

Piramida Zdrowego Żywienia



W ramach naszej kampanii promującej zdrowe odżywianie, **dnia 27 listopada 2014 r. na 6 godz.** **lekcyjnej** odbyło się pierwsze spotkanie tematyczne pt. „*Piramida Zdrowego Żywienia*”.

W zajęciach wzięli udział uczniowie **oddziałów 1b i 1e**, zaś spotkanie poprowadzili członkowie zespołu projektowego „**Pod Gwiazdami**” i

nauczyciele realizujący projekt „**Trzymaj formę!**”.

W trakcie spotkania uczniom zaprezentowano podstawowe elementy zdrowego żywienia w postaci sześciopoziomowej **piramidy zdrowego żywienia**

. W ramach zajęć praktycznych, uczniowie mieli za zadanie ułożyć **przykładowe jadłospisy**

, które byłyby realizacją założeń zdrowego odżywiania wpisanych w piramidę zdrowego żywienia. Wszystkie grupy bardzo dobrze poradziły sobie z tym zadaniem, co rokuje na zaszczepienie w uczestnikach spotkania nawyków zdrowego odżywiania.

Zgodnie z obietnicą, zamieszczamy poniżej link do testu **on line**, który jest zarazem konkursem oraz uzupełnieniem materiału ze spotkania pt. „

Piramida Zdrowego Żywienia”

. Wszystkim dziękujemy za udział w naszej kampanii!

[TEST on line](#)

A jak oceniasz spotkanie w którym uczestniczyłeś/aś? Czy uważasz, że były to ciekawe zajęcia, czy może to tylko strata czasu? W tej kwestii możesz udzielić opinii, uzupełniając poniższą ankietę dotyczącą przebiegu spotkania dotyczącego zdrowego żywienia.

[ANKIETA](#)

