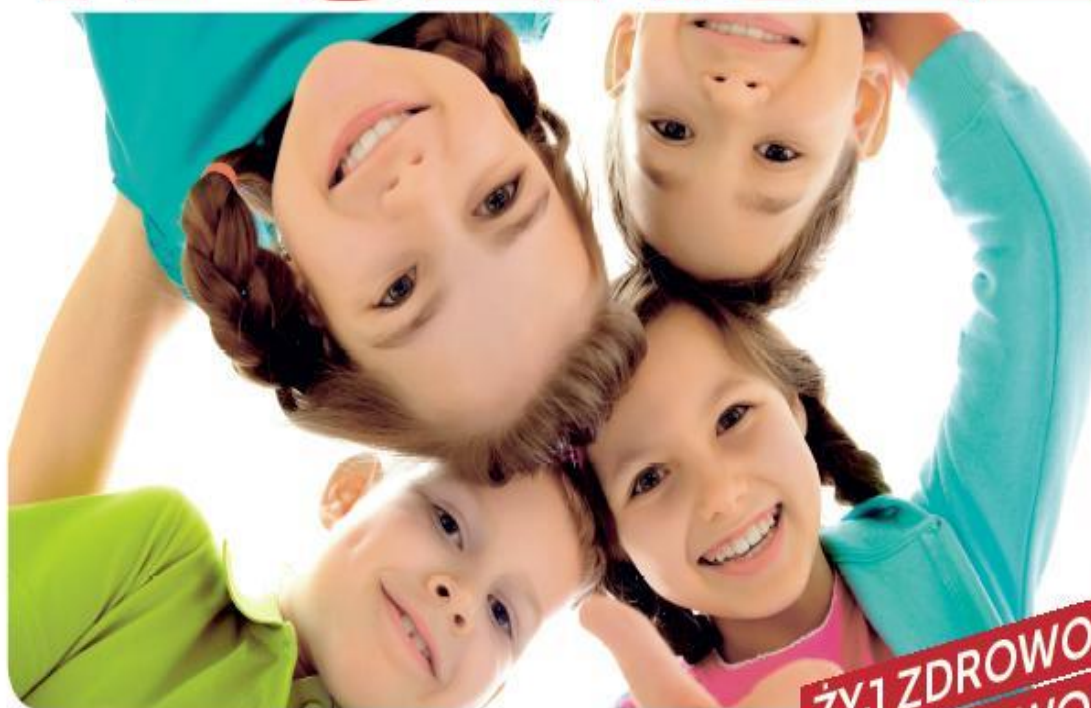




EUROPEJSKI PROGRAM

OWOCE I WARZYWA W SZKOLE



**ŻYJ ZDROWO,
BĘDZIE KOLOROWO!**

korzysta z dofinansowania z budżetu
Unii Europejskiej w ramach europejskiego
programu „Owoce i warzywa w szkole”



Agencja
Rynku
Rolnego



Program Europejski Owoce i Warzywa w Szkole w Zespole Szkolno Przedszkolnym im. Witolda Zglenickiego w Woli Kiełpińskiej.

Od roku szkolnego 2021/2022 programy Owoce i warzywa w szkole oraz Mleko w szkole zostały zastąpione nowym Programem dla szkół.

Nowy Program dla szkół promuje wśród dzieci zdrową dietę, bogatą w owoce i warzywa oraz produkty mleczne.

Jest adresowany do uczniów kl. I – V. W ramach nowego programu dzieci: otrzymują owoce i warzywa oraz produkty mleczne, biorą udział w działaniach edukacyjnych mających poprawić wiedzę uczniów na temat rolnictwa, pochodzenia żywności oraz zdrowych nawyków żywieniowych.

W naszej szkole w programie bierze udział 175 uczniów z klas 1-5. Uczniowie korzystają z dostarczanych produktów : owoców i warzyw oraz mlecznych produktów.

Dzieci spożywają mleko ,owoce i warzywa w klasie w obecności nauczyciela.

Mleko i owoce otrzymuje każde dziecko, którego rodzice zadeklarowali udział w programie.

Program "Owoce i warzywa w szkole"

Głównym celem programu Wspólnej Polityki Rolnej „Owoce i warzywa w szkole” jest trwała zmiana nawyków żywieniowych dzieci poprzez zwiększenie udziału owoców i warzyw w ich codziennej diecie oraz propagowanie zdrowego odżywiania poprzez działania towarzyszące o charakterze edukacyjnym. Dzieciom uczestniczącym w programie udostępnia się 2 razy w tygodniu świeże owoce i warzywa przygotowane do bezpośredniego spożycia, oraz soki.

Dzieci otrzymują jabłka, gruszki, truskawki, borówki amerykańskie, marchewkę, słodką paprykę, rzodkiewki, pomidorki i kalarepę oraz soki owocowe i warzywne. Każde dziecko uczestniczące w programie otrzymuje jednorazowo porcję składającą się z jednego produktu owocowego i jednego produktu warzywnego.

Owoce, warzywa oraz soki nie mogą zawierać dodatku tłuszczu, soli, cukru lub substancji słodzących.

W pierwszym semestrze w naszej szkole zostały zorganizowane:

W klasach 3a i 3b uczniowie wzięli udział w warsztatach kulinarnych poświęconym zdrowemu odżywianiu. Przeprowadzona była lekcja - Kolorowy świat warzyw i owoców oraz mleka. Połączony on był z lekcją, na której dzieci robiły salatkę i zdrowe kanapki.

Na zajęciach uczniowie dowiedzieli się jak korzystać z darów natury aby nasza dieta była urozmaicona w warzywa i owoce.







Uczniowie klas 1a i 1b brali udział w wycieczkach do pobliskiego sadu. Dowiedzieli się ile pracy sadownik musi włożyć aby wyhodować zdrowe i dorodne owoce. Jakie czynności pielęgnacyjne wiosną oraz w ciągu roku należy wykonać.



W świetlicy szkolnej uczniowie klas 1-3 brali udział w zajęciach pt .”Plony z sadu i ogrodu”. Dowiedzieli się jakie prace ogrodowe trzeba wykonać i jak dbać o nasze rośliny aby przynosiły plony.



Wykonali pacynki z kolb kukurydzy.





Marzec to początek wiosny. Na zajęciach dla uczniów klas 1-3 ,obserwowaliśmy zmiany zachodzące w przyrodzie. Rozmawialiśmy o marcowej pogodzie oraz jak ważne jest odpowiednie odżywianie.

Dzieci tworzyły prace plastyczne „Wiosna” –różne techniki malarskie.

Prowadziliśmy zajęcia dla klas 4-5 promujące zdrowe odżywianie połączone z degustacją. Zachęcaliśmy do spożywania przetworów mlecznych oraz warzyw i owoców.





Klasa 3a i b w ramach programu owoce i warzywa w tym roku szkolnym, na zajęciach lekcyjnych robiła :

- salatkę owocową i warzywną**
- kolorowe kanapki**
- komiks owocowy**
- piramida zdrowia**
- pogadanka na temat spożywania warzyw i owoców.**



Dbaliśmy o gazetki tematyczne na korytarzach szkolnych, związane ze zdrowym odżywianiem oraz promocją programu Owoce i Warzywa w Szkole. O tematykę i estetykę gazetek szkolnych dbali uczniowie kl 5a i 5b.

Gazetki szkolne.



