

Нутриционистички клуб

Циљ: Значај храњивих, енергетско богатих и разноврсних намирница, загарантован правилан раст и развој младих уз физичку активност и духовна сазнања, превентива последица неправилне исхране. Нутриционистички клуб радиће у клубу ученика.

Циљ и задаци	Садржај-активности	Носиоци	Динамика
уознавање ученика и упућивање на принципе здраве исхране, значај коришћења здравих намирница за доба адолесцената, едукација о поремећајима исхране, развијање осећаја бриге и одговорности за свој организам	- пирамида исхране, врсте исхране; (групна активност), практично – воћна салата и домаћи хлеб, обележавање Светског Дана хлеба; - посета Шумадија сајму – Сајам здравља	васпитачи, ученици	октобар
уознавање са интернационалним кухињама, занимљивости; уознавање са дијабетесом као последицом нездраве исхране	- грчко – турска кухиња , презентација, практично - припрема неких од традиционалних грчких и турских јела; - обележавање Светског дана дијабетеса; предавање ендокринолога	васпитачи, ученици	новембар
учење о новом начину живота, могућностима примене у домским условима, предности оваквог начина живљења	пост, практично- посни оброк	васпитачи, ученици	децембар
уознавање са методама и техникама чишћења организма и њихова практична примена	детоксикација, израчунавање ИТМ	васпитачи, ученици	јануар
стицање нових сазнања	- правилан раст и развој адолесцената; - обележавање Дана палачинки, практично – прављење домаћих и америчких палачинки	тим лекара Института за јавно здравље, васпитачи, ученици	фебруар
уознавање са интернационалном кухињом, занимљивости	кинеска кухиња , презентација, практично- припрема неких од традиционалних кинеских јела	васпитачи, ученици	март
едукација о поремећајима исхране, развијање осећаја бриге и одговорности за свој организам примена стечених знања и вештина	поремећаји исхране; предлог плана за здрав живот (исхрана, физичка активност, сан...)	васпитачи, ученици	април
примена стечених знања и умења	израда предлога јеловника	васпитачи, ученици	мај
размена стечених знања и умења	израда крофни	васпитачи, ученици	јун