

Svetový deň výživy

Autor: Riaditeľ_MS Podhorie, Zverejnené: 16.10.2020, Aktualizované: 16.10.2020

16. október je svetovým dňom zdravej výživy. Výživa je významným faktorom životného štýlu, ktorý ovplyvňuje zdravie. Už od pondelka sme deti v obidvoch triedach oboznamovali s pokladmi záhrad, zdravou zeleninou a ovocím.

Deti ochutnávali ovocie a zeleninu, ktoré nás v tomto období chránia pred chorobami. Naše "poklady" sme počítali, vystrihovali, lepili, maľovali....

V piatok boli naše aktivity zamerané na zhrnutie poznatkov detí o možnostiach zdravej stravy, ktorá obsahuje veľa vitamínov a je dôležitá pre všetkých.

Motýliky vyrábali žlté hrušky a červené jablká, oranžové mrkvy a biele petržleny. Ich šikovné rúčky vystrihovali, lepili, obkresľovali.

Lienky sa celý týždeň učili, čo je zdravé a nezdravé pre ich telo. Vytvárali krásne ovocie a zeleninku, ktorú nielen tvorili, ale aj ochutnávali. Spoločne sa podieľali na tvorbe zdravých "pokladov". A v piatok sme si pripomenuli, že pre naše telo je veľmi dôležitý aj pohyb, a tak sme si poriadne zasúťažili a zacvičili.

Výsledky našej práce si rodičia môžu pozrieť na výstavke v šatni a vo fotogalérií našej MŠ.

