

SZKOLNY KONKURS
O ZDROWYM ODŻYWIANIU
„KOLORWE PUDEŁKO”

REGULAMIN SZKOLNEGO KONKURSU „KOLORWE PUDEŁKO”

IDEA KONKURSU:

W ramach Europejskiego Dnia Zdrowego Śniadania zachęcamy do wzięcia udziału w szkolnym konkursie.

CELE KONKURSU:

Popularyzowanie wśród młodzieży szkolnej wiedzy na temat zdrowego odżywiania się racjonalnego wykorzystywania produktów. Promowanie zdrowego odżywiania wśród dzieci i młodzieży.

TEMATYKA KONKURSU:

- ♣ Zasady zdrowego odżywiania
- ♣ Piramida zdrowego żywienia
- ♣ Antyoksydanty w warzywach i owocach – korzyści dla zdrowia.
- ♣ Produkty częściowo przetworzone
- ♣ Planowanie jadłospisu zgodnie z zasadami prawidłowego żywienia
- ♣ Żywność a postępy w nauce

ADRESACI KONKURSU:

- ♣ Konkurs przeznaczony jest dla uczniów klas IV-VI Szkoły Podstawowej nr 39 w Lublinie.

PRZEBIEG KONKURSU:

- ♣ Konkurs ma formę praktyczną.
- ♣ Uczniowie przez pięć dni przygotowują zdrowe śniadanie w pudełku (śniadaniówce), w którym umieszczą zbilansowane produkty żywieniowe.
- ♣ Uczestnicy konkursu wykonują zdrowe śniadanie w pudełku przez pięć dni w terminie 20-24.11.2023 r. Dodatkowo podczas długiej przerwy śniadaniowej promują wśród rówieśników swoje zdrowe śniadanie w pudełku.
- ♣ Zadaniem uczestników konkursu jest wykonanie fotografii śniadania w pudełku i utworzenia fotoalbumu. W fotoalbumie należy zamieścić przepis na zdrowe śniadanie w pudełku, które można zabrać do szkoły.
- ♣ Uczestnicy dostarczają fotoalbumy do dnia 27.11.2023 r.

TERMINARZ:

- ♣ Zgłoszenie udziału w konkursie **17.11.2023 r.**
- ♣ Praktyczny przebieg konkursu w szkole: **20-24.11.2023 r.**
- ♣ Dostarczenie fotoalbumu wraz z przepisami do **27.11.2023 r.**
- ♣ Ogłoszenie wyników konkursu: **01.12.2023 r.**

OCENA I NAGRODY:

- ♣ Dla każdego uczestnika konkursu zostaną przyznane dyplomy udziału.
- ♣ Dla zwycięzców przewidziane są skromne nagrody rzeczowe.

ORGANIZATORZY:

Pani Magdalena Frajnt (nauczyciel biologii i chemii)

Pani Weronika Stępniaak (nauczyciel przyrody i geografii)