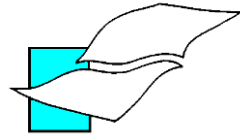




uživajmo v zdravju  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



## OSNOVNA ŠOLA BISTRICA OB SOTLI

### NARAVOSLOVNI DAN 4. razred

#### SE PREHRANJUJEM ZDRAVO?

Naravoslovni dan z diseminacijo

Pri pripravi naravoslovnega dne *Se prehranjujem zdravo?* sem izbrala najprimernejši recept za pripravo zajtrka. Izvedla sem raziskavo o priljubljeni hrani in pijači učencev 4. razreda.

Na naravoslovnem dnevu smo dosegli naslednje cilje:

Učenci:

- opišejo, kakšen pomen ima hrana za človeka.
- spoznajo pomen vsakodnevnega zajtrkovanja.
- si pripravijo obrok, primeren za zdrav, uravnotežen zajtrk.
- beležijo število zaužitih zajtrkov.
- spoznajo vrste hrane.
- seznanijo se z načeli zdravega prehranjevanja.
- izvedejo raziskavo količine sladkorja v živilih, ki jih jedo in pijejo.
- zavedajo se pomena uživanja hrane in pijače z manj sladkorja.

Sledilo je analiziranje in priprava na predstavitev izsledkov raziskave o količini sladkorja na prireditvi Kozjansko jabolko.

Analizirali smo tudi število zaužitih zajtrkov v enomesečnem obdobju in postavili načrt za izboljšanje stanja v prihodnje.



nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenica

