

**MIĘDZYPRZEDSZKOLNY  
RODZINNY KONKURS KULINARNY  
dla przedszkoli miasta, gminy i powiatu kolbuszowskiego  
pt. „LASOWIACKIE SMAKI”**

**pod honorowym patronatem**

Podkarpackiego Kuratora Oświaty w Rzeszowie  
Dyrektora Podkarpackiego Zespołu Placówek Wojewódzkich w Rzeszowie

Zapraszamy wszystkie dzieci przedszkolne oraz członków ich rodzin (rodziców, dziadków, rodzeństwo) do wzięcia udziału w konkursie kulinarnym związanym z opracowaniem książki kucharskiej pt. „Lasowiackie smaki - zdrowy obiad”.

**REGULAMIN KONKURSU**

**I. Organizatorzy konkursu:**

- Wojewódzka Sieć Przedszkoli Promujących Zdrowie i Szkół Promujących Zdrowie działająca przy PCEN w Rzeszowie/Oddział w Tarnobrzegu;
- Przedszkole Publiczne w Kolbuszowej Górnej;
- Przedszkole Publiczne nr 3 w Kolbuszowej;
- Publiczne Przedszkole w Widełce;
- Przedszkole Publiczne w Kolbuszowej Dolnej.

**II. Cele konkursu:**

- kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych dziecka w wieku przedszkolnym,
- wdrażanie i upowszechnianie idei zdrowego stylu życia w rodzinie,
- rozwijanie zainteresowań kulinarnych jako jednej z formy spędzania czasu wolnego rodzica z dzieckiem,
- zachęcanie do spożywania zdrowych potraw,
- czerpanie radości i zadowolenia ze wspólnego działania rodzic - dziecko,
- inspirowanie dzieci do działań twórczych,
- promowanie pasji kulinarnych wśród rodziców i dzieci.

**III. Warunki uczestnictwa:**

1. Konkurs adresowany jest do wszystkich dzieci uczęszczających do przedszkola,
2. Polega na zaprojektowaniu przez dziecko i rodzinę np. mamę, tatę, babcię, dziadka - jednej strony książki kucharskiej (rozmiar A4) zawierającej przepis na zdrowy obiad jednodaniowy np. zupa lub drugie danie lub dwudaniowy według wysłanego pomysłu.
3. Na zaprojektowanej stronie A4 powinno znaleźć się:
  - nazwa dania,
  - składniki,
  - dokładny przepis na przygotowanie dania,
  - zdjęcie gotowej potrawy,

- mile widziane zdjęcie osoby lub osób które wykonała potrawę.
4. Prace będą oceniane pod względem: oryginalności i pomysłowości zaprezentowania zdrowego obiadu, przedstawienia ciekawych przepisów zgodnie z tematyką konkursu oraz z estetyką wykonania pracy.

#### **IV. Etapy konkursu i terminy:**

##### **Konkurs składa się z dwóch etapów:**

- I. **Przedшкоlny** - skierowany do wszystkich dzieci w przedszkolu. Etap kończy się wyłonienie 5 najlepszych prac. Termin rozstrzygnięcia konkursu przedszkolnego upływa dnia **15.02 2021 r.** –
- II. **Międzyprzedszkolny** - przesłanie wybranych prac z przedszkoli na adres e-mailowy: [przedszkole.gorna@wp.pl](mailto:przedszkole.gorna@wp.pl) do **25 lutego 2021 roku.**

#### **V. Ocena prac:**

Oceny pracy dokona Komisja Konkursowa powołana przez Organizatorów.

Decyzje Komisji Konkursowej są ostateczne i nie przysługuje od nich odwołanie.

Pierwsze trzy miejsca zostaną nagrodzone.

Wszystkie nadesłane prace z II etapu zostaną zebrane w **Książkę kucharską „Lasowiackie smaki – zdrowy obiad”**.

Dane osobowe uczestników będą wykorzystywane w celu wyłonienia zwycięzców, przyznania nagród i opublikowania książki kucharskiej „Lasowiackie smaki” .

Ogłoszenie wyników i uroczyste wręczenie dyplomów i wyróżnień odbędzie się w **marcu 2021 roku.**

#### **Koordynatorki konkursu:**

dr Barbara Wolny, *nauczyciel konsultant PCEN w Tarnobrzegu, wojewódzki koordynator PPZ i SzPZ w województwie podkarpackim*

mgr Mariola Kiełboń, *starszy wizytator KO w Rzeszowie, wojewódzki koordynator PPZ i SzPZ w województwie podkarpackim*