

Učitelj jutranjega varstva Tomislav Korošec

JUTRANJE VARSTVO, 4.teden

14. 4. 2020 – 17. 4. 2020

## ZDRAVO ŽIVLJENJE

- urijo se v različnih likovnih tehnikah
- se zavedajo pomena zdravega življenja
- poznajo pravilno prehranjevanje, gibanje...
- izdelajo jedilnik zdrave prehrane
- branje knjig o zdravi prehrani

**Spoštovani starši, smo v izredni situaciji. Take še ni bilo v modernem svetu, kljub temu ne smemo pozabiti na naše najmlajše. V šoli bi jim v tem tednu pri jutranjem varstvu govorili o zdravi prehrani in gibanju.**

Čeprav smo doma je treba otrokom omogočiti gibanje na prostem, če imate za to dovolj prostora in ni kontakta z drugimi. Lahko pa izvajate kake vaje tudi notri.

Tudi na prehranjevanje ne pozabite.

Vem, da mnogi to veste iz izkušenj in boste otrokom znali lepo razložiti, da ne smemo vedno jesti samo tisto kar nam leži(paše). Paziti moramo na uravnovešeno in zdravo prehrano.

Za pomoč sem dal link, siguren sem pa, da boste našli še kaj zanimivega tudi sami.

**Pojdite na link spodaj in si ga z otrokom oglejte in otroku povejte kaj je za njega prav in kaj ne.**

[https://prehrana.si/moja-prehrana/odrasli?gclid=Cj0KCQjwj7v0BRDOARIsAGh37ioPUxMdbFsAfs5Fatocv0fXzGDI6\\_8a9UITrNlgYktYMHMtpMvDKnlaAjT6EALw\\_wcB](https://prehrana.si/moja-prehrana/odrasli?gclid=Cj0KCQjwj7v0BRDOARIsAGh37ioPUxMdbFsAfs5Fatocv0fXzGDI6_8a9UITrNlgYktYMHMtpMvDKnlaAjT6EALw_wcB)

Za gibanje pa imate na spletni strani šole dovolj nasvetov.

Kako sliko pravilnega prehranjevanja rekreacije naj tudi narišejo.

*Po možnosti likovni izdelek fotografirajte s telefonom in pošljite učitelju Tomislavu na spodnji naslov. Ne bodite preveč kritični, to so otroški izdelki in take tudi pričakujemo. Pohvalite jih in spodbujajte.*

[tomo.korosec765@gmail.com](mailto:tomo.korosec765@gmail.com)

Priloga

Prehranska piramida

Pazimo na naše otroke, saj so naš največji zaklad.