

Na przełomie marca i kwietnia dzieci z klas I – VIII miały możliwość wzięcia udziału w konkursie poetyckim „Wiosenne witaminy i ich źródła”. Celami konkursu było: kształtowanie wśród dzieci świadomości na temat źródeł witamin oraz ich wpływu na nasze zdrowie, rozwijanie umiejętności tworzenia poezji, inspirowanie i rozwijanie zainteresowań, a także rozbudzanie wrażliwości na piękno poetyckiego języka, motywowanie do czytelniczych i twórczych poszukiwań. Każdy z uczestników otrzymał dyplom i nagrodę rzeczową. Oto nagrodzone prace:

### WIOSENNE WITAMINY I ICH ŹRÓDŁA

Wiosną kolorowo rosną krokusy, żonkile oraz pierwiosnki.  
Budzą się biedronki i przylatują bociany do mojej wioski.  
Na polach słysząc w oddali jak orzą traktorki,  
A w moim ogródku spod bukszpanów wyglądają fiołki.  
Pod folią na grządkach widać rzodkiewki i sałaty,  
Które lubi jeść w sałatce warzywnej brat Beaty.  
Mama zerwała dziś rzeżuchę i natkę pietruszki,  
Żeby nie bolały nas od słodczy brzuszek.  
Na wiosnę miód robią pszczoły,  
Wesoło ćwierkają wróble i też skowrony.  
Wszystkie wiosenne warzywa to ogromne witaminy,  
Gdy je w całości zjemy, to będziemy mieć wesołe miny.

### ANIA SZCZĘCH

KL. 4 A

„Ogród moich dziadków”

W ogrodzie u moich dziadków, od wiosny do jesieni jest pysznie i zdrowo i mnóstwo w nim zieleni.

Babcia moja to ekspertka od sadzenia i pielienia.

Dziadek kopie w tym ogródku, nie ma czasu do stracenia.

Po zrobionych tu porządkach, przyszła pora siać na grządkach.

Co znajduje się w ogrodzie? Już szykuję Wam odpowiedź!

Są warzywa znakomite, plony bardzo są obfite.

Jest tu szklarnia, w niej sadzonki, obok rosną też poziomki.

Rośnie marchew i pietruszka, moja ulubiona gruszka.

Jem ze smakiem też szczypiorek, kalafiorek, pomidorek.

Witaminy, zdrowe tłuszcze! Wszystko schrupię, nie odpuszczę.

Bardzo lubię te rośliny, w nich są same witaminy.

Kiedy zjesz je będziesz żwawy, chętny do nauki i zabawy!

Oliwia Kamińska

Klasa 1C

# WIERSZ O WITAMINACH

Witaminy są fajniutkie duże, małe okrągłutkie.

Pomagają nam z ranami i małymi chorobami.

Są w owocach i warzywach znajdziesz także je w pokrzywach.

Gdy cały alfabet witamin zjadamy, to dobry wzrok, humor i uśmiech mamy

Wcinajcie każdego dnia witaminki, żeby zawsze uśmiechnięte były wasze minki!

Ignacy Rolewicz klasa 7 c

Konkurs poetycki „Wiosenne witaminy i ich źródła”.

Jakub KIRKIEWICZ 2c

Wiem co jem 😊

Żeby dzieci rosły i dobrze się uczyły,

Aby były wesołe i miały dużo siły,

Muszą jeść zdrowe i dobre jedzenie,

Ruszać się więcej, wręcz porzucić siedzenie.

Jemy owoce i jarzyny bo to najlepsze witaminy,

Sok warzywno-owocowy kolorowy jest i zdrowy,

Zamiast frytek i cukierków schrup marchewkę,

A zupy warzywnej poproś o dolewkę.

Zostaw batony, chipsy, pianki, colę,

Weź do szkoły kanapkę, paprykę i rukolę,

Pij dużo wody i ziółek troszeczkę,

Abyś miał siłę nieść do szkoły teczkę.

Jedz regularnie i zawsze powoli,

A warzyw i owoców jak najwięcej – do woli,

Powtarzaj kolegom to co wszyscy wiemy,

Że zdrowie zależy od tego co jemy 😊

Marta Skonieczko

(członek zespołu ds. promowania zdrowego stylu życia)