

## Dzień Zdrowego Śniadania



W celu propagowania zdrowego stylu życia przeprowadzono w klasach 1-3 pogadanki na temat „Co należy jeść, aby być zdrowym?” oraz „Aktywnie spędzamy czas”.

Celem tych zajęć było uświadomienie dzieciom zależności pomiędzy sposobem odżywiania, a stanem ich zdrowia oraz podkreślenie wagi aktywności fizycznej. W czasie spotkania dzieci dowiedziały się jak należy się odżywiać, aby być zdrowym, w jaki sposób zapobiegać infekcjom, jakie znaczenie dla naszych organizmów ma ruch i uprawianie sportu. Na zakończenie zajęć uczniowie przygotowali smaczne i zdrowe kanapki.

Magdalena Wierzbicka