

Edukacja zdrowotna w oddziałach przedszkolnych

W bieżącym roku szkolnym 2018/2019 dzieci oddziałów przedszkolnych w ramach innowacji pedagogicznej „Kolorowy Talerz Zdrowia” w oddziałach przedszkolnych pod kierunkiem P. I. Trzebiatowskiej oraz P. W. Herold realizują działania prozdrowotne.



Kolory na talerzu pomagają w racjonalnym odżywianiu się, stąd pomysł na

„Dzień Zielony” (12.10.2018).

„Dzień Biało-czerwony” (23.11.2018)



Dzieci w czasie śniadania przy wspólnym stole dzieliły się przyniesionymi przez siebie owocami i warzywami w danym kolorze.

Niektóre smaki były im obce, inne znały bardzo dobrze. Wspólne śniadanie zjadły ze smakiem.

Kolejnym pomysłem na wprowadzenie kolorowych owoców do menu był „Dzień Sałatkowy” (29.10.2018) i „Dzień Jogurtowy” (14.12.2018). Dzieci robiły sałatkę owocową oraz jogurty według własnego pomysłu, a następnie zjadały wykonane przez siebie posiłki. „Młodzi kucharze” z wielkim zainteresowaniem podeszli do tego zadania i byli bardzo zadowoleni ze swojej pracy.

„Co to jest piramida zdrowia?” to dzień warsztatowy z dietetykiem (23.11.2018). Dzieci pracując w grupach dowiedziały się między innymi, że podstawą zdrowia jest aktywność fizyczna, a na talerzu w czasie każdego posiłku powinny znaleźć się surowe warzywa lub owoce.

Dzieci z oddziału 0b przygotowały dla swoich rodziców zajęcia otwarte pt: „Jestem Polakiem i dbam o swoje zdrowie” (21.11.2018), w czasie których przekazały podstawowe wiadomości dotyczące roli warzyw i owoców w codziennym żywieniu.