

PROMOCIJA PRAVILNE ISHRANE DECE I OMLADINE

dr Ljiljana Pavković, dr Olivera Lukić
Zdravstveni centar Zrenjanin

UVOD: Ishrana je osnov života. Ona podrazumeva niz fizioloških procesa, a cilj joj je održavanje života, stvaranje novih tkiva, pravilan rast i razvoj, obnavljanje oštećenih tkiva, normalno funkcionisanje organa, stvaranje energije, fizička aktivnost, održavanje zdravlja i radne sposobnosti.

CILJ: Motivacije predškolske i školske dece i roditelja predškolske dece za znanja o pravilnoj ishrani u cilju pravilnog rasta i razvoja, unapredjenja i očuvanju zdravlja

MATERIJALI I METODI RADA:

A) Predškolska deca uzrasnog intervala 6-7 godina (769-toro dece).

Metode rada: Zdravstveno-vaspitani rad sa sadržajem predavanja "Tajna piramide pravilne ishrane" i kreativna radionica "Hrana i zdravlje".

B) Roditelji predškolske dece (769 roditelja)

Metode rada: Zdravstveno vaspitani rad sa sadržajem predavanja "Piramida pravilne ishrane" i značaj pravilne ishrane.

C₁) Deca školskog uzrasta od 7-11 godina (261-dno dete)

Metode rada: Zdravstveno-vaspitani rad sa sadržajem predavanja "Piramida pravilne ishrane" i kreativna radionice: "Hrana i zdravlje".

C₂)Deca školskog uzrasta od 12-15 godina (145-toro dece)

Metode rada: Zdravstveno-vaspitani rad sa sadržajem predavanja "Piranida pravilne ishrane" i kreativne radionice: "Ja i moje zdravlje", "Domaći život" i "Pravljenje jelovnika po tablicama".

REZULTATI: U zdravstveno-vaspitanom radu je od izuzetnog znacaja odabrati adekvatne metode, sadržaje i oblike rada koji doprinose motivaciji i stimuaciji učesnika kako bi se ostvarili ciljevi

ZAKLJUČAK: U zdravstveno-vaspitanom radu je od izuzetnog znacaja odabrati adekvatne metode, sadržaje i oblike rada koji doprinose motivaciji i stimulaciji učesnika kako bi se ostvarili ciljevi.