

Czas kolorowych talerzy - gra planszowa

W ramach akcji o zdrowym żywieniu Czas kolorowych talerzy, stworzyliśmy w świetlicy grę planszową. Była to świetna okazja by porozmawiać o tym, dlaczego ważne są zróżnicowane posiłki, przypomnieliśmy sobie zasady zdrowego żywienia, oraz porozmawialiśmy o konsekwencjach nadmiernego jedzenia słodkości, niezdrowych przekąsek i fast foodów. Dzieci w świetlicy zawsze pamiętają o drugim śniadaniu, a zdecydowana większość dostaje od rodziców do szkoły zdrowe przekąski - owoce, warzywa, soki owocowe, produkty pełnoziarniste, zdrowe słodycze. Na naszej planszy do gry znajdziecie miejsca, które są podsumowaniem rozmów o zdrowym jedzeniu. Są pola, na których za promowanie zdrowych nawyków otrzymujemy gratyfikacje, ale gdy się zapomnimy i zjemy np. za dużo cukierków, tracimy kolejkę. Gra jest prosta i bardzo przyjemna.

Monika Kwiatkowska

Galeria



