**Zdravá Abeceda**



Cílem tohoto projektu je vybavit děti kompetencemi pro zdravé rozhodování v oblastech, které ovlivňují jejich dlouhodobé zdraví.

[Děti](http://www.zdrava-abeceda.cz/home/cilove-skupiny/deti/kompetence-deti) se potřebují naučit odpovědnému rozhodování ve [čtyřech oblastech životosprávy](http://www.zdrava-abeceda.cz/home/metodika-programu/zivotosprava), které mají na vznik obezity a dalších civilizačních nemocí největší vliv:

* zdravá výživa
* zdravé prostředí
* zdravý pohyb
* vnitřní pohoda

Aktivity z tohoto programu učitelky vybírají tak, aby korespondovaly s IB ŠVP. Jednotlivé činnosti jsou upřesněny v TVP každé třídy.

Na webových stránkách [www.zdrava-abeceda.cz](http://www.zdrava-abeceda.cz) se mohou dozvědět i rodiče mnoho zajímavých rad na konkrétní aktivity s dětmi, kterými zdravý zdravotní styl podpoří.