

Innowacja pedagogiczna „Zakręt na zdrowie”

Informacje o innowacji pedagogicznej:

1. Tytuł innowacji: **„Zakręt na zdrowie”**
2. Nazwa placówki: **Powiatowa Bursa dla Młodzieży Szkolnej**
3. Imię i nazwisko dyrektora: **Jan Bruski**
4. Gmina: **Chojnice**
5. Powiat: **Chojnicki**
6. Adres: **ul. Świętopelka 1, 89-620 Chojnice**
7. Telefon: **52 3972996**

Opis innowacji pedagogicznej:

1. Typ innowacji: **metodyczna**
2. Autor innowacji: **Wioleta Golińska**
3. Cele:

Zasadniczym celem innowacji „Zakręt na zdrowie” jest przekazanie młodzieży wiedzy dotyczącej zdrowego stylu życia, oraz zachęcenie do stosowania tych zasad w codziennym życiu. Uczestnicy zajęć mają wyuczyć się nawyku zdrowego stylu życia: nabyć i stosować wiedzę z zakresu zachowań prozdrowotnych, takich jak: racjonalne odżywianie się, odpowiednia aktywność fizyczna, zdrowy odpoczynek, samodzielna kontrola zdrowia, korzystanie z badań profilaktycznych oraz walki ze stresem, zaburzeń związanych z odżywianiem. Zajęcia mają zachęcić młodych ludzi do właściwego postępowania, aby wyrosli oni na zdrowych obywateli.

4. Realizatorzy innowacji: **wychowankowie bursy**
5. Przewidywany czas realizacji: **od 01 października 2014 roku do 31 maja 2015 roku**
6. Przewidywane efekty:

Realizacja innowacji pozwoli uczestnikom poszerzyć wiedzę na temat zdrowego odżywiania, chorób wynikających ze złego stylu życia, wpływu używek na organizm człowieka. Dodatkowo zapoznają się ze sposobami radzenia sobie ze stresem oraz konsekwencjami nałogów. Wychowankowie nabędą nawyki samobadania się, oraz kontroli masy ciała. Uczestnicy będą potrafili dokonać analizy swojego aktualnego stylu życia oraz zaplanować zmiany w swoim stylu życia mające korzystny wpływ na zdrowie.

7. Informacja czy będą wymagane nakłady finansowe.
Innowacja pedagogiczna nie wymaga nakładów finansowych.