

## Pomen hrane in gibanja za celoten razvoj osnovnošolcev

Vesna Celcer

MEDNARODNA KONFERENCA  
"PREHRANA, GIBANJE IN ZDRAVJE"  
RADENCI, 9. MAJ 2019

Radenci



## Zdravje

- Zdravje - vrednota
- Vloga učiteljev
- Družina
- Dejavniki zdravja



## Športni dan

- Športniki, zdravstveni delavci.
- Šolski radio, gimnastične vaje v telovadnici in hodniku.
- Predstavitev različnih vrst športa, praktične vaje, izdelava plakatov.
- Orientacijski pohod.

## Gimnastične vaje, športniki



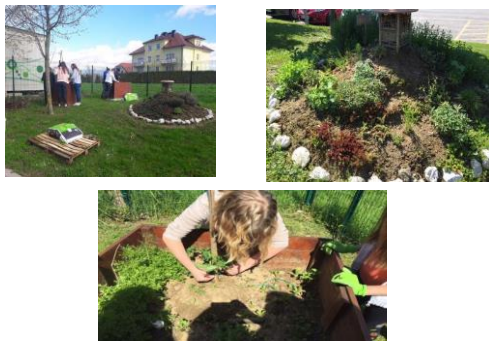
## Zdrava prehrana in odnos do hrane

- Zdrava hrana vpliva na zdravje (raznovidna, iz domačega okolja,....).
- Zavržena hrana (moralno - socialni vidik, poraba naravnih virov, obremenjevanje okolja).

## Tehniški dan

- 16.11.2018
- Šolski radio, predavanje o zdravi prehrani, lokalna samooskrba, problem zavržene hrane, tradicionalni zajtrk.
- Delavnica  
(izdelava slastnega, zdravega obroka iz ostankov zajtrka in pripravljenih sestavin - izdelava aranžmaja za praznično mizo, izdelava bontona o hranjenju, zmanjševanje količin zavržene hrane, intervju s kuharjem, akcija zbiranja hrane).

## Šolski vrt



## Zdrava prehrana



## Zavržena hrana



## Izdelava aranžmaja za praznično mizo



## Bonton o hranjenju



## Intervju s kuharjem

- Na dan zavržemo 10 litrov hrane, tedensko odpeljejo 170 kg ostankov hrane.
- Med ostanki hrane je največ zelenjavnih in polnozrnatih jedi.

## Akcija zbiranja hrane



## Zaključek

- Predstavljene dejavnosti spodbujajo zdrav način življenja učencev in učenk.
- Odgovornost učiteljev, družine, države.

