

# Zdrowo jem, więcej wiem!

## KONKURSY

### NAJCIEKAWSZA ŁAMIGŁÓWKA PROMUJĄCA JEDZENIE WARZYW I OWOCÓW

Owoce i warzywa mają tak wielką wartość odżywczą, że nie można ich pominąć w codziennej diecie. Zawierają składniki odżywcze i substancje o działaniu leczniczym, dlatego ich jedzenie jest jednym z najskuteczniejszych sposobów zapobiegania chorobom, a nawet ich leczenia. Przyjmuje się, że codziennie powinniśmy zjadać co najmniej 5 porcji warzyw i owoców (3 porcje warzyw, 2 porcje owoców).

Zadaniem uczniów jest stworzenie łamigłówek (krzyżówki, rebusy, wykreślanki, itp.) promujących jedzenie warzyw i owoców. Nauczyciel dzieli dzieci na grupy 2-4 osobowe. Każda grupa opracowuje swoją łamigłóvkę. Drogą głosowania odbywa się wybór najlepszej łamigłóvkki. Każdy uczeń może oddać tylko jeden głos. W przypadku remisu należy przeprowadzić dodatkowe głosowanie. Nauczyciel ogłasza, która łamigłóvkka otrzymała najwięcej głosów. Łamigłóvkki powinny być wyeksponowane na korytarzu szkolnym, aby odbiorcami przedstawionych w nich haseł i pomysłów mogły być również inne dzieci. Łamigłóvkka, która otrzymała w wyniku głosowania dzieci najwyższą notę, powinna wisieć najdłużej (nawet do końca roku).