



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



Učenci razredne stopnje so se pod mentorstvom gospe Jankovič v lanskem šolskem letu veliko pogovarjali in likovno poustvarjali na temo ZAJTRKA. Izdelke so tudi razstavili v šolski jedilnici. V letošnjem letu pa bomo znanje dodatno utrdili z »Druženjem ob zajtrku« s čimer želimo učencem približati vsakodnevno zajtrkovanje predvsem pa, da tudi sami ugotovijo, da se, v kolikor zajtrkujejo, počutijo bolje in so tudi uspešnejši.



nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji



Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Univerza v Mariboru



Fakulteta za zdravstvene vede







 **živajmo v zdravju**  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenice





 **uživajmo v zdravju**  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji



Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvene vede





 **uživajmo v zdravju**  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji



Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvene vede



OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



uživajmo v zdravju  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO

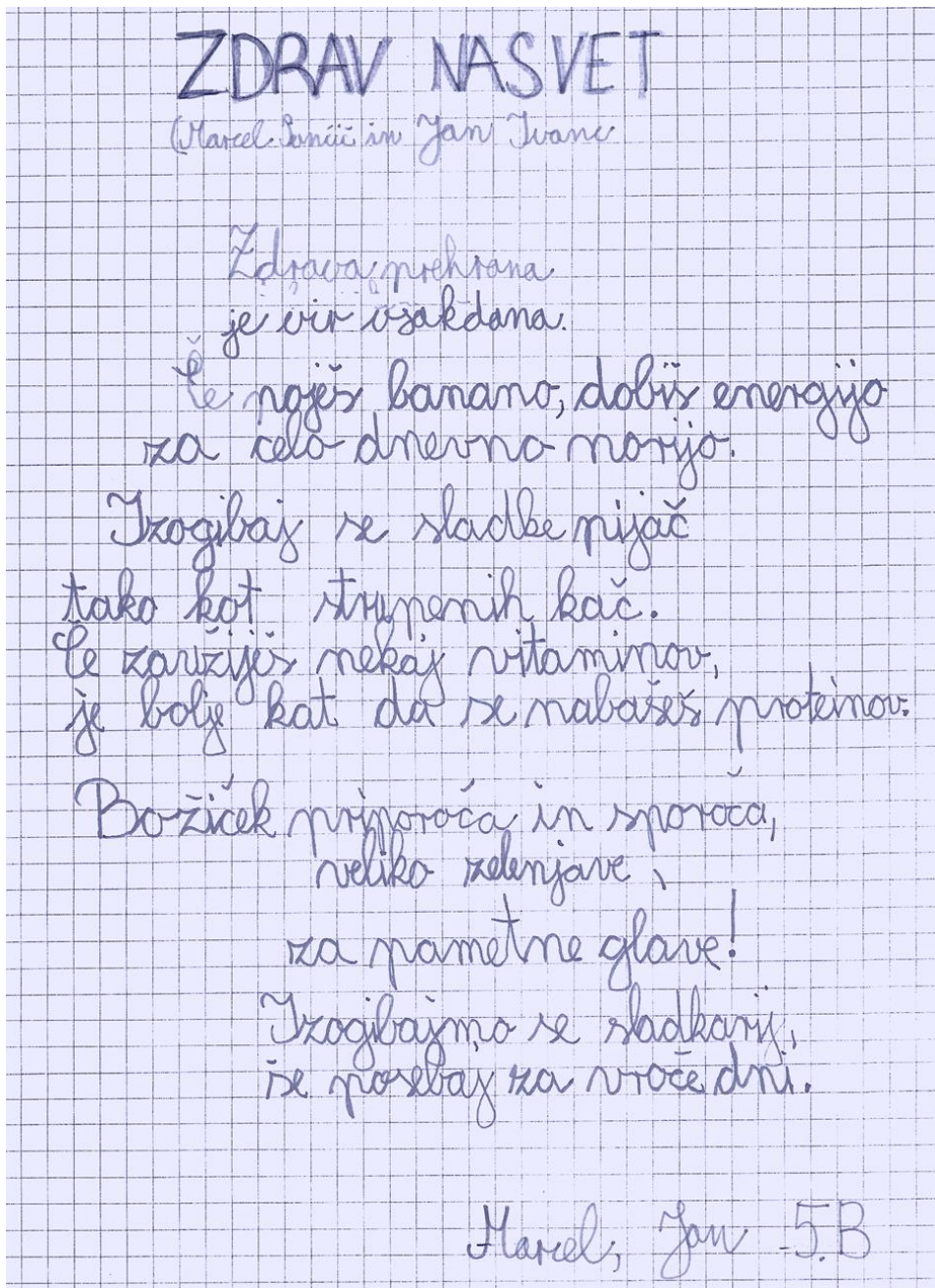


REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

Učenci 5. b razreda so pod mentorstvom razredničarke gospe Slatinek svoje poznavanje načel zdrave prehrane zapisali v zelo zanimivih rimah.

Odlično opravljeno!

Opomba: Izdelkov zaradi pridiha otroškosti namerno nismo lektorirali.



nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija

Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenice



Univerza v Mariboru  
Fakulteta za zdravstvene vede





OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



uživajmo v zdravju  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

## ZDRAVA PREHRANA

Zdrava hrana dobra je,  
kraven pa se zdrava je.  
Ščiti pred mehladi te,  
puca pa te ne.

Imamo pa še rajtko zdravo,  
ki boljši je od prebarvnik težav.  
Jo, da vsa energija ti,  
da dan v soli lahko začneš ti.

Včerje ne nasiti se,  
ker porabiš je ne.  
Zdrava hrana super je,  
zato se jo navadi le.

Aljaž Mencin 5.B.

nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija

Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenice



Univerza v Mariboru  
Fakulteta za zdravstvene vede



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL

## Zajtrk

Ko zjutraj se zbudis,  
si hrano razželis.  
Razželel bi si pomfrij  
in pil sladke bi stvari.

Ko pojedel sem vse,  
trebuk me začel boletije.  
Potem pojedel sem meso  
in bolečine ni več bilo.

Zato pojejte kakšno banano  
in me boste imeli več težav s prehrano.

5.B

Dan Ćkrić, Nejc Ćeklić

nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija

Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenice



Univerza v Mariboru

Fakulteta za zdravstvene vede





OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



uživajmo v zdravju  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

# Zajtrk!

Zjutraj se zbudiš,  
in zajtrk si želiš.  
Zajtrk z vitamini,  
pomemben je za rast,  
zato zdaj bodi velik,  
kot hrast.

Da življenje bo  
kot fešta,  
naj bo hrana malo pestra.  
Dej zarepi, zdej,  
pa pojej kakšno repo,  
al pa kečj.

Maks Šmuc in Taia Vertl. 5.B

nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija

Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenice



Univerza v Mariboru  
Fakulteta za zdravstvene vede



OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL



uživajmo v zdravju  
S PREHRANO IN TELESNO DEJAVNOSTJO



REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

# ZAJTRK

Zdrav zajtrk, potrebuješ,  
da zdrav boš in močan,  
da nikoli ne boš bolan!

Za zajtrk vzemi kruh in med  
in še eno jabolko,  
tega nikoli ne pozabi!

Veliko vitaminov in mineralov  
pri zajtrku dobiš  
ter si mišice okrepiš.

Nikoli ne pozabi, da zajtrk  
najbolj pomemben obrok je  
zato ne preskoči ga!

Marta  
Cmrkar  
5.b

nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Institut  
"Jožef Stefan"  
Ljubljana, Slovenija

Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvo  
Jesenice



Univerza v Mariboru  
Fakulteta za zdravstvene vede

Fakulteta za zdravstvene vede





REPUBLIKA SLOVENIJA  
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ  
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

OSNOVNA ŠOLA DANILE KUMAR

DANILA KUMAR INTERNATIONAL SCHOOL

S sedmošolci so v četrtek, 27. 10. 2016, pripravili Druženje ob zajtrku. Namen druženja je, da učenci spoznajo kako pomembno je vsakodnevno zajtrkovanje. Z izbiro zdravih in tudi polnovrednih živil začnemo dan obogateni z energijo, ki nam omogoča lažje učenje, daljšo zbranosti, boljše pomnenje, poveča učne zmožnosti ter uspešnejše reševanje zapletenih nalog.



Prpravila: Erika Barbo

nosilec projekta



Zavod Republike Slovenije za šolstvo

projektni partnerji



Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za šport



Univerza v Ljubljani  
Pedagoška fakulteta



Fakulteta za zdravstvene vede