SZKOLNY KONKURS

"DZIEN ZDROWEJ ZYWNOSCI"

**w ramach programu „ Trzymaj formę”**

**Regulamin konkursu:**

1. Organizator:

* Agnieszka Nowak

1. Uczestnicy konkursu:

* uczniowie klas 0-III, IV-VIII SP oraz III gimnazjum Szkoły Podstawowej w Biczycach Dolnych wraz z rodzicami….. Potrawy uczniowie przygotowują wspólnie z dziećmi.

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.
   * Uczenie się i podpatrywanie od rodziców jak przygotowywać zdrowe posiłki.
2. Termin konkursu: 11 października 2018r. (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. Każda potrawa powinna zawierać krótki opis, co to za potrawa.

Dodatkowo każda klasa przygotowuje własną prezentację wizualną potrawy na temat „zdrowe śniadanie przed sprawdzianem , klasówką w szkole”. Wybrani uczniowie (2)/uczeń powinni tą prezentację krótko przedstawić komisji. Opis śniadania może być na kartce, a może być w formie filmiku na you tube przygotowanego przez uczestnika.

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

Skład komisji oceniającej:

* + - * Dyrektor przedszkola Bajkowa kraina
      * Bernard Stawiarski
      * Radosław Potoczek
      * Przedstawiciel Stołówki Gminy Chełmiec

Komisja przydziela punkty każdej klasie według następujących kryteriów:

* Walory zdrowotne (dobór zdrowych składników)
* Różnorodność, oryginalność menu
* Smakowitość
* Prezentacja
* Estetyka (zachowanie proporcji, sposób serwowania, pomysł na prezentacje, wrażenie ogólne)

1. Nagrody:

W konkursie zostaną nagrodzone **trzy miejsca.**

Wygrane **trzy klasy** mogą **wybrać** nagrodę z poniższych pięciu propozycji. Kolejność wyboru - zaczynając od pierwszego miejsca:

1. wyjazd klasowy na ściankę wspinaczkową do klubu Boulder Zone w Nowym Sączu + 3 dni w szkole bez pytania, sprawdzianów i kartkówek
2. wyjazd klasowy na ściankę wspinaczkową do klubu Boulder Zone w Nowym Sączu + 1 dzień w szkole bez pytania, sprawdzianów i kartkówek + 100 zł.
3. wyjazd klasowy na ściankę wspinaczkową do klubu Boulder Zone w Nowym Sączu + 2 dni w szkole bez pytania, sprawdzianów i kartkówek
4. wyjazd klasowy na ściankę wspinaczkową do klubu Boulder Zone w Nowym Sączu + 50 zł.
5. wyjazd klasowy na ściankę wspinaczkową do klubu Boulder Zone w Nowym Sączu + 50 zł.