

8 XI

*Dzień Śniadanie Daje Moc
obchodzony w Europie jako
Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania*

8 listopada obchodzimy Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania. W tym dniu uczniowie wielu polskich szkół, w ramach programu edukacyjnego „Śniadanie Daje Moc”, obchodzą Dzień Śniadanie Daje Moc. Również uczniowie klasy I i IIIa naszej szkoły uczestniczyli z tej okazji w śniadaniowych zajęciach, zorganizowanych przez wychowawczynie Elżbietę Kasperek i Elżbietę Mazurek.

Zajęcia rozpoczęły się od spotkania z panią intendentką Ewą Paradą, podczas którego dzieci dowiedziały się o roli prawidłowego żywienia, utrwaliły znajomość zasad zdrowego odżywiania oraz wypełniły nową piramidę zdrowia, obejrzały film edukacyjny „Jedz owoce i warzywa”. Uczniowie obu klas wspólnie śpiewali piosenkę „Jedz owoce i warzywa” akompaniując na instrumentach perkusyjnych. Główna część zajęć – wspólne robienie zdrowego śniadania oraz spożywanie go – było ukoronowaniem „Śniadaniowej Misji”. Poprzez świetną zabawę nasi najmłodsi nauczyli się jak ważne jest codzienne, zdrowe śniadanie – najważniejszy posiłek dnia. Dzięki niemu dzieci mają energię do nauki, lepiej koncentrują się podczas lekcji i mają siłę do zabawy. To najlepszy start na nowy dzień!

{gallery}ck7/23{/gallery}