

# CEPÍK

Kdy: 22. 10. 2019

Kde: v divadelní třídě

Počet dětí: 16

Počet dospělých: 8

O Projektu: Projekt Cepík je celoroční 3 dílný program určený dětem předškolního věku. Zabývá se zdravou výživou, pitným režimem a pohybovými aktivitami dětí. Téma zdravého životního stylu pojímá komplexně, nezaměřuje se tedy pouze na děti, ale snaží se zapojit celé okolí dítěte (rodiče, pedagogy, paní kuchařky).

Pro pedagogické pracovníky pořádá semináře s předložením doporučení z oblasti výživy a bezpečnosti potravin. Součástí semináře jsou doprovodné validované materiály z oblasti zdravé výživy.

Pro paní kuchařky organizuje praktická školení, kde se přímo vaří. Ze školení si odnášejí nové moderní receptury.

Pro mateřskou školu připravuje úvodní a závěrečnou hodnotící zprávu, ve které se snaží upozornit na problémy ve stravování a pomáhá tento stav napravit.



Zábavně naučný program, s postavičkou malého chlapce jménem Cepík, provází děti formou pohádek - divadelních představení, zásadami správného životního stylu a zároveň jim předvádí, co se stane, když se zásady zdravého životního stylu poruší. Společně pak hledají správné řešení. Celkový výukový program je dělen na 3 části.

První část pod názvem Výživa dětí v předškolním věku

se v naší školce uskutečnila 22. 10. 2019. Hlavní myšlenkou 1. dílu bylo navést děti k ochutnávání potravin a pokrmů, které neznají. Dětem se představení velice líbilo a všechny děti se snažily aktivně zapojit. Věříme, že se děti alespoň pokusí nová jídla ochutnávat.

"Každé jídlo, které máme, aspoň trochu ochutnáme!"

