

"Trzymaj Formę" - Ogólnopolski Program Edukacyjny

Po raz kolejny nasz Ośrodek wziął udział w Ogólnopolskim Programie Edukacyjnym "Trzymaj Formę".

Nadrzędnym celem programu było kształtowanie prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej i ich rodzin przez poznanie składników odżywczych w pokarmach i ich wpływu na zdrowie człowieka. Ponadto uczniowie pogłęбили swoje wiadomości z zakresu właściwych nawyków żywieniowych, prawidłowego żywienia i przestrzegania odpowiednio zbilansowanej diety i wpływu aktywności fizycznej na zdrowie człowieka.

W roku szkolnym 2020/2021 uczniowie klas V - VIII szkoły podstawowej uczestnicząc w programie rozwijali swoje zainteresowania dotyczące zasad prawidłowego odżywiania i potrzeby codziennej aktywności fizycznej. Wszystkie przedsięwzięcia organizowane w ramach programu "Trzymaj formę" cieszyły się dużym zainteresowaniem wśród uczniów. Uczniowie realizujący program mieli okazję wykazać się swoimi pomysłami, umiejętnościami, talentami plastycznymi. Przy okazji dobrej zabawy i miłego spędzania czasu zdobywali odpowiednią wiedzę i umiejętności praktyczne dotyczące zdrowego odżywiania i higienicznego trybu życia. Uczniowie byli zainteresowani tematyką kształtowania prozdrowotnych nawyków, zasad prawidłowego odżywiania i potrzeby codziennej aktywności fizycznej.