

Trzymaj formę



TRZYMAJ FORMĘ - ogólnopolski program edukacyjny

W roku szkolnym 2009/2010 po raz pierwszy nasza szkoła przystąpiła do ogólnopolskiego programu edukacyjnego „Trzymaj formę”.

Program „Trzymaj formę” współorganizowany jest przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz Polską Federację Producentów Żywności Związek Pracodawców w ramach realizacji strategii WHO dotyczącej diety, aktywności fizycznej i zdrowia. Program przeznaczony jest dla uczniów szkół gimnazjalnych i ostatnich klas szkół podstawowych.

Celem programu „Trzymaj formę!” jest edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej oraz ich rodzin poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety. Program pomaga rozwijać zainteresowania uczniów i poszerza ich wiedzę o świecie. Realizowany jest metodą projektu, dzięki czemu wykracza poza podstawę programową i programy nauczania szkoły. Realizowane projekty powinny służyć promocji aktywności fizycznej, uczycy prawidłowego, czyli zróżnicowanego i zbilansowanego sposobu odżywiania się dzieci i młodzieży, ze szczególnym uwzględnieniem odpowiedzialności indywidualnej za zdrowie i zasady wolnego wyboru. Takie podejście pozwoli skutecznie walczyć ze złymi nawykami żywieniowymi dzieci i młodzieży, które prowadzą do otyłości i nadwagi a w konsekwencji do wielu przewlekłych chorób.

W naszej szkole w realizację programu „Trzymaj formę” zaangażowali się następujący nauczyciele: Krystyna Janus - koordynator, Julita Bartosiewicz, Beata Pieńczykowska, Ewa Marcinkjan i Celina Bączek.

Informacje przygotowała Krystyna Janus (nauczyciel ZSS w Mrągowie)