

„Répa, retek, mogyoró - egészségesen enni jó!”

Egészséges táplálkozás alapjainak megismertetése az alsó tagozaton

Fő cél, hogy a gyermekek megismerjék és megkedveljék az egészséges élelmiszereket, valamint az egészséges ételkészítés alapjait. Általános elvárás, hogy a tanulók gondolkodjanak el arról, amit az egészséges táplálkozásról tanulnak, és azt hasznosan be tudják építeni saját életmódjukba, étkezésükbe. Az információfeldolgozás olyan módjait kell alkalmazni ahol nem csupán az ismeretek elméleti elsajátítása történik, hanem a közös csoportmunka, gyakorlati feladatok, foglalkozás, pl. közös ételkészítés során formálódik a gyermekek egészség magatartása, tudatos táplálkozása.

