

PATVIRTINTA  
Vilniaus saugaus miesto centro  
Direktorius  
2020-05-13 d.

VILNIAUS MIESTO VAIKŲ  
SVEIKOS GYVENSENOS NUOTOLINIO KONKURSO  
**„Mano sveiko maisto lėkštė“**

**N U O S T A T A I**

**I. BENDROJI DALIS**

Maistas gali tapti meno kūriniumi lėkštėje ir taip sudominti bei paskatinti vaikus sveikai maitintis. Siekiant ugdyti vaikų poreikį sveikai maitintis ir plėtoti sveikos mitybos įpročius, pasitelkiant sveikos mitybos žinias ir savo kūrybinius gebėjimus, organizuojamas Vilniaus miesto vaikų sveikos gyvensenos nuotolinis konkursas „Mano sveiko maisto lėkštė“.

**II. KONKURSO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

Tikslas: Formuoti taisyklingos mitybos įpročius ir atkreipti dėmesį, kad sveiką maistą galima pateikti įdomiai ir išradingai.

Uždaviniai: Skatinti vaikus prisiminti ir taikyti pagrindinius sveikos mitybos principus.

Atkreipti dėmesį kokie maisto produktai turi užimti daugiausiai vietos pusryčių, pietų ir vakarienės lėkštėje.

**III. KONKURSO ORGANIZAVIMAS**

**Konkursas „Mano sveiko maisto lėkštė“ vyks nuotoliniu būdu, nuo 2020 m. gegužės 13 d. iki gegužės 25 d. imtinai.**

„Mano sveiko maisto lėkštė“ gali būti: „Sveikų pusryčių lėkštė“; „Sveikų pietų lėkštė“; „Sveikos vakarienės lėkštė“.

Linksmi ir kūrybingai pateiktą maistą lėkštėje, konkurso dalyvis nufotografuoja ir kokybišką nuotrauką (-as) siunčia el. paštu konkurso organizatorei: [ramune@vismc.lt](mailto:ramune@vismc.lt).

Būtina nurodyti:

- **Autoriaus vardą, pavardę, amžių (klasę), ugdymo įstaigą, kontaktinį telefoną ir el. pašta.**
- **Jei mokinių (auklėtinių) darbus konkursui pateikia pedagogas, jis taip pat turi nurodyti ugdymo įstaigos pavadinimą, vardą, pavardę kontaktinį telefoną ir el. pašta.**

Sveikos gyvensenos nuotolinį konkursą „Mano sveiko maisto lėkštė“ organizuoja Vilniaus saugaus miesto centro Pirmosios pagalbos ir sveikos gyvensenos metodininkė-specialistė Ramunė Grigaliūnienė (tel. informacijai:861547155).

**IV. KONKURSO DALYVIAI**

Konkurse gali dalyvauti priešmokyklinio ugdymo įstaigų ir bendrojo ugdymo įstaigų 1-12 klasių mokiniai.

**V. REIKALAVIMAI IR SĄLYGOS DARBAMS**

1. **„Mano sveiko maisto lėkštė“ turi atitikti visus sveikos mitybos principus ir reikalavimus.**
2. Iš maisto produktų lėkštėje gali būti sudėliota mozaika, paveikslėliai, pasakų personažai ir pan.
3. Vienas dalyvis gali pateikti **1, 2 arba 3 skirtingus darbus, bet ne daugiau kaip 3.**
4. Priešmokyklinio ir pradinio ugdymo amžiaus vaikams kūrybinius darbus gali padėti pagaminti ir tinkamai konkursui pateikti ir šeimos nariai.

## VI. VERTINIMO KRITERIJAI IR APDOVANOJIMAS

Konkursui pateikti darbai „Mano sveiko maisto lėkštė“ bus vertinami pagal šiuos kriterijus:

1. Atitinka sveikos mitybos principus.
2. Pateikta estetiškai, kūrybingai ir originaliai.
3. Atitinka savo amžiaus gebėjimams.

Konkurso rezultatai bus paskelbti Vilniaus saugaus miesto centro internetinėje svetainėje ([www.vismc.lt](http://www.vismc.lt)).

Sveikos gyvensenos konkurso dalyviai, pateikę darbus pagal nurodytus vertinimo kriterijus ir reikalavimus, bus apdovanoti diplomais ir padėkos raštais, išsiunčiant juos elektroniniu paštu, arba pagal susitarimą atsiimant Vilniaus saugaus miesto centre (Architektų g. 166, Vilnius tel./faks.: (85) 234 39 44) po draudžiamojo karantino laikotarpio.

Pedagogams, pateikusiems grupės mokinių (auklėtinių) darbus konkursui taip pat bus įteikti padėkos raštai už bendradarbiavimą.

## VII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

1. Konkurso organizatorius pasilieka teisę konkurso dalyvių darbus publikuoti centro internetinėje svetainėje [www.vismc.lt](http://www.vismc.lt) ir centro leidiniuose.

2. Autorių sutikimu su šiomis sąlygomis laikomas nuotraukų pateikimas šiam konkursui.

Parengė:

Vilniaus saugaus miesto centro  
Pirmosios pagalbos ir sveikos gyvensenos  
metodininkė-specialistė  
Ramunė Grigaliūnienė

SUDERINTA.

Vilniaus saugaus miesto centro  
Direktoriaus pav. ugdymui  
2020-05-13 d.