

Zdravé stravování – 19. 3. 2024

Děti z mateřské školy navštívila paní Bc. Linda Schaffarz s programem „Zdravé stravování“.

Děti si poslechly pohádku O skřítku Vítkovi, kterého liška seznámila se sladkostmi a mobilním telefonem. Než potkal lišku, dokázal si skřítek užívat krásy přírody a zdravých věcí. Pohádka nás poučila o správném pohybu, pitném režimu, zdravé stravě a správném čištění zoubků. Hravou formou se děti dozvěděly, že KAMARÁD NENÍ TEN, KTERÝ TĚ UČÍ ŠPATNÉ VĚCI.

Skřítek Vítek se nám ukázal jako interaktivní

pomůcka. Říkal nám básničky o potravinách a nápojích, o tom, co je zdravé a nezdravé, co nám škodí nebo neškodí. Starší děti se pomocí obrázku seznámily s cestou, kudy a kam putuje jídlo. Dozvěděly se o původu některých potravin. Vzdělávaly se v oblasti vitamínů a minerálů. Nakonec si každý sestavil svůj zdravý talíř.

Miroslava Kotápišová

