

DZIEŃ ZDROWEGO ŚNIADANIA

O tym, jak ważną rolę pełni śniadanie w codziennej diecie oraz co powinno zawierać, starała się przekonać swoich kolegów i koleżanki klasa trzecia.

Śniadanie to najważniejszy posiłek dnia. Dzięki niemu dzieci mają energię do nauki i lepiej koncentrują się podczas zajęć szkolnych. To doskonały start w nowy dzień!

Pod kierunkiem wychowawczynie, p. G. Stępień, uczniowie klasy 3 przygotowali prezentację na temat zasad zdrowego odżywiania. Przekazali też informacje na temat higieny przygotowywania i spożywania posiłków oraz kulturalnego zachowania przy stole.

Śniadanie powinno być urozmaicone, by dostarczyć jak najwięcej różnorodnych składników odżywczych z różnych grup produktów żywieniowych.

O tym, że warzywa i owoce są najbogatszym źródłem witamin, przypomniały słowa piosenki „O zdrowiu” zaśpiewanej przez pierwszaków i wychowawczynie p. M. Nawratil oraz inscenizacja w wykonaniu wychowanków p. H. Kowalskiej z klasy 2.

Z pewnością dzień 15 listopada 2024 roku na długo pozostanie w pamięci najmłodszych uczniów SP w Ząbrowie.

W imieniu uczniów i nauczycieli dziękujemy rodzicom uczniów za niezwykle zaangażowanie w organizację Dnia Zdrowego Śniadania. Zapraszam do galerii zdjęć.

Grażyna Stępień – koordynator działań