

# EDUKACE DĚTÍ V MATEŘSKÝCH ŠKOLÁCH – projekt KHS MSK

- výchovný program pro děti zaměřený na správnou výživu a pohyb

Cíl projektu:

- zábavnou a dětem srozumitelnou formou představit výhody správné výživy a pohybu
- zopakovat zásady hygienického chování při jídle (mytí rukou)
- prevence možných otrav z látek/prostředků, se kterými mohou děti přijít v domácnosti do styku

# Realizace projektu ve šk.roce 2016/2017

Pracovníci KHS navštívili s projektem v průběhu školního roku 2016/2017 těchto 12 MŠ v MSK:

## Nový Jičín

MŠ Montessori, Revoluční  
MŠ Máj, Karla Čapka

## Karviná

MŠ Čajkovička  
MŠ Školská

## Ostrava

MŠ Zdraví, Na Nivách, O. Zábřeh  
MŠ Stanislavského, O. Svinov  
MŠ Špálova, O. Přívoz  
MŠ Na Jízdárně, O. Výškovice  
MŠ Staňkova, O. Výškovice

## Frýdek Místek

MŠ Sněženka, Josefa Lady

## Bruntál

MŠ Pionýrská

## Opava

MŠ Křesťanská, Mnišská

# HRA NA ZDRAVÝ SEMAFOR



Učí děti rozlišovat vhodné, méně vhodné a zakázané potraviny a látky, slouží také k prevenci otrav. Hrou děti provází „Chytrý semafor“



a

„Barvičky“  
zelená, oranžová  
a červená.



# VÍŠ, CO JÍŠ?

Cílem hry je  
prozkoumat  
organoleptické  
vlastnosti  
potravin pomocí  
smyslů - hmatu,  
čichu a chutě.

Před  
ochutnáváním si  
jako správní  
znalci děti musí  
umýt ruce  
s básničkou:

To jsou prsty, to jsou dlaně,  
mýdlo s vodou patří na ně.  
A po mýdle dobré jídlo  
a po jídle zase mýdlo.



# VÍŠ, CO JÍŠ A JAK TO SPÁLÍŠ?



Dětem je vysvětlen příjem a výdej energie z potravin.

Je jim představeno, co musí udělat za pohyb a kolikrát, aby jejich tělo spotřebovalo energii, kterou přijalo z konkrétních potravin.





# ZDRAVÝ BAR



Jako odměna za aktivní účast je pro všechny děti připraven lákavý bar, který tvoří ovoce a jeho méně známe druhy (karambola, mochyně peruánská, maracuja, granátové jablko) a zelenina.



# ODMĚNA

MŠ také obdrží účastnický diplom, propagační předměty s logem KHS MSK (pastelky, pexeso, balónky, reflexní medvídky apod.) a zdravotně výchovné materiály.

