

Innowacja pt. „Jedz i pij zdrowo- żyj na sportowo” ma na celu pogłębianie wiedzy na temat zdrowego odżywiania się wśród uczniów oraz kształtowanie i promowanie aktywnego sposobu spędzania czasu wolnego, nabywania nowych umiejętności. Treści programowe w innowacji zostały ujęte w bloki tematyczne, dla każdego bloku zostały wytyczone umiejętności, które uczniowie powinni opanować.

Bloki tematyczne obejmują obszary:

1. Aktywność a zdrowie
2. Higiena ciała i umysłu
3. Zdrowe odżywienie
4. Życie bez nałogów.

Istotnym założeniem jest, aby zdobyte wiadomości i umiejętności uczniowie przenieśli na grunt domowy. Poprzez proponowane formy realizacji, zakłada się zaktywizowanie uczniów oraz motywowanie ich do wdrażania zdrowego stylu życia na co dzień - od zbilansowanych posiłków zaczynając, na codziennym aktywnym wypoczynku w czasie wolnym, kończąc.