

“TINEREȚEA – UN ECHILIBRU ÎNTRE ALIMENTAȚIE ȘI MIȘCARE”, EDIȚIA II

**PROIECT EDUCATIONAL JUDEȚEAN
CAEJ BN
AN ȘCOLAR 2022-2023**

**LICEUL CU PROGRAM SPORTIV
BISTRITA**

**LANSARE PROIECT
15 DECEMBRIE 2022**

Scopul proiectului

Campanie de informare
și promovarea a unei vieți
sănătoase
prin alimentație corectă
și mișcare
susținută zilnic





OBIECTIVELE SPECIFICE ALE PROIECTULUI

Conștientizarea elevilor și părinților despre efectele alimentației asupra randamentului școlar al elevilor;

Sensibilizarea elevilor din Liceul cu Program Sportiv și din școlile partenere, față de promovarea unui stil de viață sănătos prin practicarea mișcării, unui sport zilnic susținut;

**Utilizarea aplicațiilor IT în viața de zi cu zi, care permit monitorizare și controlul activităților fizice și consumarea controlată a alimentelor;
altele.**



**ACTIVITATEA NR. 1 -
„ȘTIM CE MÂNCĂM?”
IANUARIE –FEBRUARIE
2023**



**ACTIVITATEA NR. 2 -
“SPORTUL-UN ATU AL
SANĂTĂȚII”
MARTIE 2023**



**ACTIVITATEA NR. 3 -
“MIȘCAREA PRIN
CALORII ȘI PAȘI”
MAI –IUNIE 2023**

**REZULTATE
CALITATIVE ȘI CANTITATIVE
ASTEPTATE CA URMARE A
IMPLEMENTĂRII PROIECTULUI**

**DERULAREA PROIECTULUI
VIZEAZĂ REDUCEREA
NUMĂRULUI DE ELEVI (PESTE
10%) CARE SĂ CONSUME
PRODUSE FAST-FOOD LA ȘCOALĂ
ȘI PREPARAREASANDWICH -
URILOR ÎN CASĂ**

**CRESTEREA NUMĂRULUI DE
ELEVI CU 5%, CARE PRACTICĂ UN
SPORT ÎN TIMPUL LIBER**

**GRADUL DE APRECIERE AL
ACTIVITĂȚILOR PROIECTULUI –
CHESTIONARE DE SATISFACȚIE,
NUMĂRUL DE ELEVI
PARTICIPANȚI LA FIECARE
ACTIVITATE**

**ELEVII ÎȘI FORMEAZĂ
DEPRINDERI DE CITIRE A
INFORMAȚIILOR ÎNSCRISE PE
ETICHETELE ALIMENTELOR**

**APORTUL PĂRINȚILOR ÎN
DEZVOLTAREA
TRĂSĂTURILOR POZITIVE
ALE ELEVILOR ȘI CREȘTEREA
RANDAMENTULUI ȘCOLAR**

**VĂ AȘTEPTĂM CU DRAG SĂ
PARTICIPAȚI LA TOATE
ACESTE ACTIVITĂȚI!**

ORGANIZATORI:

CLASA A X A C

PROFESOR COORDONATOR

CRISTUREAN VIOLETA

