

**РЕЗУЛТАТИ ЛИКОВНО-ЛИТЕРАРНОГ КОНКУРСА РАСПИСАНОГ ПОВОДОМ
ОБЕЛЕЖАВАЊА МАНИФЕСТАЦИЈЕ ОКТОБАР МЕСЕЦ ПРАВИЛНЕ ИСХРАНЕ 2017.
ГОДИНЕ И ОБЕЛЕЖАВАЊА 16. ОКТОБРА СВЕТСКОГ ДАНА ХРАНЕ на тему:**

„ХРАНИ СЕ ПРАВИЛНО И БУДИ ЗДРАВ”

Центар за промоцију здравља Института за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут” расписао је наградни ликовни и литерарни конкурс на тему **„ХРАНИ СЕ ПРАВИЛНО И БУДИ ЗДРАВ”** поводом обележавања манифестације **Октобар месец правилне исхране 2017. године и обележавања 16. октобра – Светског дана хране**, за децу предшколског и основношколског узраста у Републици Србији. На КОНКУРС је укупно пристигло **495 радова** од тога 422 ликовна рада (од чега 163 из предшколских установа, 128 од првог до четвртог разреда, 129 од петог до осмог разреда основних школа и 2 из специјализованих установа за рад са децом ометеном у развоју) и 73 литерарна рада (од чега 57 од првог до четвртог разреда и 16 од петог до осмог разреда основних школа). Радови су пристигли из 18 окружних института и завода (59 предшколских установа, 85 основних школа и 2 специјализоване установе за рад са децом ометеном у развоју). У оквиру сваке категорије изабрани су најбољи радови.

Радове је оцењивао жири у саставу: др sc. med. Јелена Гудељ Ракић, спец. хигијене; ВМС Зорка Зеба, дипломирани економиста – менаџер у здравству; Татјана Шљивар, дипл. историчар уметности; др sc. med. Катарина Боричић, спец. социјалне медицине и др Мирјана Тошић, спец. социјалне медицине из Центра за промоцију здравља. Жири се састао 23. октобра 2017, прегледао све пристигле радове, направио селекцију у жири избор радова и потом одабрао најбоље радове у свакој од шест категорија.

НАГРАЂЕНИ РАДОВИ

ЛИТЕРАРНИ РАДОВИ ОД I ДО IV РАЗРЕДА

I награда Одељенска заједница I и III разреда,

ОШ „Миле Дубљевић”, Лајковац, ИО Пепељевац, Ваљево

„Храни се правилно и буди здрав!”

*Од када је света,
од када је века,
здравље је највеће
богатство човека.*

*О здрављу нам причају
Са екрана,
О томе нам трубе
И тата и мама.*

*У школи нам причају
О значају здравља,
Да се „Пери руке”
Сто пут не понавља.*

*Повремено дођу
Патронажне тете,
Па нам чак и оне
Поделе савете.*

*Иако смо мали,
Много тога знамо,
Здравој храни ми се
Дубоко клањамо*

*Клањамо се мами
Што нас је родила,
Што нас њеним млеком она
задојила;*

*У тој капи маминог млека
мештена је цела апотека.
А кад смо добили*

*зубе беле, фине,
почели смо таманити
разне витамине.*

*Клањамо се кељу,
кунусу, спанаћу
јер нас вирус неће
у том лишићу наћи.*

*Клањамо се укусној,
Свежој шаргарепи,
Јер витамин „А”
Све нас тако крепи.*

*Хвала дивној јабуци
на јесењој грани што нас
својим мирисом
сада до ње мами!*

*Пет оброка дневно
деци много значи,
само тако биће
здравији и јачи.*

*Доручак је важан,
то зна сваки ђак,
после доброг доручка
задатак је лак!*

*Две ужине враћају
осмех нам на лице,
па су разне воћке*

наше другарице.

*За ручак супница
у наш тањир сврати,
а шницла се сакрије
у свежој салати.*

*Ту су пите бакине
што их брзо неста,
у стомаку за њих
увек има места.*

*А кад дође вече,
вечера је лака,
ове нам је савете
дала наша бака.*

*Још нам бака рече
са бором на челу:
Будите умерени
у пићу и јелу!*

*Скупили смо савете
са разних страна,
закључак је један:
Важна нам је храна!*

*Ко се здраво храни,
живот му је дуг,
зато здравој храни
ти постани друг!*

II награда Тодор Пауновић, IV/1,

ОШ „Вук Караџић”, Смедеревска Паланка, Пожаревац

„Храни се правилно и буди здрав!”

Бићу искрен: волим и ја, као и сва деца, да једем оно што се зове брза храна. То су хамбургери, пице, разна пецива, слана и слатка... Али, родитељи ми то често не купују, јер кажу да то није здраво. Некада се и наљутим на њих, па ме то прође.

Сетим се мог друга и комшије Стеве. Он је старији од мене две године. Кад смо били млађи био је мршав и спретан, стално смо трчали и играли фудбал. Када је Стева пошао у школу, почео је пуно да једе разне грицкалице: смоки, чипс, грисине, крекере... То је носио за ужину, није хтео сендвиче које су му правиле мама и бака. Избегавао је да пије млеко и јогурт. Куповао је газирани сокове. Волим их и ја, али знам да су штетни, па их пијем само на рођенданима и за празнке. Стева се пуно угојио и није хтео да прича са мном. Лекарима су пронашли да Стева има шећерну болест. Сада мора да држи дијету и не сме да једе ништа од онога што је волео. Надам се да ће да брзо оздрави, јер је много добар дечак.

Зато морам да пазим на исхрану! Одувек сам волео скоро свако воће, нарочито јабуке, јагоде, банане и трешње. Једем и поврће, посебно салате од купуса и парадајза. Не волим само краставце и лук. Па, не мора баш све, јел тако?

III награда Михајло Ковачевић, IV/3,

ОШ „Др Јован Цвијић”, Зрењанин

„Веровали или не”

*Причала ми мама да је воће здраво,
А ја јој нисам веровао.
Јео сам теста, па сам као крофна порастао.*

*Давао сам поврће тати,
А, он ми каже – То је здраво, схвати!
А, ја бих чоколаду да ми врати.
Паника ме хвата,
Хтео сам да побегнем... где су ми врата!?*

*Сад ми је много криво,
Да сам знао, јео би све зелено,
Па макар и живо.*

*Да вам зато децо нешто важно кажем,
Поврће је здраво, нећу да вас лажем.*

*Лепи су слаткиши, ал сам због јабука
И за главу виши.*

*И зато, ако неко здравље хоће,
нека једе поврће и воће.*

ЛИТЕРАРНИ РАДОВИ ОД V ДО VIII РАЗРЕДА

I награда Емилиа Петровић, VIII/3,

ОШ „Петар Кочић”, Инђија, Сремска Митровица

„Храни се правилно и буди здрав”

*Ако једеш хране мало,
На стомаку немаш сало!
Ако пијеш млеко бело,
Имаћеш и лепо тело!
Ко поврће радо једе
И воће му друштво прави,
Организам тај развија
И ред прави тад у глави.
А, ко месо конзумира,
Тај мишиће рекламира!
Уз редовну вежбу лаку,
А и храну не баи сваку
Енергију креирамо
И лепи се развијамо!*

II награда Милосава Вељовић, VI разред,

ОШ „Предраг Девеџић”, Врањска Бања, Првонек, Врање

„Храни се правилно и буди здрав”

Здравље је битно у животу сваког човека. Да бисмо били здрави, потребно је да једемо здраву храну и на време узимамо оброке, јер, кад смо сити, имамо више енергије за рад и остале активности.

Људи који живе у граду изложени су лошијим навикама, а кад је у питању исхрана, разликује се у односу на људе са села. Ја живим на селу и храним се искључиво здравом, домаћом храном, оном коју ми сами узгајамо.

Сваки човек би морао дневно да уноси доста витамина и минерала како би функционисало наше тело. То подразумева унос житарица, млека, млечних производа и што више куваних јела, као и доста воћа и поврћа. Међутим, неки људи немају времена или не воле да кувају, па једу „брзу храну”, што је нездраво за организам. Људи су у давна времена јели домаћу храну и чини ми се, на основу прича, да су некада генерације дуже живеле у односу на данашње. Правилна исхрана је битна за правилан развој човечијег организма и директно утиче на човека.

Да би био здрав, потребно је више кретања и удисања чистог ваздуха. Поред хране, важно је уносити и доста течности – воду и природне сокове, који у себи не садрже конзервансе, као и избегавати газирана пића која су штетна по наше здравље. А, поврће и воће, које је из баите – свеже је, сочно, лепо, слатко и укусно...

Зато у мом крају постоји изрека: „Када црву даш јабуку која је купљена и јабуку која је из домаће баите, црв ће ући у ону која је најздравија”. Ући ће у ону која је из домаће баите. Па наравно, и црв је паметан, не улази у ону која је прскана разним пестицидима за бољи узгој.

Неправилна исхрана је фактор ризика за настанак различитих обољења. Ако се препознајете у овој причи, одлучите брзо да ставите тачку на то. Здрава храна Вам у томе свакако може помоћи, а понекад, у болести, храна може бити и лек.

III награда Вук Вићентић, VI/2,

ОШ „Јован Јовановић Змај”, Сремска Митровица

„ПРАВИЛНОМ ИСХРАНОМ ДО ЗДРАВЉА”

*Пирамида у Египту
Пирамида у кухињи
Да ли има ту сличности
Ил' се мени само чини*

*Житарице и кукуруз
Интегралне тестенине
То је услов за здрав живот
А и база пирамиде.*

*А, Бе, Це, Де имена су витамина
Неопходних целом телу
Да ти буду здрави зуби
Очи, срце, кожа фина.*

*Јаја, месо, риба, пасуљ
То је извор протеина
Па да будеш јак и снажан
Јер ти треба енергија.*

*Да би били здрави, снажни
Савети су ово важни
Поврће и воће треба јести стално
Грицкалице и слаткише тек само помало.*

ЛИКОВНИ РАДОВИ ОД I ДО IV РАЗРЕДА

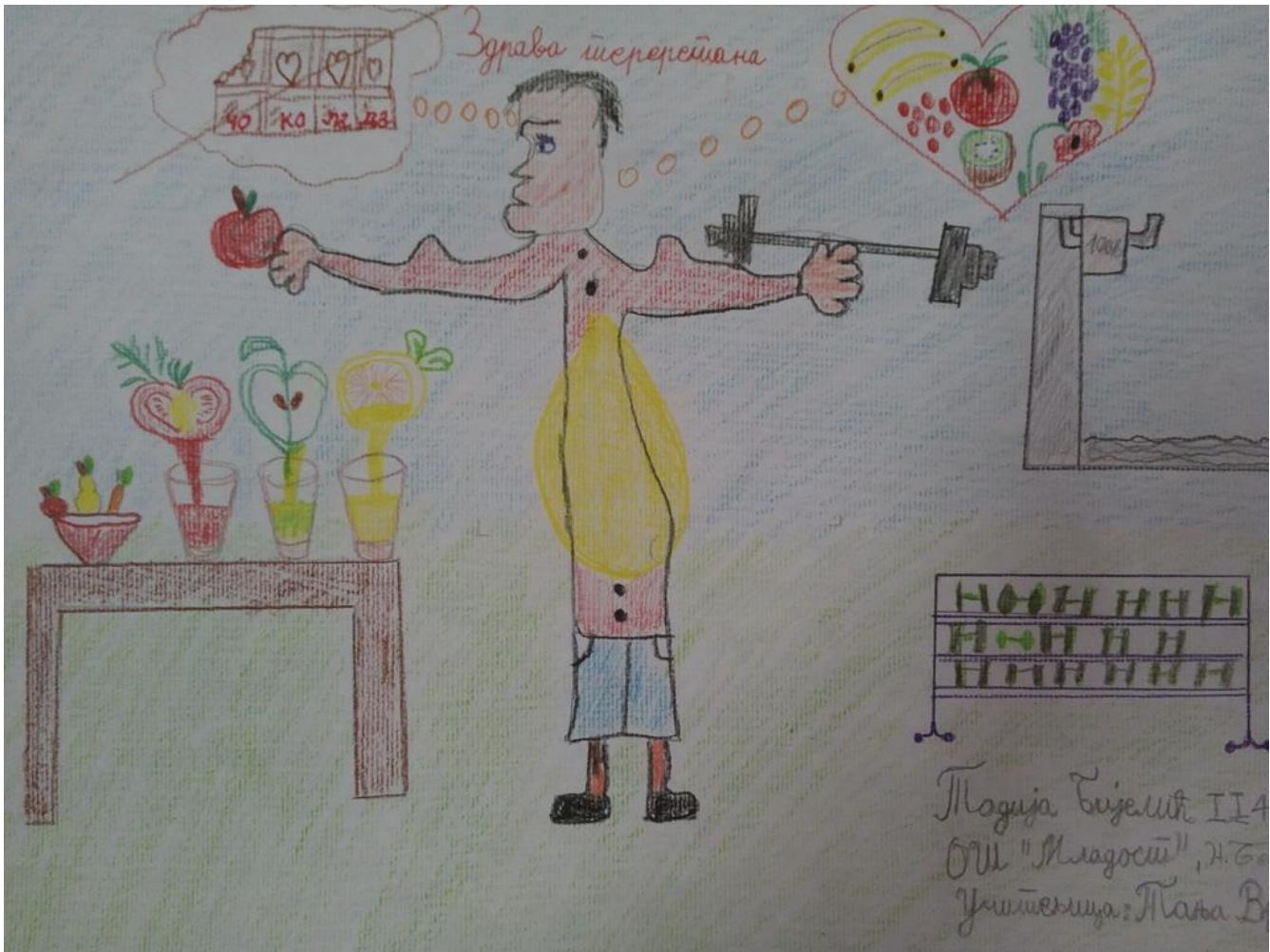
I награда Сара Миљковић, IV/5, ОШ „8. септембар”, Пирот



II награда Страхиња Деспотовић, III разред,
ОШ „Сутјеска“, Рашка, ИО Казновиће, Краљево



III награда Тадија Бијелић, П/4, ОШ „Младост”, Нови Београд



ПОХВАЛА Калина Јовичић, II/1,

ОШ „Свети Сава”, Бачка Паланка, Нови Сад



II награда Милош Милошевић, V/2,

ОШ „Миле Дубљевић”, Лајковац, Ваљево



III награда Невена Срејић, V/2,

ОШ „Милисав Николић”, Мало Црниће, Пожаревац



ДЕЦА СА СПЕЦИЈАЛНИМ ПОТРЕБАМА, ЛИКОВНИ РАДОВИ

ПОХВАЛЕ за децу са посебним потребама (два ликовна рада):

1. Милица Јеремић, V/1, ШОСО „14. октобар”, Ниш



2. Жељко Ранђеловић, П/6, књиговезац, специјална школа „Бубањ”, Ниш



ПРЕДШКОЛСКЕ УСТАНОВЕ, ЛИКОВНИ РАДОВИ

I награда Николина Стојановић, 5,5 година, ППГ 2,

ПУ „Наше дете”, вртић „Бошко Буха”, Врање



II награда Глориа Родић, 6 година,
вртић „Цврчак”, Брчко Доње поље, Нови Сад

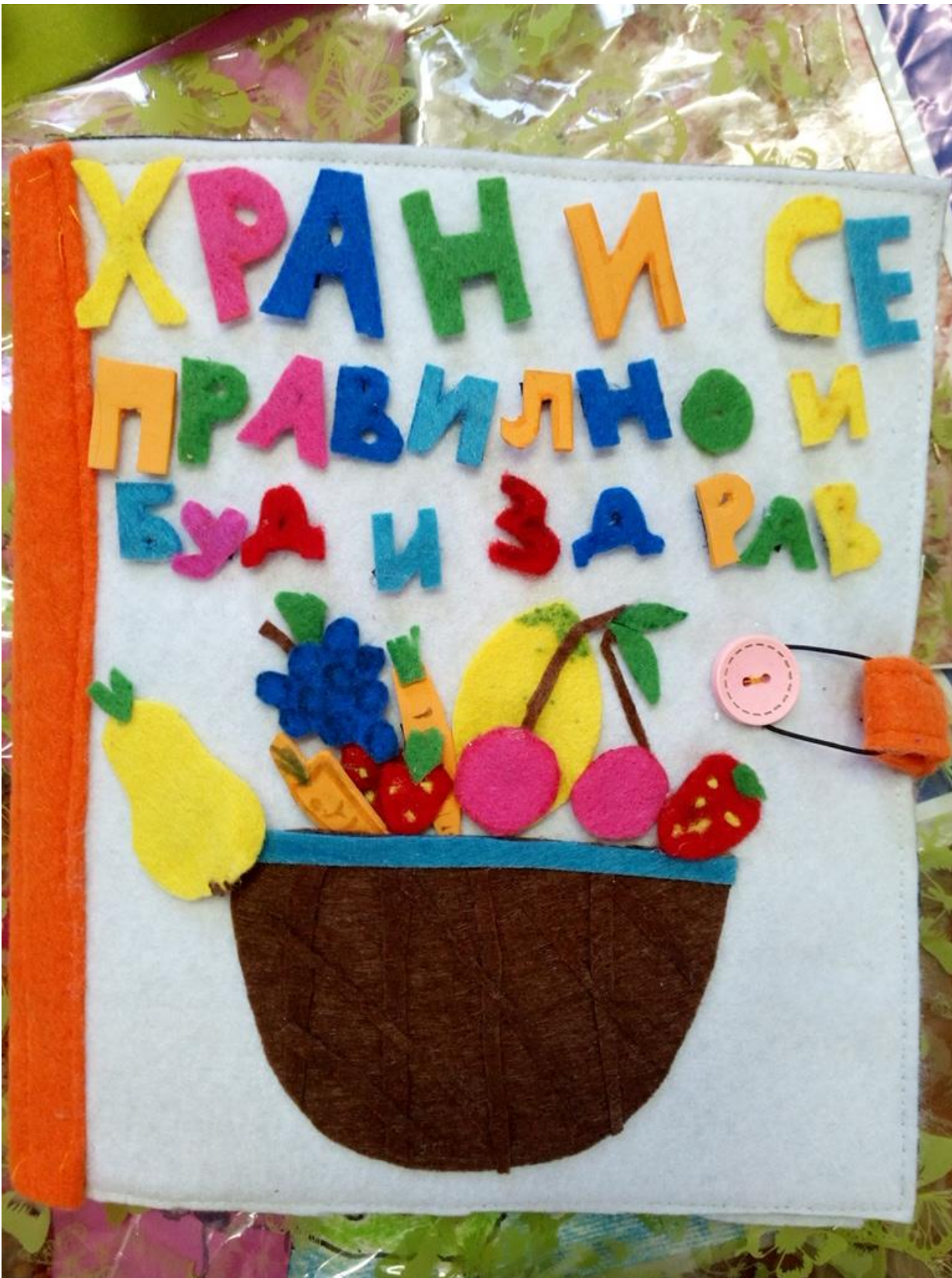


III награда Мартина Римац, 5,5 година,
ПУ „Стоногица”, Сремска Митровица



ПОХВАЛЕ

1. ПУ Каја, Љиг, мешовита група 1, Ваљево



2. ПУ „Галеб”, ППГ „Цветићи”, Орешковица, групни рад деце,
родитеља и васпитача, Петровац на Млави, Пожаревац



3. ПУ „Галеб”, ППГ „Меда”, Петровац на Млави, Пожаревац

