# TJEDAN ŠKOLSKOG DORUČKA U 1.B

**Zdravoljupci – dan pjesme i veselja!**

Učenici 1. b razreda OŠ Mertojak, zajedno sa svojom učiteljicom Marijom Karelović, sudjelovali su u nacionalnom projektu „Tjedan školskog doručka“ kroz dva posebna dana ispunjena kreativnošću, pjesmom, učenjem i zdravim okusima. Riječ je o nacionalnoj inicijativi koja se provodi u sklopu programa „Živjeti zdravo“, povezanog s javnozdravstvenim djelovanjem prof. dr. sc. Sanje Musić Milanović, s ciljem promicanja pravilne prehrane i usvajanja zdravih životnih navika od najranije dobi.

Prvi dan projekta, 14. listopada, bio je posvećen glazbi, kreativnosti i zajedništvu. Naši su se prvašići okušali u sasvim posebnoj ulozi i postali **mali reperi** i sudionici snimanja videospota „Zdravoljupci“. Kroz pjesmu, ritam i veselu atmosferu učenici su na zanimljiv način povezali glazbu s važnim porukama o zdravoj prehrani. Voće i povrće postali su glavni junaci njihove glazbene priče, a učenici su pokazali kako se o vitaminima i zdravim navikama može učiti i kroz pjesmu.





Snimanje videospota bilo je posebno iskustvo koje je prvašićima omogućilo da pokažu svoju kreativnost, razvijaju samopouzdanje i osjete koliko je lijepo zajedničkim trudom stvarati nešto novo. Uz puno veselja, ritma i dječje energije, učenici 1. b razreda zapjevali su stihove koje je posebno za ovu prigodu napisala gđa Kristina Zaneta, a u njihovoj glazbenoj avanturi društvo su im pravili veseli plišani Zdravoljupci koje je osigurala gđa Ana Ninčević.





Da cijela priča dobije i svoj filmski nastavak, pobrinuo se istaknuti redatelj gosp. Ivan Perić, koji je kamerom zabilježio njihove prve glazbene korake i snimio videospot „Zdravoljupci“. Tako su naši prvašići, barem na jedan dan, postali prave glazbene zvijezde, a osim pjesme i videospota, ostalo im je nešto još vrjednije – nezaboravno iskustvo, puno zajedničkog smijeha i jedna posebna uspomena koju će čuvati cijeli život!

WhatsApp Video 2026-10-21 at 22.19.42.mp4

**Zdravoljupci u velikoj smoothie avanturi!**
U petak, 16. listopada, učionica 1. b razreda pretvorila se u pravu malu radionicu zdravlja, ispunjenu šarenim voćem i povrćem, zanimljivim mirisima i dječjim uzbuđenjem. Ovoga puta učenici su iz svijeta glazbe zakoračili u svijet zdravih okusa te se okušali u pripremi vlastitih smoothieja.
Za ovu ukusnu avanturu roditelji su, u suradnji s učiteljicom 1. b razreda Marijom Karelović te učiteljicom prirode, biologije i kemije Brankom Bečić, pripremili raznovrsne namirnice: svježe voće i povrće, žitarice, orašaste plodove, grčki jogurt, bademovo mlijeko i med. Učenici su bili podijeljeni u četiri skupine, a svaka je dobila poseban recept za pripremu smoothieja zanimljivog naziva: „Sunčana energija“, „Plava čarolija“, „Ružičasta snaga“ i „Zeleni superjunak“.
Prije nego što su zasukali rukave, učiteljica Branka Bečić održala je zanimljivo i djeci prilagođeno predavanje o vitaminima i mineralima. Kroz poučnu priču „Zdravkovo putovanje kroz tijelo“ prvašići su otkrili kako vitamini pomažu našem tijelu da raste, bude snažno, zdravo i spremno za učenje i igru.
A onda je uslijedio najiščekivaniji dio – priprema zdravih smoothieja uz pomoć učiteljica i prisutnih roditelja. Predstavnici skupina pročitali su prigodne pjesmice s receptima, nakon čega su mali Zdravoljupci zajednički birali, dodavali i kombinirali sastojke. Korištenjem Nutribullet blendera voće, povrće i ostale zdrave namirnice pretvorili su u šarene i ukusne napitke.
Posebno veselje izazvala je degustacija! Učenici su s ponosom kušali smoothieje koje su sami pripremili, uspoređivali okuse i otkrivali nove omiljene kombinacije.
Za kraj ove zdrave pustolovine učenici su dobili upute za domaću zadaću „Postani Zdravko Vitaminac“. U sklopu zadaće, uz pomoć roditelja osmislili su i zapisali sastojke za recept svog „super smoothieja“, napisali prigodnu pjesmicu te oslikali svoje recepte.
Posebnu zahvalu upućujemo obitelji Smernić, koja je svojim prekrasnim profesionalnim fotografijama ovjekovječila najljepše trenutke cijelog projekta te za uspomenu izradila jedinstven album s receptima naših učenika.

WhatsApp Video 2026-10-21 at 22.27.34.mp4

WhatsApp Video 2026-10-21 at 22.27.35.mp4

WhatsApp Video 2026-10-21 at 22.27.35 (1).mp4

WhatsApp Video 2026-10-21 at 22.27.36.mp4

https://drive.google.com/drive/folders/14bGA5FEoXrPqPqyxuaV2Tsh0ho7fYrfD?usp=sharing