



Str. Ștefan cel Mare nr. 23, Hîrlău, Jud. Iași
Tel: /Fax: +40 (0)232 720 467/ 232 722 433
E-mail: scoalapetruraresh@yahoo.com

Nr. 2215/ 10.06.2024

MĂSURI EDUCATIVE care însoțesc distribuția de fructe (mere),

fără solicitarea ajutorului financiar FEAGA, în cadrul Programului pentru școli al României,

anul școlar 2023 – 2024

COD UNIC APIA:

- Tema activităților desfășurate: **FRUCTELE ȘI LEGUMELE –IZVOR DE SĂNĂTATE**

- Data desfășurării activităților: **27-31 .05 2024**

- Număr preșcolari beneficiari: 0

- Număr elevi din ciclul primar beneficiari: 483

- Număr elevi din ciclul gimnazial beneficiari: 310

- Număr total preșcolari/elevi beneficiari: 793

(Notă: Participă toți preșcolarii/elevii înscriși, care beneficiază de acordarea gratuită de fructe-mere)

- Ora în cadrul căreia s-au desfășurat activitățile:

☐ ora de educație pentru sănătate;

☐ ora de dirigenție; ☐

ora de biologie;

☒ altele

Activități efectuate pentru realizarea de măsuri educative aferente distribuției de fructe (mere)

☒ Realizarea de materiale în concordanță cu tema – desene, picturi, decupaje, slide-uri, ghicitori, rebusuri, fluturași cu informații legate de temă, inclusiv concursuri;

- „Mărul delicios, ,- realizarea din materiale reciclabile a machetei;
- „Nouă ne plac fructele și legumele! – desenăm și decupăm ;
- „ Fructele și legumele prind viață,, - pictură;
- „ Fructe și legume însuflețite” - prindem în horă fructe colorate și parfumate;
- „ Caracterizarea senzorială a legumelor și fructelor”;
- „Ghici ce fruct /legumă e ... - recunoaștere după gust și miros;
- Concurs de ghicitori , „Ghici ce e...;

Activitățile propuse au fost susținute de către : Prof. inv.primar: Crețu Maria

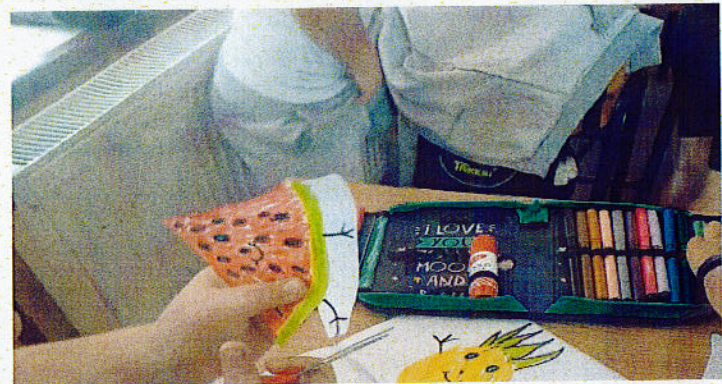
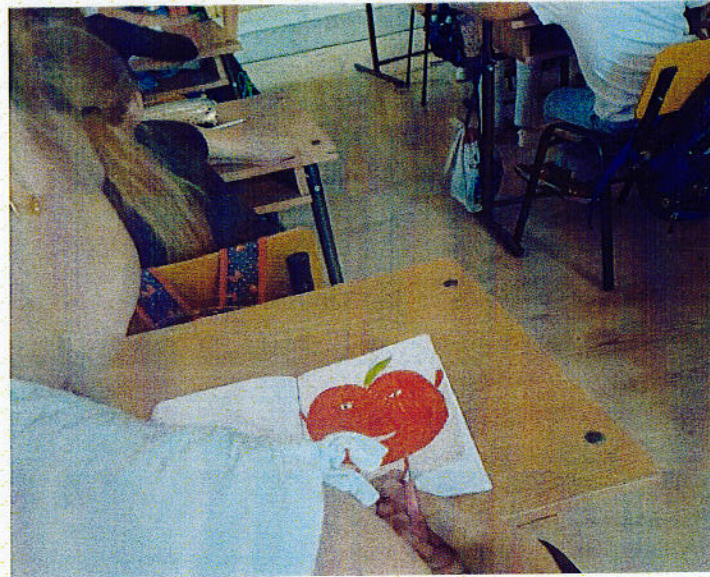
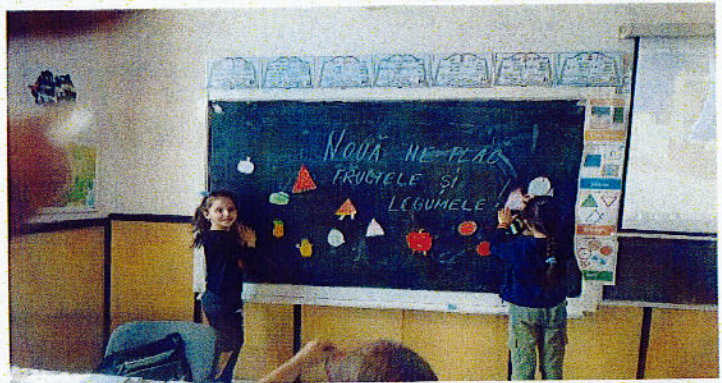
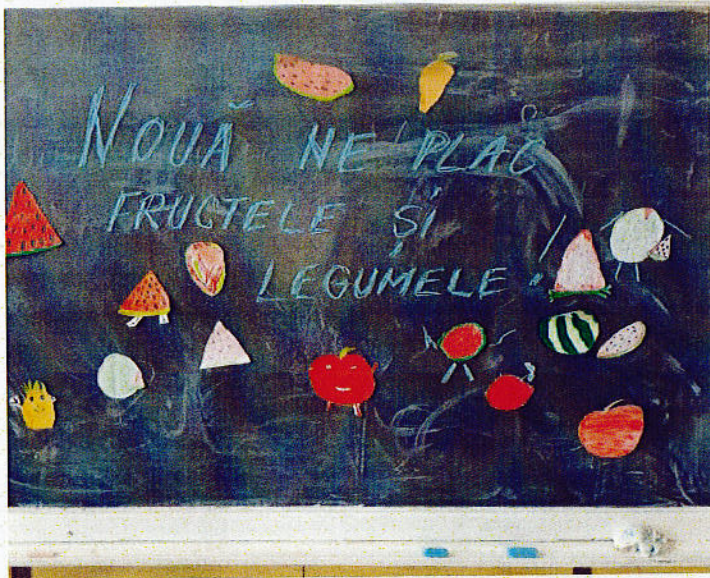
Prof. inv.primar: Dîrvariu Mariana

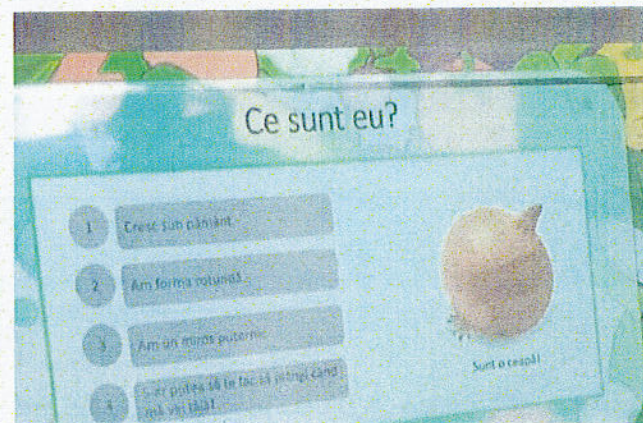
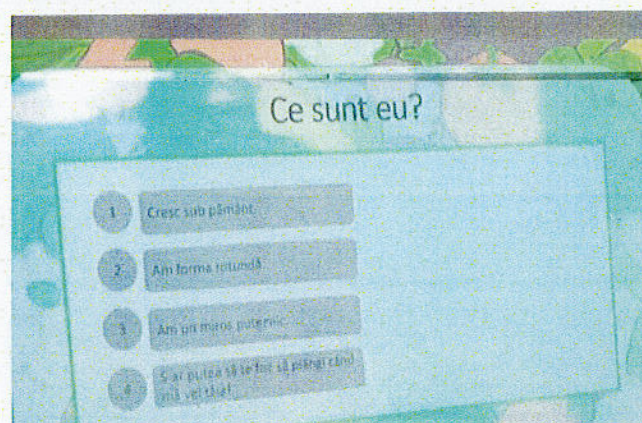
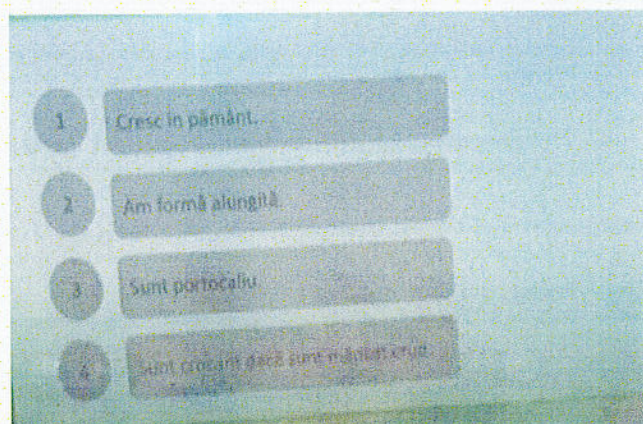
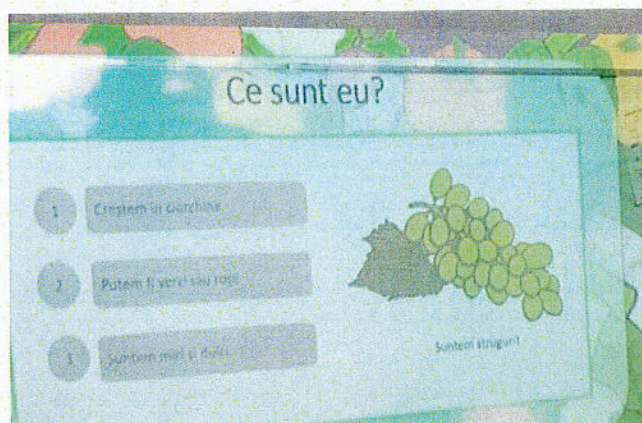
Prof. inv.primar: Miler Gabriela

Prof. inv.primar: Simionescu Maria

Prof. inv.primar: Ursache Cristina Mihaela

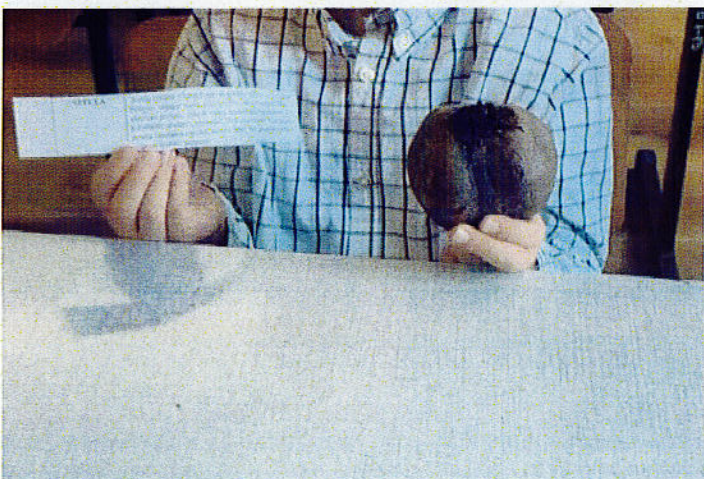
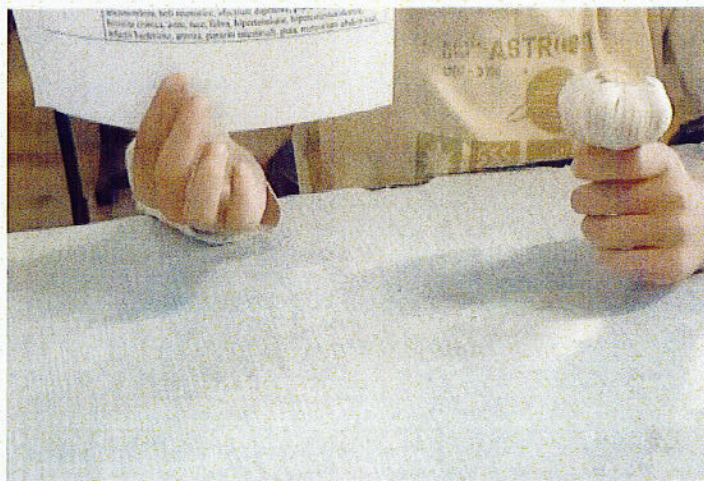
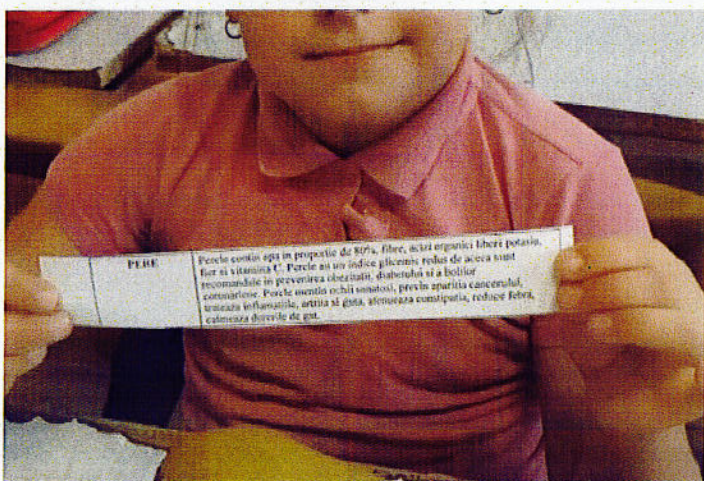
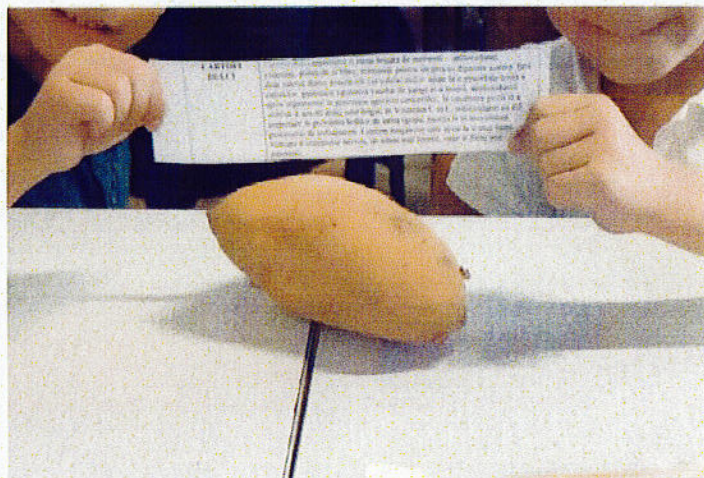
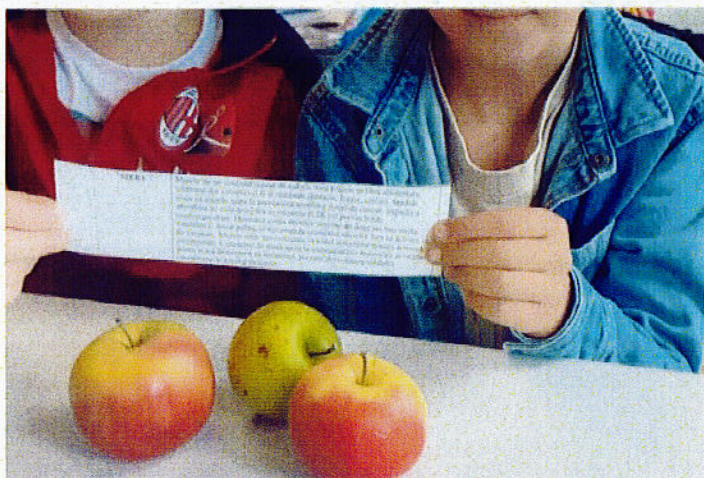


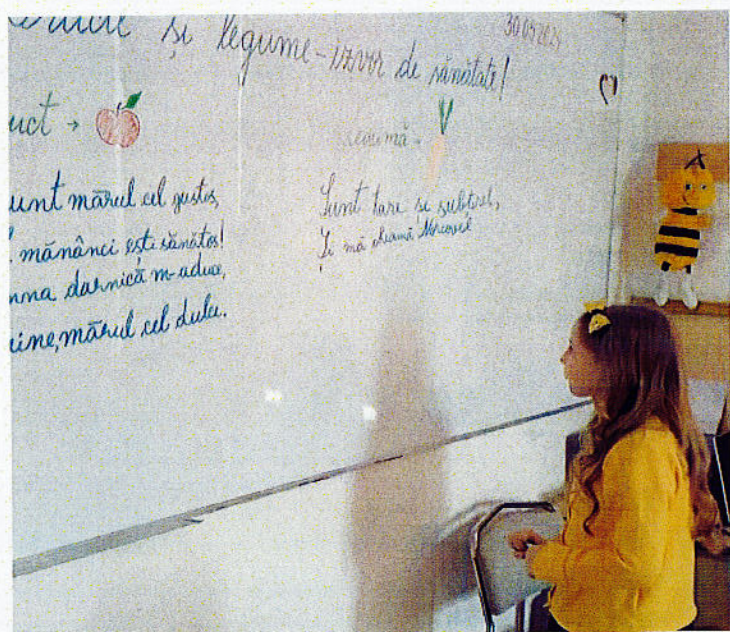
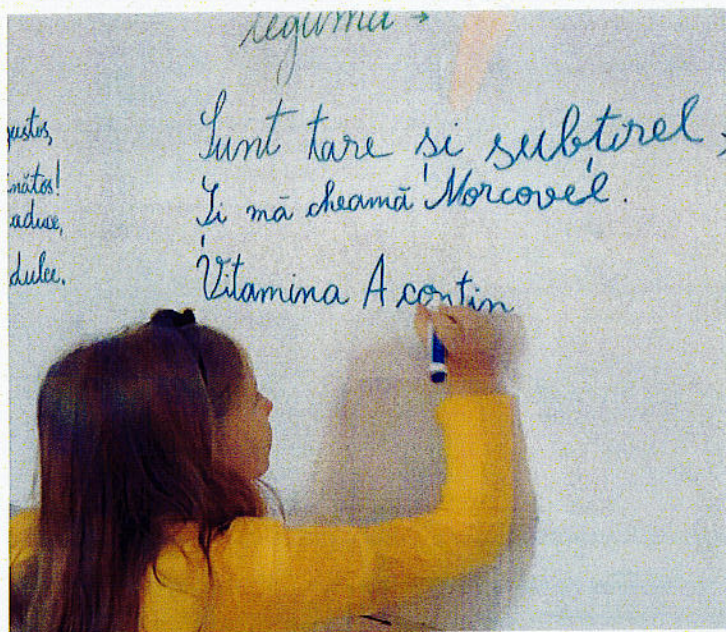


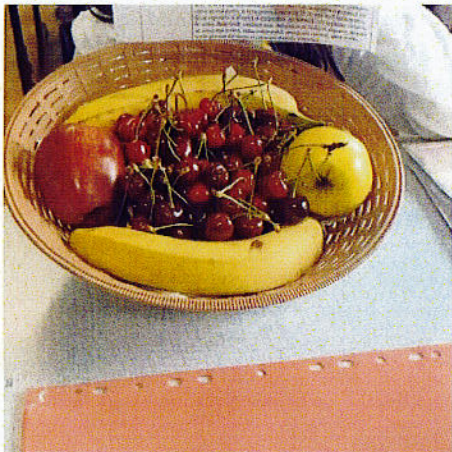


☒ Discuții/dezbateri, prezentarea de informații referitoare la temă;

- S-au prezentat caracteristici botanice ale unor fructe (mărul) și ale unor legume (morcovul); Elevii au realizat o caracterizare artistică (crearea a două catrene despre măr, morcov);
- Fructe și legume sănătoase și gustoase - activ. de sănătate;
- Să alcătuim un meniu pentru pauza mare, la școală (gustarea de la ora 10);
- "Să mâncăm sănătos!" - Creăm poezii și compuneri despre vitamine
- „Oau! Știați asta?” Fructe și legume care seamănă cu organele corpului nostru;
- Să cunoaștem beneficiile pe care legumele și fructele le oferă pentru sănătatea copiilor.



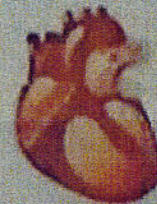




Clupercile, care ajuta
la mentinerea auzului, se
aseamana izbitor cu
urechea umana.



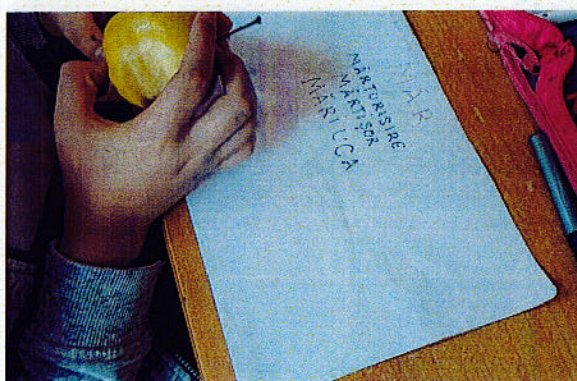
Rosiile au 4 camere, ca
inima umana si ajuta in
preventia bolilor
cardiovasculare.



Bobul de fasole seamana
cu un **rinichi**. Fasolea
scade tensiunea si zaharul
din sange, protejand
rinichii



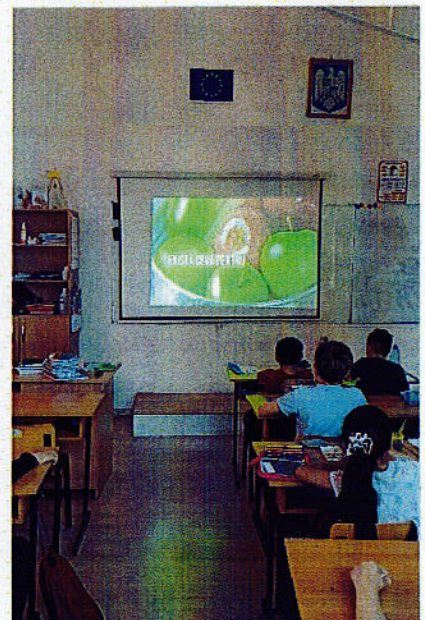
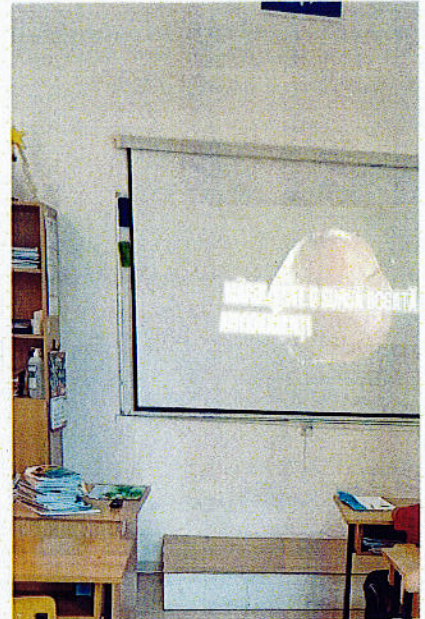


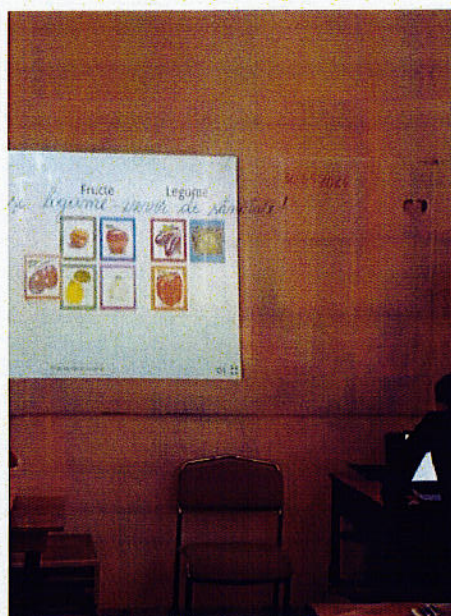


☑ Vizionarea de filme, prezentări în PowerPoint cu tematică în concordanță cu obiectivele programului;

Prezentări pe scurt:

- Elevii au vizionat filmulețe și prezentări PowerPoint despre importanța fructelor și legumelor în viața lor într-un mod atractiv
- Ce sunt eu ? - joc de recunoastere a unui fruct sau legumă
- Obiectivele urmărite în rândul elevilor au fost de a încuraja consumul de fructe proaspete și de a adopta un stil de viață sănătos.
- S-au folosit jocuri wordwall și evaluare interactivă pentru a realiza feedbackul activității .





☒ Alte activități tematice (precizați):

Prezentări pe scurt:

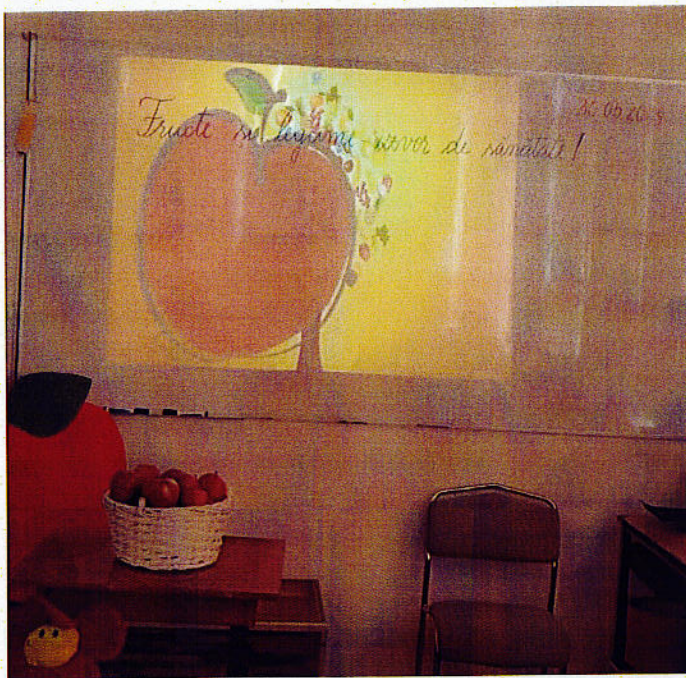
- „Spală mărul cel gustos, și mănâncă-l sănătos!
- Fructe, legume și beneficiile lor
- Mănânc zilnic fructe și legume proaspete !
- Cresc sănătos .
- Mănâncă zilnic fructe și legume proaspete ca să crești sănătos!

Copiii au primit câte un măr de la învățător, l-au spălat, s-au fotografiat cu el, apoi, li s-a recomandat să-l mănânce ca desert după masa de prânz.

Pentru că fructele și legumele conțin foarte multe vitamine,se recomandă să fie curățate,spălate și tăiate cu puțin timp înainte de a fi mâncate sau puse la fiert.









Activitățile desfășurate au avut drept scop conștientizarea preșcolarilor și a elevilor asupra unei alimentații sănătoase bazate pe consumul de fructe și legume proaspete, precum și deprinderea și fixarea unor obiceiuri alimentare sănătoase în rândul copiilor și prevenirea diferitelor afecțiuni de sănătate (diabet, boli



Str. Ștefan cel Mare nr. 23, Hîrlău, Jud. Iași

Tel: /Fax: +40 (0)232 720 467/ 232 722 433

E-mail: scoalapetruraresh@yahoo.com

OBIECTIVELE ACTIVITĂȚILOR EDUCATIVE:

- *Să conștientizeze importanța fructelor și legumelor în viața noastră;*
- *Să înțeleagă pericolul pe care îl reprezintă mâncarea fast-food pentru propria sănătate;*
- *Să-și formeze obișnuința de a consuma la desert fructe proaspete;*
- *Să prepare și să consume des salate de fructe și legume proaspete, unele mâncăruri din alimente sănătoase;*
- *Să participe cu plăcere și interes la activități practice specifice;*
- *Să realizeze desene inspirate din această generoasă temă;*
- *Să creeze versuri, compuneri despre fructele și legumele lor preferate;*
- *Să participe cu creațiile plastice și literare la diferite concursuri pe această temă.*
- *Să cunoască multiplele beneficii pe care legumele și fructele le oferă pentru sănătatea copiilor: energie și vitalitate, mai puține infecții precum gripe și răceli, o minte mai limpede și o putere mai mare de concentrare.*
- *Să conștientizeze că legumele, fructele și sucurile de fructe ar trebui să fie o parte integrantă a alimentației fiecărei persoane, indiferent de vârstă.*
- *Să fie capabili să alcătuiască un meniu pe care ei, copiii, ar trebui să-l servească în pauza mare, la școală (gustarea de la ora 10).*

ÎNTOCMIT,

prof. inv. primar: Ursache Cristina Mihaela

DIRECTOR,

Prof. Maria Tereza Rugina



Director adjunct,

Prof. Mihai Corban