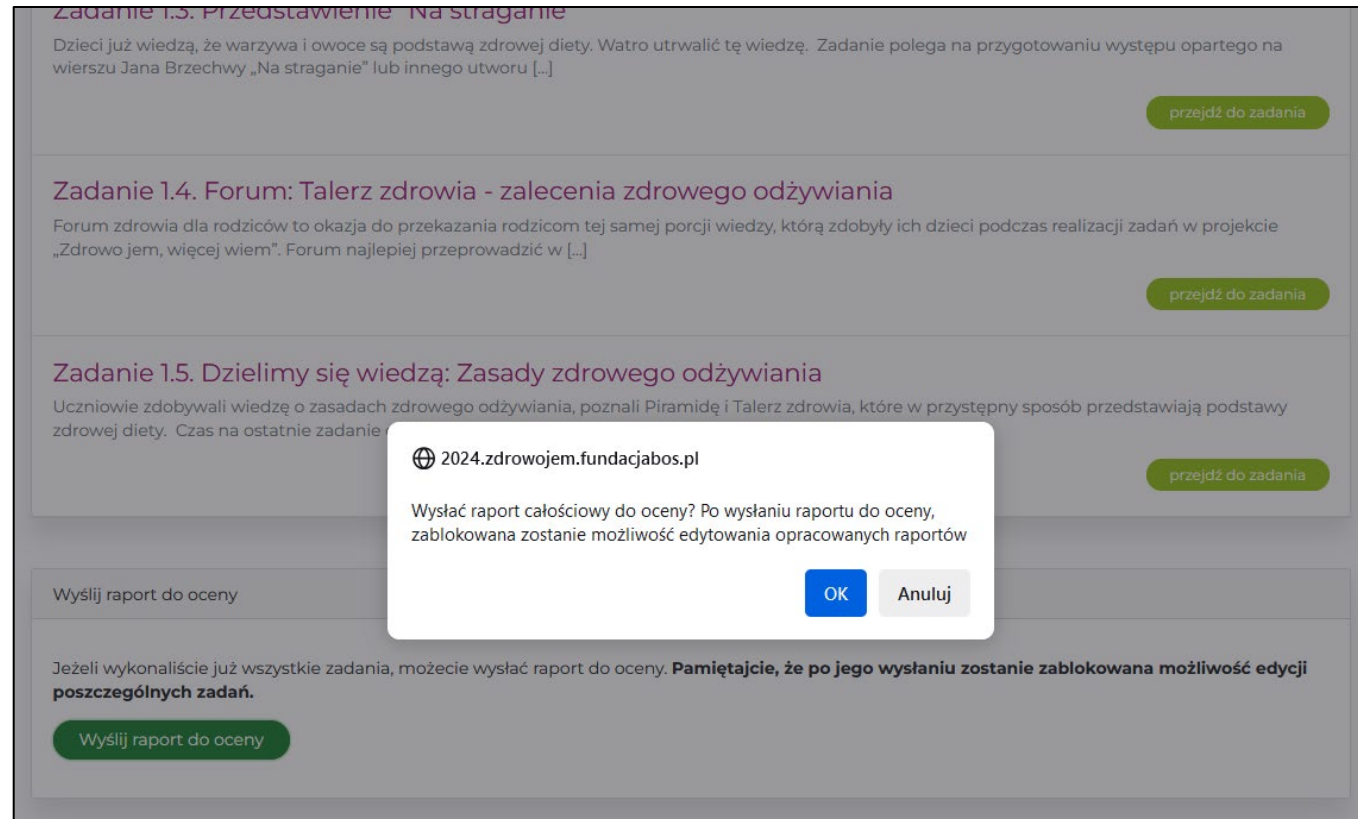
Jeżeli wykonałicie już wszystkie zadania, możecie wysłać raport do oceny. **Pamiętajcie, że po jego wystaniu zostanie zablokowana możliwość edycji poszczególnych zadań.**

[Wyślij raport do oceny](#)

Pamiętaj! Raport etapowy składa się z 5 raportów zadaniowych. Przed jego przestaniem do oceny, upewnij się, że wszystkie raporty zadaniowe są uzupełnione.

Dopóki nie prześlesz raportu etapowego do oceny możesz edytować każde zadanie. Przesłanie raportu etapowego do oceny blokuje możliwość edycji raportów zadaniowych.

Krok 6a. Po kliknięciu WYŚLIJ RAPORT DO OCENY system poprosi o potwierdzenie – należy wtedy kliknąć OK.



The screenshot displays a web application interface with a list of tasks. A confirmation dialog box is overlaid on the screen, asking for confirmation to send the report for evaluation. The dialog box contains the following text:

2024.zdrowojem.fundacjabos.pl

Wysłać raport całościowy do oceny? Po wysłaniu raportu do oceny, zablokowana zostanie możliwość edytowania opracowanych raportów

OK Anuluj

The background interface shows the following tasks:

- Zadanie 1.3. Przedstawienie „Na straganie”**
Dzieci już wiedzą, że warzywa i owoce są podstawą zdrowej diety. Watro utrwalić tę wiedzę. Zadanie polega na przygotowaniu występu opartego na wierszu Jana Brzechwy „Na straganie” lub innego utworu [...]
- Zadanie 1.4. Forum: Talerz zdrowia - zalecenia zdrowego odżywiania**
Forum zdrowia dla rodziców to okazja do przekazania rodzicom tej samej porcji wiedzy, którą zdobyły ich dzieci podczas realizacji zadań w projekcie „Zdrowo jem, więcej wiem”. Forum najlepiej przeprowadzić w [...]
- Zadanie 1.5. Dzielimy się wiedzą: Zasady zdrowego odżywiania**
Ucniowie zdobywali wiedzę o zasadach zdrowego odżywiania, poznali Piramidę i Talerz zdrowia, które w przystępny sposób przedstawiają podstawy zdrowej diety. Czas na ostatnie zadanie

At the bottom of the interface, there is a button labeled "Wyślij raport do oceny" and a warning message: "Jeżeli wykonaliście już wszystkie zadania, możecie wysłać raport do oceny. Pamiętajcie, że po jego wysłaniu zostanie zablokowana możliwość edycji poszczególnych zadań."

Krok 6b. Po przesłaniu raportu etapowego do oceny pod listą zadań będzie się wyświetlała informacja o dacie przesłania raportu.

Raport z etapu

Wasz raport z etapu został wysłany **2024-09-25 15:50:51**. Więcej informacji znajdziesz na stronie [Twój zespół](#)

Dodatkowo w zakładce TWÓJ ZESPÓŁ możesz sprawdzić informację na temat raportów zadaniowych. Klikając w ZOBACZ PODSUMOWANIE zobaczysz treści poszczególnych raportów zadaniowych.

Raporty z zadań - przejdź do Zadań, żeby zarządzać raportami. zobacz podsumowanie

Zadanie	Etap	Ost. aktualizacja	Status	Liczba znaków
Zadanie 1.1	Etap jesienny	2024-09-25 15:53:23	złożony	25
Zadanie 1.2	Etap jesienny	2024-09-25 15:56:00	złożony	24
Zadanie 1.3	Etap jesienny	2024-09-25 15:56:00	złożony	64