

## **„Śniadanie daje moc”**

Wpisany przez Wyrwa Małgorzata  
niedziela, 16 listopada 2014 17:10

---

### **„ŚNIADANIE DAJE MOC”**

Śniadanie to najważniejszy posiłek dnia. Dzięki niemu dzieci mają energię do nauki, lepiej koncentrują się na lekcji, mają siłę do zabawy. To najlepszy start na nowy dzień!

Z tej okazji w piątek 7 listopada 2014r. Publiczna Szkoła Podstawowa nr 3 w Strzegomiu włączyła się w Ogólnopolską Akcję „Śniadanie Daje Moc”. Tego dnia najmłodsze dzieci z naszej szkoły z klasy 0, I, II oraz III samodzielnie przygotowały swoje śniadanie. Wiele radości sprawiło dzieciom przygotowanie swojego stanowiska pracy. Dopełnieniem całości była piękna dekoracja, która również promowała zdrowe odżywianie. Wprowadzeniem do śniadania była prelekcja pt. „Mięso, jaja czy ryby- możesz wybierać” oraz zapoznanie z Piramidą Zdrowego Żywienia. Omawiając szóstą zasadę zdrowego odżywiania dzieci uczyły się jak ważne jest w diecie człowieka białko zwierzęce, oraz poznały produkty w których ono występuje. Po spożyciu pełnowartościowego posiłku uczniowie przystąpili do nauki.

mgr Agnieszka Lubera