

W roku szkolnym 2016/2017 w ramach programu „Owoce w szkole” przeprowadzono w klasach I – III działania mające na celu promocję zdrowego odżywiania i kształtowania postaw prozdrowotnych. Były to m.in.:

1. Dnia 08.11.2016r. w szkole miały miejsce bardzo ciekawe i pożyteczne dla naszego zdrowia wydarzenia. Najpierw uczniowie klasy IIa przypomnieli koleżankom i kolegom o zasadach zdrowego odżywiania. Przybliżyli także Piramidę Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej, wskazującą najważniejsze produkty spożywcze w naszym jadłospisie czyli warzywa i owoce, których spożywanie odgrywa bardzo ważną rolę w prawidłowym funkcjonowaniu naszego organizmu.

2. Uczniowie obejrzeni inscenizację pt. „Na straganie” w wykonaniu klasy IIb. Pełni zadowolenia i świadomi, jak ważne jest zdrowe odżywianie udali się do klas na spożywanie przygotowanych, zdrowych posiłków, w skład których wchodziły warzywa i owoce.

3. W dniu 22.11.2016r. uczniowie klas I-III wykonali pyszne i zdrowe sałatki owocowe, mieli tym samym okazję do wykazania się pomysłowością, kierując się indywidualnymi upodobaniami smakowymi. Wszyscy wiemy, jak ważną rolę w życiu każdego człowieka odgrywa spożywanie świeżych warzyw i owoców, wiedzą o tym także nasi uczniowie, którzy z wielkim zapałem spałaszowali przygotowane przez siebie sałatki. Dodatkowo uczniowie klasy IIa w tym dniu mieli okazję do zabawy maskotkami warzyw i owoców oraz odgadywania owocowo-warzywnych zagadek. Towarzyszyła im przy tym dobra zabawa w miłej owocowo-warzywnej atmosferze.

4. W dniu 10.01. 2017 r. w naszej szkole odbyły się ciekawe zajęcia warsztatowe dla uczniów klas I-III. Miały one na celu promocję i kształtowanie właściwych postaw żywieniowych wśród dzieci, a także zachęcanie do częstego spożywania warzyw i owoców. Uczniowie mogli wykazać się pomysłowością i talentami artystycznymi próbując swych sił w czasie wycinania z owoców różnych dekoracji. Pięknie przyozdobione owocami talerze oraz unoszący się kusząco-owocowy zapach w sali sprawiły, że dzieci z niecierpliwością czekały na moment, w którym będą mogły degustować stworzone dzieła: owocowe i warzywne kwiatki z mandarynek i marchewek, bananowe delfinki, owocowe języki- koreczki, pająki, jabłkowe listki i wieloowocowe szaszłyki.

5. W ramach programu „Owoce i warzywa w szkole” w dniu 17.03.2017 r. wśród uczniów klas I- III naszej szkoły zostały rozlosowane nagrody, które przyznano za prawidłowo rozwiązane zagadki dotyczące warzyw i owoców. Uczniowie, którzy udzielili właściwej odpowiedzi na wylosowane pytanie zostali nagrodzeni odblaskowymi brelokami, notesami i przyborami szkolnymi. Celem owocowego konkursu było przypomnienie uczniom o walorach zdrowotnych płynących ze spożywania warzyw i owoców oraz propagowanie zdrowego stylu odżywiania wśród uczniów.

6. W drugiej połowie marca uczniowie klas I-III mieli okazję do wykazania się owocowo-warzywnymi talentami plastycznymi. Każda klasa wykonała przepiękne, kolorowe owoce i warzywa malowane palcami, owoce wyklejane oraz owoce i zdrową żywność zrobioną z różnych materiałów. Uczniowie przed rozpoczęciem pracy przypomnieli sobie o wartościach odżywczych i dobroczynnym wpływie na nasz organizm warzyw i owoców. Pracę uczniów poprzedziły pogadanki w klasach z nauczycielami, zostały wtedy poruszone kwestie zdrowych nawyków żywieniowych oraz wartości odżywczych poszczególnych produktów. Treści te korelowały z tematyką zajęć świetlicowych, co pozwoliło na utrwalenie wiedzy i wdrożenie jej do codziennej diety. Wystawę prac wykonanych przez uczniów można było podziwiać na szkolnym korytarzu. Oprócz zajęć w szkole uczniowie mieli owocowo-warzywną pracę domową: każdy uczeń miał za zadanie codziennie w domu zjeść dowolne warzywo lub owoc. Koordynatorami programu w roku szkolnym 2016/2017 były **Ewa Lipian i Bożena Pawlas.**