

**Sprawozdanie z obchodów Dni Dobrego Jedzenia
w Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi nr 82
ul. Górczewska 201 w Warszawie**

Od 12 do 14 listopada 2014 roku uczniowie naszej szkoły z klas I – VI oraz ich rodzice, mieli możliwość uczestniczyć w wielu ciekawych przedsięwzięciach pod hasłem:

„NAJWIĘCEJ WITAMINY MAJĄ POLSKIE OWOCE I JARZYNY”



Dnia 12 listopada 2014r. uczniowie poszczególnych klas I – III wspólnie z wychowawcami pracowali pod hasłem: „Śniadanie to podstawa”. Omówiona została piramida żywienia (kolejne jej poziomy). Podczas zajęć dzieci dowiedziały się:

1. Dlaczego śniadanie jest najważniejszym posiłkiem dnia?
2. Co powinno znaleźć się w wartościowym II śniadaniu (jakie produkty i dlaczego)?

Klasy I-sze wykonały plakaty pt. „Moje zdrowe śniadanie”

Klasy II-gie wykonały plakaty na temat: „Zdrowe, dobre jedzenie – jadłospis na cały dzień”. Na plakacie umieszczone były potrawy z wykorzystaniem zasad zawartych w piramidzie żywienia.

Klasy III-cie wykonały według własnego pomysłu piramidy zdrowego żywienia. Uczniowie wspólnie z nauczycielami przygotowali i jedli wspólny posiłek –

II śniadanie z wykorzystaniem własnych produktów oraz owoców i warzyw dostarczanych do szkoły w ramach projektu „WARZYWA I OWOCE W SZKOLE”



Uczniowie klas IV - VI podczas godzin wychowawczych i lekcji przyrody wykonali następujące zadania:

- Omówili kolejno poziomy piramidy żywienia
- Przygotowali i wspólnie spożyli II śniadanie.



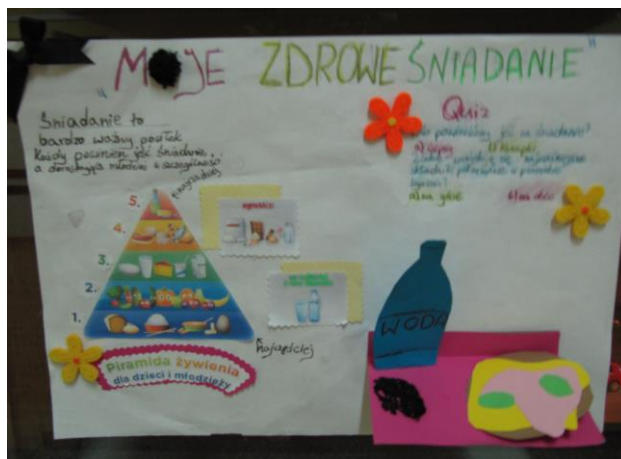
- Przeprowadzili pogadanki na temat: Jak nie marnować jedzenia?
- Opracowali całodzienny jadłospis dla ucznia w wieku szkolnym i wykonali plakaty:

Klasy IV:
Piramida żywienia - „Moje zdrowe II śniadanie”



Klasy V:

Mój całodzienny jadłospis z uwzględnieniem hasła przewodniego - NAJWIĘCEJ WITAMINY MAJĄ POLSKIE OWOCE I JARZYZNY



Klasy VI:

Ułożenie i zapisanie haseł - rymowanek propagujących spożywanie warzyw i owoców. Plakaty każdej klasy zostały zaprezentowane podczas apelu poświęconego obchodom DNIA DOBREGO JEDZENIA – 14 listopada 2014r.

Dnia 13 listopada 2014r. zorganizowano popołudniowe warsztaty kulinarne dla 54 chętnych uczniów z klas 1 – 6 oraz prelekcję dla rodziców na temat zasad żywienia dzieci w wieku szkolnym. Warsztaty i wykład zakończyły się wspólną degustacją przygotowanych przez dzieci zdrowych potraw. Nieodpłatne zajęcia dla dzieci i ich rodziców zrealizowali pracownicy fundacji „SZKOŁA NA WIDELCU” we współpracy z nauczycielami naszej szkoły. Zajęcia zostały sfinansowane z Funduszu Inicjatyw Obywatelskich. Warsztaty oraz wykład odbyły się w godz. 16.00 – 17.00





Dnia 14 listopada 2014r. zorganizowano 4 apele, połączone z prelekcją prowadzoną przez pielęgniarkę szkolną p. Urszulę Galan.

Podczas apelu zaprezentowały się klasy 2d z opiekunami: p. M. Jarzębską i p. L. Hałką z występem artystycznym oraz klasa 4f z krótką prezentacją zdrowych potraw pod opieką p. A. Sekuły. Ponadto w czasie apelu:

1. Uczniowie obejrzeli film – Piramida żywienia.
2. Wysłuchali prelekcji pielęgniarki szkolnej p. U. Galan
3. Wzięli udział w quizie na temat piramidy żywienia, wszyscy zwycięzcy otrzymali w nagrodę gruszki.
4. Obejrzeli stoisko z prezentacją dań na I i II zdrowe śniadanie – oraz wysłuchali kilku zasad promujących hasło przewodnie Dnia Dobrego Jedzenia w SP 82:
„NAJWIĘCEJ WITAMINY MAJĄ POLSKIE OWOCE I JARZYNY”

Na koniec wszyscy uczestnicy apeli zostali poczęstowani jabłkami i pomidorami, które zostały przywiezione do szkoły specjalnie na obchody Dni Dobrego Jedzenia w naszej szkole. Przez kilka dni w kilku miejscach szkoły stały kosze pełne jabłek i każdy chętny mógł się nim poczęstować. Przy koszach były umieszczone hasła, rymowanki propagujące spożywanie polskich warzyw i owoców.



To były bardzo pracowite, ale i pełne pozytywnych wrażeń dni.

Szkolny Koordynator Zespołu
ds. Promocji Zdrowia:
Małgorzata Jarzębska