

„Stół pełen witamin”

W piątek, 23 maja 2025r., w naszej szkole odbył się międzyoddziałowy projekt pod hasłem " Stół pełen witamin", zorganizowany w ramach promocji zdrowia. W wydarzeniu wzięli udział uczniowie klas III - VIII szkoły podstawowej.

Na początku uczestnicy obejrzeli 6-minutowy film przedstawiający zasady prawidłowego żywienia. Po prezentacji, uczniowie, podzieleni na grupy, przystąpili do wykonywania zadań praktycznych. Pierwszym z nich było przygotowanie zdrowej kanapki z dostępnych produktów: chleba, masła, wędliny, sera żółtego, sałaty, papryki, ogórka, rzodkiewki i szczypiorku. Uczniowie zwracali uwagę na higienę i estetykę wykonania. W kolejnym etapie każda grupa tworzyła piramidę zdrowia i zawieszała ją na ścianie. Następnie uczestnicy rozwiązywali krzyżówkę tematyczną związaną ze zdrowiem. Później przyszła pora na przygotowanie mlecznego kotajlu owocowego według własnych upodobań. Uczniowie komponowali zdrowy i smaczny napój wybierając spośród truskawek, borówek i bananów. Na zakończenie każda grupa zmierzyła się z zadaniami matematycznymi, których wyniki odśpiewały konkretne wyrazy. Po ich zebraniu powstało wspólne hasło: "Jedz owoce i warzywa, to na zdrowie dobrze wpływa".

Podczas całego wydarzenia uczniowie wykazali się zaangażowaniem i dyscypliną. Pracując w miłej atmosferze, nauczyli się, jak dobrać produkty tak, aby wspierały ich zdrowie, odporność oraz skuteczną naukę. Zwieńczeniem działań był samodzielnie przygotowany posiłek - zdrowa kanapka i pyszny koktajl.