SZKOLNY KONKURS

"DZIEN ZDROWEJ ZYWNOSCI"

**w ramach programów**

**„ Żyj smacznie i zdrowo”**

**oraz „ Trzymaj formę”**

**Regulamin konkursu:**

1. Organizatorzy:

* Agnieszka Nowak
* Natalia Rogowska

1. Uczestnicy konkursu:

* uczniowie wszystkich klas Zespołu Szkół w Biczycach Dolnych, wraz z oddziałem przedszkolnym

1. Cele konkursu:
   * edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród dzieci i młodzieży szkolnej poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety;
   * trwała zmiana nawyków żywieniowych dzieci poprzez zwiększenie udziału owoców i warzyw w ich codziennej diecie oraz propagowanie zdrowego odżywiania poprzez działania towarzyszące o charakterze edukacyjnym;
   * stworzenie wśród dzieci i młodzieży mody na zdrowy sposób odżywiania;
   * ukazanie dzieciom i młodzieży sposobów wykorzystania owoców i warzyw dla urozmaicenia codziennego jadłospisu.
2. Termin konkursu: 23 marca 2017r. (czwartek)
3. Przebieg konkursu:

Zadaniem każdego zespołu klasowego jest przygotowanie zdrowych potraw (sałatki, przekąski, kanapki, desery, napoje i in.) oraz prezentacja ich na swoim stoisku klasowym.

Jedna z potraw powinna być przygotowana na podstawie dowolnego przepisu dostępnego na stronie www.zyjsmacznieizdrowo.pl z dowolnej edycji programu. Przepisy znajdują się na stronie www.zyjsmacznieizdrowo.pl w zakładce „Zdrowe treści” dalej „Przepisy”. Przygotowanie potrawy powinno być udokumentowane zdjęciami lub krótkim filmem.

Wydarzenie ma charakter integracyjny - do aktywnego udziału zaproszeni również rodzice dzieci wszystkich klas.

Skład komisji oceniającej:

Komisja ustalona będzie w późniejszym terminie

Komisja przydziela punkty każdej klasie według następujących kryteriów:

* Walory zdrowotne (dobór zdrowych składników)
* Różnorodność, oryginalność menu
* Smakowitość
* Wykonanie dania z przepisu na stronie www.zyjsmacznieizdrowo.pl
* Estetyka (zachowanie proporcji, sposób serwowania, pomysł na prezentacje, wrażenie ogólne)

1. Nagrody:

Za zdobycie pierwszego miejsca - wycieczka klasowa na ściankę wspinaczkową do klubu Boulder Zone w Nowym Sączu.