

ZGŁOSZENIE DOBREJ PRAKTYKI

NAZWA SZKOŁY	Niepubliczne Przedszkole „Pod Muchomorkiem” w Babimoście
DANE SZKOŁY (adres, telefon, e-mail)	Niepubliczne Przedszkole „Pod Muchomorkiem“ ul. Konstytucji 3 Maja 5 66-110 Babimost tel.683512448 przedszkolebabimost@gmail.com
IMIĘ I NAZWISKO AUTORA/AUTORÓW DOBREJ PRAKTYKI	Ewa Ciecierska Dyrektor Biblioteki Publicznej w Babimoście Tamara Modrzyk Dyrektor Pedagogiczny Niepublicznego Przedszkola „Pod Muchomorkiem” w Babimoście
TYTUŁ PRZEDSIĘWZIĘCIA	<i>Zdrowo i wesoło</i> – edukacja prozdrowotna w przedszkolu
RODZAJ PRZEDSIĘWZIĘCIA (np. innowacja, projekt, konkurs etc.)	projekt
TERMIN I MIEJSCE REALIZACJI	2013/2014 Niepubliczne Przedszkole „Pod Muchomorkiem” w Babimoście
CELE DZIAŁANIA	<ul style="list-style-type: none"> • zwiększenie świadomości dzieci i ich rodziców na temat prawidłowej higieny żywienia, • zainspirowanie rodziców do wprowadzania zasad zdrowego odżywiania się w ich własnych domach, • prezentacja zarówno dzieciom jak i rodzicom ciekawych sposobów na wspólne spędzanie czasu, • zorganizowanie rodzicom sposobności rozmowy ze specjalistami kultury zdrowego odżywiania się.
OPIS DZIAŁANIA	<p>W lutym rozpoczęliśmy cykl warsztatów kulinarnych dla rodziców pt. „Zdrowo i wesoło” prowadzonych przez dietetyka, Panią Anetę Tomczak-Gorzelnia. Warsztaty podzielono na dwie części. Pierwsza polegała na wykładach i rozmowach ze specjalistą. W drugiej części, praktycznej, rodzice uczyli się przygotowywania szybkich, apetycznych i zdrowych posiłków dla swoich dzieci. Odbyły się również spotkania dietetyka z dziećmi (wszystkie grupy wiekowe), podczas których zachęcano do spożywania zdrowych posiłków.</p> <p>Ostatnim etapem projektu było przeprowadzenie konkursu na najlepsze menu pt. „Menu na zdrowo i wesoło”. Konkurs zakończył się wyłonieniem pięciu zwycięskich menu, ocenianych przez skład jury, w tym dietetyka, Panią Anetę Tomczak-Gorzelnia. Zdobywcy nagród otrzymali paczki z zawartością produktów adekwatnych do</p>

	<p>hasła projektu. Na koniec dzieci zaprezentowały krótki występ artystyczny pt. „Witaminki, witaminki”. W ciągu trwania projektu przedszkole wydało pięć pełnowartościowych czterodaniowych posiłków ułożonych przez dietetyka dla 139 dzieci.</p>
UZYSKANE EFEKTY	<ul style="list-style-type: none"> • wiedza na temat prawidłowego żywienia, • warsztaty pt. „Zdrowo i wesoło” umożliwiły przygotowanie zdrowych posiłków, które rodzice z łatwością mogą przygotować w domu, • spotkań ze specjalistą w dziedzinie zdrowego żywienia, podczas których zarówno rodzice jak i dzieci mieli okazję przekonać się do zdrowego i aktywnego trybu życia, • zastosowanie menu, jakie powstało w wyniku konkursu, • projekt dał możliwość zaoszczędzenia pieniędzy w budżecie rodziny, co stanowi dla rodziców kolejny argument na korzyść wprowadzania nawyku zastosowania zdrowej żywności, • nowe doświadczenia, jakie zdobyła kadra przedszkola w związku z praktyką włączania zdrowej żywności do menu, przełoży się na długotrwałą korzyść dzieci uczęszczających do naszej placówki.
OSOBA ODPOWIEDZALNA ZA WARTOŚĆ MERYTORYCZNĄ TEKSTU (imię i nazwisko, telefon, e-mail)	<p>Bożena Silska Katarzyna Michalak</p>

Wyrażam zgodę na zamieszczenie na stronie internetowej Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli w Zielonej Górze www.odn.zgora.pl informacji na temat przedstawionego przykładu dobrej praktyki. Oświadczam, że materiał został opracowany samodzielnie i nie narusza praw autorskich innych osób.



Przykładowy jadłospis –jemy smacznie, zdrowo i kolorowo.



Wszystko chętnie zjadamy, bo zdrowo się odżywiamy.



Pani dietetyk dzieli się wieloma ciekawostkami jak sprawić by posiłki były bardziej wartościowe i bogatsze, nie w puste kalorie, lecz cenne witaminy! Oczywiście pamiętając również o walorach estetycznych naszych posiłków.



Dla dzieci również ma wiele cennych porad i wiadomości dotyczących zdrowego stylu życia.



A dla najbardziej ambitnych i pilnych zdrowe i pyszne nagrody.