



## Putování Zdravíkovem – projekt Zdraví do škol

Děti z 1.A a 1.B ZŠ Častolovice absolvovaly v posledním čtvrtletí školního roku celkem šest putování městečkem Zdravíkov, ve kterých se interaktivní formou za pomoci vlastních rukou jako návodu seznamovaly se základy zdravého životního stylu.

Putováním je provázela lektorka Andrea Horáková a pohádkové postavy, Zdravouš, Zdravěnka, děda Ručička, babička Studánková a další. Společně navštívily všechny ulice městečka a podívaly se také do vesnice Semtamovice.



Zábavnou formou se děti dozvídaly o správném složení stravy, zkoušely připravit zdravé nápoje, ovocné pohoštění, sladké i slané svačinky, zkusily si nakoupit suroviny a sestavit z nich jídelníček na celý den a zábavnou formou zapojily do zdravého životního stylu také sport.

Mezi jednotlivými lekcemi plnily děti zadání úkolů doma nebo ve škole, nad zdravým životním stylem a případnou změnou stravovacích návyků se tak mohly zamyslet i společně se svými rodiči. Na závěr celého projektu si za odměnu odnesly domů vlastní prostírání, které si v průběhu projektu částečně vyrobily samy.



Lektorka spolku Zdraví do škol:

**Bc. Andrea Horáková**



Sponzor a partneři projektu:

