



## **eTwinning project “Zdrava hrana svakog dana”**

(autorice projekta: Petrunjela Krajačić, Marijana Radić)

Mentori projekta u Medicinskoj školi Karlovac:

Sanja Penić, prof.savj i Marijana Puljak Lukšić dipl.med.techn

U projekt su uključeni učenici 3.b razreda Medinske škole Karlovac, zanimanja medicinska sestra opće njege/ medicinski tehničar opće njege. Naša škola priključila se u studenom 2021. Projekt završava u svibnju 2022.

U projekt je uključeno 14 nastavnika i 22 učenika. Uz našu školu, uključene su i Srednja škola Ilok, Ugostiteljsko turistička škola Osijek , Srednja škola Vrbovec i dvije osnovne škole.

### **O projektu:**

Realizacijom ovog projekta rješavat će se problem prehrane odnosno pretilosti djece koji je u alarmantnom porastu u Hrvatskoj i svijetu. Hrvatska je sedma u Europi po stopi djece s prevelikom tjelesnom masom. Samo 56 % djece doručkuje tijekom tjedna, 76 % ih ne jede dovoljno povrća, a 66 % voća, dok se tjelesnom aktivnošću svakog dana bavi samo 30 % dječaka i 17 % djevojčica.

Tijekom projekta razvijat će se svijest učenika o hrani kao osnovnoj životnoj potrebi, o zdravoj i uravnoteženoj prehrani te o problemu gladi u suvremenom svijetu. Učenici će kroz različite aktivnosti (istraživanje, suradničko učenje, igru, radionice, pisano i likovno stvaralaštvo i izradu digitalnih sadržaja) tijekom nastavne godine obrađivati razne teme vezane uz prehranu i zdravlje.

## Ciljevi

Cilj projekt je razvijanje svijesti učenika o hrani kao osnovnoj životnoj potrebi, o zdravoj i uravnoteženoj prehrani te o problemu gladi u suvremenom svijetu. Učenici će kroz različite aktivnosti (istraživanje, suradničko učenje, igru, radionice, pisano i likovno stvaralaštvo i izradu digitalnih sadržaja) tijekom nastavne godine obrađivati razne teme vezane uz prehranu i zdravlje.

## Aktivnosti

Provedene aktivnosti će biti dostupne na Twinspaceu, webu i facebook stranci škole. Nastali zajednički materijal će biti javno dostupan. Organizirat će se i završni evaluacijski webinar.

1. Nakon prikupljenih suglasnosti roditelja za sudjelovanje na projektu, učenici 3. b razreda predstavili su se kratkim videom. Link: <https://bit.ly/MSKLC3bpredstavljanje>
2. Učenici su izradili primjere loga i izabrali najbolji. Za izradu loga koristili su program Canva.
3. Proveli smo anketu o prehrambenim navikama učenika naše škole. Iz rezultata je vidljivo da više od 70% učenika tijekom odmora konzumira pekarske proizvode.
4. Budući da je jedan od ciljeva projekta promijeniti prehrambene navike učenika imali smo i prezentaciju mini projekta: Pet dana bez jednostavnih ugljikohidrata , učenika 5 -tih razreda naše škole pod vodstvom mentorice Marije Maležić mag.clin.nut. <https://twinspace.etwinning.net/204610/materials/files>
5. Učenici su napravili i intervju s vlasnicom OPG-a Humić. <https://bit.ly/inervjuOPGI>
6. Kroz mjesec ožujak donosili su obroke od kuće kako bi smanjili konzumaciju pekarskih proizvoda što se u prethodnoj anketi pokazalo kao glavni izvor prehrane u školi. Učenici su svoje rezultate prikazali u videu koji su izradili pomoću digitalnog alata Film Maker. Pogledajte video naših učenika [https://youtu.be/YsYV\\_iYhnXQ](https://youtu.be/YsYV_iYhnXQ)
7. Učenici nakon provedene aktivnosti kroz ožujak osmislili pitanja na koje će dobiti odgovor od stručnjakinje Ana Puljak, dr. med., spec. javnog zdravstva s edukacijom iz kognitivno-bihevioralnih terapija. Planirani Zoom "Pitaj Anu" u petak 13.5.2022.oko 11 sati

8. Učenici su nakon odgovora doktorice Puljak koje možete pogledati u videu:  
<https://youtu.be/dFtHBMDUpIU> podjelili dojmove I wrebinar s Srednjom školom Vrbovec smjer kuhar.
  
9. Priprema za javnu zdravstvenu akciju s prezentacijom recepata kuhara Srednje škole Vrbovec  
[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid0e4Ricfr1nWa9QcgNKVxjxCL5Z8MeAynWKDCgfiZhGCZVFf3ebccgu5SxaPuhgJLil&id=100000741972114](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid0e4Ricfr1nWa9QcgNKVxjxCL5Z8MeAynWKDCgfiZhGCZVFf3ebccgu5SxaPuhgJLil&id=100000741972114)
  
10. Evaluacija projekta: <https://twinspace.etwinning.net/204610/pages/page/2329027/edit>
  
11. Diseminacija projekta:  
<https://twinspace.etwinning.net/204610/pages/page/2329013/edit>  
<https://youtu.be/--wYtZ0uycU>

I za kraj....

Mi hranu biramo, a neki je  
nemaju!!!