



Ogólnopolski projekt edukacji prozdrowotnej „Zdrowo jem, więcej wiem”.

Ogólnopolski projekt edukacji prozdrowotnej „Zdrowo jem, więcej wiem” kierowany jest do uczniów klas I-III szkół podstawowych. To właśnie w tym wieku zaczynają się wyrabiać nawyki żywieniowe. Warto, żeby te nawyki od razu były prawidłowe i pozwalały cieszyć się zdrowym i długim życiem. Zdajemy sobie sprawę, że edukacją należy objąć również osoby dorosłe, z których dzieci czerpią przykład. Nasze działania kierujemy równoległe do nauczycieli oraz rodziców.

PROJEKT "ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM" TO PRZEDE WSZYSTKIM:

- wieloaspektowa i spójna formuła wpisująca się w podstawy programowe Ministerstwa Edukacji Narodowej;
- bogata oferta edukacyjna dla zerówek i klas I-III szkół podstawowych;
- baza wiedzy i scenariuszy zajęć dla nauczycieli;
- szansa dla nauczycieli na podniesienie swoich kwalifikacji w zakresie edukacji związanej ze zdrowym i ekologicznym stylem życia;
- szansa dla uczniów na zdobycie wiedzy o zdrowym odżywianiu oraz wyrobienie prawidłowych nawyków żywieniowych, a także zdobycie cennych umiejętności takich jak praca w grupie.

Głównym celem projektu jest zatem wykształcenie u dzieci postaw prozdrowotnych poprzez uczenie zasad zdrowego odżywiania oraz przekazywanie wiedzy na temat produktów służących zdrowiu i produktów dla zdrowia szkodliwych.

Ważnym celem jest również uświadomienie związku pomiędzy żywieniem, a występowaniem wielu chorób i dolegliwości oraz podkreślenie roli codziennej aktywności fizycznej w profilaktyce zdrowotnej.

Staramy się również kształcić rodziców, od których zależy całokształt stylu życia rodziny i przekonanie ich, że warto zadbać o zdrowe odżywianie i regularną aktywność fizyczną.

Koordynatorki: E. Wołos, M. Jankowiak