

There are no translations available.

W miesiącu maju 2017 r. przeprowadziliśmy, w ramach projektu „Trzymaj formę”, cykl lekcji nt prawidłowego odżywiania. Główne cele zajęć to: poznanie podstawowych składników chemicznych żywności, ich źródła i rola w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu, zasady prawidłowego żywienia. Na zakończenie projektu uczniowie ułożyli przykładowy jadłospis dla nastolatka na jeden dzień, zaprezentowali wykonane przez siebie plakaty na temat zdrowego stylu życia oraz wykonali potrawy wg własnych przepisów. Zaproponowali między innymi: sałatkę owocową, koktajle i szaszłyki owocowe, surówki bogate w błonnik i witaminy. Pomysły były bardzo ciekawe, a przygotowane potrawy smaczne, zdrowe i estetycznie podane.

Henryka Zapotoczna

{morfeo 313}