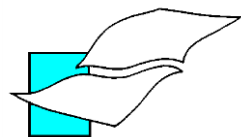




uživajmo v zdravju  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



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



## OSNOVNA ŠOLA BISTRICA OB SOTLI

### NARAVOSLOVNI DAN 3. razred

V tretjem razredu sem najprej izvedla kratko anketo o prehranjevalnih navadah učencev. Ugotovila sem, da v večini ne zajtrkujejo in uživajo samo eno vrsto sadja na dan (še to ne vsi). Nato smo izvedli naravoslovni dan, kjer smo najprej spregovorili o pomenu zajtrka in sestavljali so vsak svoj najljubši zajtrk. Nato so spoznali različno sadje in ga razvrstili na pet barvni krožnik. Izdelali so si sadno nabodalo, in pri tem upoštevali raznolikost sadja, ga pojedli za malico. V drugem delu smo govorili o sladkorju. Igrali smo se sladkorne detektive. Najprej so samostojno ocenili količino sladkorja v posameznih živilih in pijači, nato pa so pripravljene kocke razvrščali k posameznim živilom in na koncu primerjali postavitve s slikami, kjer so bile že izračunane vrednosti sladkorja. Ugotovili so, da so se pogosto zmotili, saj so mislili, da živilo vsebuje manj sladkornih kock. Za domačo nalogo so en teden spremljali, koliko sadja so pojedli.



nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenica

