



Дом ученика средњих школа Крагујевац

ПЛАН РАДА

НУТРИЦИОНИСТЧКОГ КЛУБА

ШКОЛСКА 2018/2019. година

Крагујевац, септембар, 2018. године

Циљ: Значај храћивих, енергетско богатих и разноврсних намирница, загарантован правилан раст и развој младих уз физичку активност и духовна сазнања, превентива последица неправилне исхране.

Циљ и задаци	Садржај-активности	Носиоци	Динамика
уознавање ученика и упућивање на принципе здраве исхране, значај коришћења здравих намирница за доба адолесцената	пирамида исхране, анкета о исхрани, „исхрана је здравље“ (групна активност), практично – воћна салата и домаћи хлеб	васпитачи, педагог, ученици	октобар
уознавање са другим стиловина исхране, њихове предности али и недостаци	врсте исхране, практично - вегетаријанска исхрана	васпитачи, педагог, ученици	новембар
учење о новом начину живота, могућностима примене у домским условима, предности оваквог начина живљења	хроно исхрана практично – хроно оброк	васпитачи, педагог, ученици	децембар
уознавање са методама и техникама чишћења организма и њихова практична примена	детоксикација, израчунавање ИТМ	васпитачи, педагог, ученици	јануар
стицање нових сазнања	правилан раст и развој адолесцената	тим лекара Института за јавно здравље	фебруар

едукација о поремећајима исхране, развијање осећаја бриге и одговорности за свој организам	поремећаји исхране	васпитачи, педагог, ученици	март
примена стечених знања и вештина	предлог плана за здрав живот (исхрана, физичка активност, сан...)	васпитачи, педагог, ученици	април
примена стечених знања и умења	израда предлога јеловника	васпитачи, педагог, ученици	мај

Нутриционистички клуб радиће у клубу ученика.

Руководиоци,

Биљана Перовић

Иванка Крајишник

Машан Ђаловић

Радојка Крсмановић