

"Jedz z głową - zasady racjonalnego odżywiania się"

Klasa 2a w ramach lekcji biologii przygotowała projekt na ten temat.

Prezentacja projektu - sesja plakatowa - odbyła się w gronie uczniów kl. 2a, zaproszonych gości wśród których była Pani dyrektor, wychowawczynie, koledzy z klas 1a, 1d.

Omawiane tematy, zaproponowane przez uczniów to: Piramida żywienia; Cukry w żywności; Błonnik; Witaminy; Woda i nawodnienie organizmu; Jedz owoce i warzywa; Jedz kasze; Dieta sportowca; Diety na świecie; Zaburzenia odżywiania. Po prezentacji odbyła się degustacja ciekawych dań.

W działania uczniów została włączona cała społeczność szkolna. Uczniowie klas biologicznych przygotowali plakaty ilustrujące omawiane tematy, rozwiesili je w całej szkole, przygotowali degustację zdrowych potraw dla uczniów i nauczycieli.

Podkreślali rolę i znaczenie świadomości racjonalnego żywienia, zrównoważonej diety oraz potrzebę wcielania tych zasad w życie na co dzień.

Odbyła się prezentacja ciekawych książek o tematyce żywieniowej.

Uczniowie klas 2b, 2c, wygłosili miniwykłady dotyczące mikrobiomu jelitowego, chorób układu pokarmowego, co to jest zdrowa żywność.

Uczniowie klas 2b,2c, 3c, 4c przygotowali prezentacje multimedialne: Antyoksydanty w żywności i przyprawach; Dodatki do żywności.

Wszystkie działania przebiegały pod kierunkiem nauczycieli biologii i chemii.

Projekty spotkały się z bardzo dobrym przyjęciem młodzieży i grona pedagogicznego, był ważnym wydarzeniem w życiu społeczności szkolnej.