

Zdrowo jem, więcej wiem

Klasa IIb naszej szkoły uczestniczy w kolejnej edycji projektu „Zdrowo jem, więcej wiem” realizowanego przez [Fundację Banku Ochrony Środowiska](#). Pokazuje on jak ważne jest zdrowe odżywianie oraz aktywność sportowa.



To szansa dla uczniów na zdobycie wiedzy o zdrowym odżywianiu oraz wyrobienie prawidłowych nawyków żywieniowych.

Celem projektu jest, zatem wykształcenie u dzieci postaw prozdrowotnych poprzez uczenie zasad zdrowego odżywiania oraz przekazywanie wiedzy na temat produktów służących zdrowiu i produktów dla zdrowia szkodliwych.

Przeprowadzone zostały dwa tematy o bardzo ważnej tematyce *POZNAJEMY WARZYWA I OWOCE, CUKIER? NIE, DZIĘKUJĘ!*

Tematyka pozwoliła dzieciom na nowo odkryć wartości odżywcze i zdrowotne znaczenie owoców i warzyw dla naszego organizmu. Z drugiej stron zastanowić się nad spożywaniem cukru, który zawarty w słodyczach, słodzonych napojach wpływa negatywnie na nasze zdrowie.

Dzieci w domach z pomocą rodziców przygotowały zdrowe i smaczne przekąski, a w klasie podzieliły się wiedzą związaną z tematem i wykonały prace plastyczne do tematyki projektu.

Wierzę, że Przeprowadzone działania przekonały uczniów, że owoce i warzywa mają dużą wartość odżywczą, a ich obecność w codziennej diecie jest niezbędna.

A tu sałatki owocowe przygotowane przez Victorię, Magdę i Oliwiera:

