PREHRANSKA PIRAMIDA

OTROK SI OGLEDA NAJREJ PIRAMIDO IN POIMENUJE SLIČICE V PIRAMIDI. OTROKU RAZLOŽIMO, DA PIRMAIDA PRIKAZUJE, ZDRAV NAČIN ŽIVLJENJA. TOREJ MU POVEMO, DA JE ZELO POMEMBNO, DA PIJEMO VELIKO TEKOČINE IN SE GIBLJEMO, DA ZA ZDRAV RAZVOJ VSAK DAN ZAUŽIJEMO NAJVEČ ZELENJAVE IN SADNJA, MALO MANJ OGLJIKOVIH HIDRATOV, MANJ BELJAKOVIN TER NAJMANJ SLADKORJA IN MAŠČOB. NATO SI OGLEDA SLIČICE POD PIRAMIDO IN JIH SKUŠA PRAVILNO RAZVRSTITI V VRSTE, KAMOR SODIJO (NPR.: PAPRIKO POVEŽE K ZELENJAVI – POKAZAN JE PRIMER).



















 