

Grupa 6-latków „Słoneczka” z Przedszkola nr 8 im. J. Ch. Andersena z Oddziałami Integracyjnymi w Staszowie wzięła udział w X edycji projektu „Zdrowo jem, więcej wiem?” realizowanego przez Fundację Banku Ochrony Środowiska, projekt został objęty honorowym patronatem Małżonki Prezydenta Agaty Kornhauser - Dudy.

Realizacja projektu rozpoczęła się 15 października 2019r. i opierała się na przekazaniu dzieciom w nieszablonowy sposób wiedzy na temat zdrowego stylu życia, znaczeniu witamin i składników mineralnych w organizmie. Przedszkolaki nauczyły się rozpoznawać owoce i warzywa zmysłami: dotyku, wzroku, smaku i węchu. Zapoznały się z pięcioma grupami kolorystycznymi owoców i warzyw. Zostały zachęcane do codziennego jedzenia tych smakołyków oraz uprawiania aktywności ruchowej w ramach przeprowadzonych zadań:

Smacznie-zdrowo-kolorowo oraz konkurs: Zagadki owocowo-warzywne.

Dzieci zdobyły wiedzę na temat znaczenia owoców i warzyw w diecie, którą wykorzystały podczas zajęć praktycznych.

Każdy uczeń chce zostać Siłaczem.

Te zajęcia uświadomiły dzieciom, jak ważna jest aktywność fizyczna do utrzymywania zdrowia i dobrego samopoczucia.

Konkurs: Najciekawsza praca przedstawiająca Order Miłośnika Sportu.

Każdy przedszkolak projektował własny Order Miłośnika Sportu różnymi technikami i materiałami.

Forum Zdrowia dla rodziców: Jak przekonać dziecko do jedzenia warzyw?

Podczas forum uświadomiono rodzicom iż warzywa i owoce zawierają składniki odżywcze i substancje bioaktywne w działaniu leczniczym, dlatego ich jedzenie jest jednym z najskuteczniejszych sposobów zapobiegania chorobom, a czasem także ich leczenia. Otrzymali ulotkę informacyjną: „7 zasad: Jak przekonać dziecko do jedzenia warzyw” oraz „Zdrowie w owocach i warzywach”. Rodzice wysłuchali też informacji na temat znaczenia komponowania posiłków „Kolorowy talerz”. Druga część spotkania to prezentacja multimedialna wszystkich działań wykonywanych przez dzieci w ramach realizacji projektu. Rodzice z zainteresowaniem obserwowali czynności swoich dzieci, ich zaangażowanie w poszczególne zadania. Byli zadowoleni z uzyskanych przez dzieci efektów.

Ostatnie zadanie polegało na promocji zdobytej wiedzy i podjętych działań w przedszkolu. Celem było zaprezentowanie wszystkim przedszkolakom zdobytej wiedzy na temat zdrowego odżywiania oraz aktywności fizycznej. Atrakcją promocji był spektakl słowno - muzyczny pt. „Na Straganie”, zabawy muzyczno-ruchowe „Witaminka”, „Sport to zdrowie”, zabawy taneczne „Burak i cebulka” w wykonaniu grupy 6-latków „Słoneczka”, który pozytywnie został odebrany przez publiczność. Korzystając z Przedszkolnej Księgi Zagadek Owocowo-Warzywnych został przeprowadzony konkurs pt: Zagadki owocowo-warzywne”. W rozwiązywaniu zagadek wzięły udział wszystkie dzieci. Przedszkolaki wykazały się wiedzą dotyczącą znajomości warzyw i owoców oraz ich wartości odżywczych. Okazją do zdobycia Orderu Miłośnika Sportu była zabawa ruchowa przeprowadzona z dziećmi ze wszystkich grup pt. „Gąsienica”. Wychowankowie sprawnie wykonywali zadanie sportowe, dzięki czemu każda grupa otrzymała od pani dyrektor Alicji Misiak Order Miłośnika Sportu. niespodzianką dla dzieci była wspólna degustacja warzyw i owoców, która jednocześnie była nagrodą za wspólną zabawę.

Serdecznie dziękujemy dzieciom i rodzicom za zaangażowanie oraz udział w projekcie.







