

trzymaj formę



◆ **CEL GŁÓWNY PROGRAMU**

Edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej i ich rodzin poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety, w oparciu o odpowiedzialność indywidualną i wolny wybór jednostki.

◆ **CELE SZCZEGÓŁOWE**

- Pogłębienie wiedzy o znaczeniu prawidłowo zbilansowanej diety i aktywności fizycznej dla organizmu człowieka.
- Kształtowanie postaw i zachowań związanych z prawidłowym żywieniem oraz aktywnością fizyczną.
- Dostarczenie wiedzy o informacjach zamieszczonych na opakowaniach produktów spożywczych oraz umiejętność czytania etykiet.

◆ **ADRESACI PROGRAMU**

Uczniowie klas V – VIII szkół podstawowych.

◆ **PROGRAM REALIZOWANY METODĄ PROJEKTU**