

Z Janem Brzechwą o zdrowiu

Akademia Zdrowego Przedszkolaka to projekt społeczno - edukacyjny organizowany we współpracy z placówkami przedszkolnymi, mający na celu utrwalanie wśród rodziców, dzieci oraz personelu przedszkolnego wiedzy o tym, jak zdrowo się odżywiać. Tym razem hasłem jesiennej akcji była twórczość Jana Brzechwy.



Fot. arch. Przedszkole "Leśne Skrzaty" w Poraju

W porajskim przedszkolu dżieci uczestniczyły w programie zdrowego odżywiania

27.10-2.11.były dniami, podczas których Samorządowe Publiczne Przedszkole w Poraju „Leśne Skrzaty” również przyłączyło się do akcji. Dzięki takim wierszom jak „Na straganie”, „Pan Pomidor” czy „A psik” dzieci poznały nie tylko twórczość słynnego poety, ale miały okazję lepiej zrozumieć zasady zdrowego żywienia i zasady budowania odporności. Podczas całotygodniowego przedsięwzięcia przedszkolaki spotkały się z dietetyczką, która wyjaśniła dzieciom jak powinna wyglądać dobrze skomponowana dieta. Podczas zajęć dzieci dowiedziały się jak budować odporność, jak dbać o higienę jamy ustnej oraz, że ruch to zdrowie. W ramach akcji każda grupa przygotowała „Jesienny talerz pełen witamin”, czyli same zdrowe posiłki- sałatki, surówki, koktajle czy soki. A wszystkich tych pyszności kosztowali rodzice. Przedszkolaki spędziły także aktywny dzień na podwórku, gdzie gimnastykowały się i wzięły udział w sportowych rozgrywkach. Tym samym zachęcano wszystkie dzieci do ruchu i zabaw na świeżym powietrzu. Po tak ciekawym tygodniu pełnym aktywności, każdy przedszkolak już wie co robić, by być zdrowym.