

Putování za zdravým jídlem v Karlovarském kraji

Na závěr školního roku se podařilo pracovnícům KHS Karlovarského kraje zrealizovat pilotní projekt primární prevence v rámci programu HOP (Hravě o prevenci) s názvem „Putování za zdravým jídlem“, který již dlouhodobě v rámci podpory zdraví probíhá v Ústeckém kraji pod záštitou Zdravotního ústavu se sídlem v Ústí nad Labem.



Do pilotního projektu se zapojili žáci pátých ročníků ze Základní školy Karlovy Vary, Truhlářská 19. Cílem projektu bylo zlepšit znalosti dětí mladšího věku o správné výživě a motivovat je ke zdravému životnímu stylu. Formou skupinové soutěžní hry se žáci během dvouhodinového bloku seznámili s výživovou pyramidou, se zdravými prospěšnými i nevhodnými potravinami, se sestavením vhodného a pestrého jídelníčku na celý den a s riziky spojenými s jídelním chováním. Žáci v průběhu svého „putování“

získávali za správné odpovědi a provedené úkoly body. Po závěrečném přepočítání bodů sice zvítězil pouze jeden tým, ale za podané výkony si odměnu zasloužili všichni.

Akcí byli nadšeni nejen všichni žáci, což vyplynulo z vyplněných dotazníků, ale i vedení školy s paní ředitelkou Mgr. Hanou Janischovou, která si projekt objednala i na příští školní rok pro celou cílovou skupinu dětí, tj. pro třetí až pátý ročník základní školy.



„Děti se naučily sestavovat kaloricky vyvážený jídelníček, který odpovídá jejich věku. Hlavním přínosem pro ně byly názorné pomůcky, diskuse s lektorkami. Všichni zúčastnění kladně hodnotili zpětnou vazbu a ochotu zodpovědět jakýkoli jejich dotaz,“ shrnula zajímavé dopoledne Lenka Buřičová, třídní učitelka třídy 5.B., jedné ze dvou tříd, v níž se pilotní projekt realizoval.

Vypracovala dne 16.6.2017

Jana Háčková

Tisková mluvčí