



BIEG PO ZDROWIE

Program **antytytoniowej edukacji zdrowotnej**
pt.: „Bieg po zdrowie”

Cel programu

Zwiększenie wiedzy
i umiejętności uczniów na temat
zdrowia **w kontekście**
szkodliwości palenia
papierosów
i używania e-papierosów





Grupa wiekowa 9-10 lat -dzieci
w IV klasie szkoły podstawowej

Używanie wyrobów tytoniowych **nie jest normą**.
Program powinien powodować **zmianę**
postrzegania co jest normą
w społeczeństwie

Program powinien angażować nie tylko
środowisko szkolne, **ale i domowe uczniów**
oraz całe społeczności lokalne



Podczas cyklu zajęć dzieci:

- dyskutują,
- wymieniają doświadczenia, spostrzeżenia, refleksje i pomysły,
- przeprowadzają wywiady z osobami niepalącymi,
- liczą koszty palenia papierosów,
- pracują w grupach przy tworzeniu antyreklamy dla papierosów,
- tworzą komiks z bohaterami programu.



SCHEMAT ZAJĘĆ PROGRAMOWYCH

1) Przeprowadzenie dwóch spotkań z rodzicami

2) Przeprowadzenie lekcji z uczniami

6 godzin lekcyjnych zgodnie ze scenariuszami. 1 godzina lekcyjna/ 2 tygodnie.

3) Praca uczniów w domu

Zadania wykonywane w grupach lub samodzielnie. Prace domowe dostarczane nauczycielowi na 1 tydzień przed następną lekcją.

SPOTKANIE **PIERWSZE** Z RODZICAMI

CEL SPOTKANIA

- Przekazanie rodzicom informacji na temat realizacji programu

PLAN SPOTKANIA

- Prezentacja filmu **pt. Założenia programu antytytoniowej edukacji zdrowotnej**
- Przekazanie ulotek informacyjnych (**Rodz.2**)

SPOTKANIE **DRUGIE** Z RODZICAMI

CEL SPOTKANIA

- Podsumowanie realizowanego Programu oraz poznanie opinii, sugestii rodziców.
- Spotkanie może być połączone z zebraniem rodzicielskim

Załącznik Rodz. 2

INFORMACJE NA TEMAT PROGRAMU
ANTYTYTONIOWEJ EDUKACJI ZDROWOTNEJ
DLA UCZNIÓW IV KLAS SZKÓŁ PODSTAWOWYCH
pt. "Bieg po zdrowie"



zajęcia są prowadzone metodami aktywizującymi i zróżnicowanymi

uczniowie powinni **mieć realny wpływ na przebieg zajęć** oraz
powinni być ich aktywnymi uczestnikami

podczas zajęć dzieci powinny dyskutować, argumentować, wymieniać
spostrzeżenia i wyniki, **co pozwoli im na poszerzenie wiedzy**



ZAJĘCIA Z UCZNIAMI

LEKCJA 1 /6

- Palenie jest niezdrowe.

LEKCJA 2/6 – *pierwsze zadanie domowe*

- Jak się nie dać złowić nałogowi?

LEKCJA 3/6 – *drugie zadanie domowe*

- Dlaczego jest coraz więcej osób, które nie palą papierosów?

LEKCJA 4/6

- Palenie szkodzi!

LEKCJA 5/6

- Jak to zrobić, żeby nie palić ?

LEKCJE 6 /6

- Jak to zrobić, żeby inni nie palili ?
- Podsumowanie zajęć.





Cykl filmów edukacyjnych

Uzupełnieniem programu jest **cykl filmów edukacyjnych z udziałem ekspertów** z dziedziny psychologii oraz autorów programu.

- szybkie i łatwe zapoznanie się z programem,
- poznanie kluczowych wskazówek dotyczących wychowywania dzieci,
 - umiejętność rozwiązywania swoich problemów,
- poznanie sposobów komunikowania się z dzieckiem,
- poznanie sposobów radzenia sobie z uzależnieniami dzieci,
- skłonienie do refleksji i przemyśleń.

Materiały do realizacji programu:

Dostępne na stronie internetowej Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Lublinie

<https://www.gov.pl/web/psse-lublin/oferta-programowa>

Pliki do pobrania:

1. podręcznik dla nauczyciela
2. zeszyt ćwiczeń dla ucznia
3. plakaty
4. ulotkę informacyjną dla rodziców
5. folder



Informacja z realizacji programu antytytoniowej edukacji zdrowotnej dla IV klas szkoły podstawowej pt. „Bieg po zdrowie”

Szanowni Państwo,

Zwracamy się z prośbą o wypełnienie poniższego kwestionariusza, dotyczącego przebiegu ww. programu w Państwa szkole.

W przypadku pytań zamkniętych prosimy o zakreślenie właściwej odpowiedzi „X” w miejsce ☐ W przypadku pytań otwartych w miejsce kropek prosimy wpisać własną odpowiedź.

Uzyskane informacje posłużą do oceny efektów działań, a przedstawione wnioski pozwolą na udoskonalenie kolejnej edycji programu.

Główny Inspektorat Sanitarny

KWESTIONARIUSZ ANKIETY DLA SZKOLNEGO KOORDYNATORA PROGRAMU

I. INFORMACJE OGÓLNE

Miejsce i czas realizacji programu:

Nazwa i adres szkoły:

Program był realizowany w terminie:

od: / / do: / /

rrrr/ mm/ dd

rrrr/ mm/ dd

W jaki sposób szkolny koordynator został przygotowany do realizacji programu?

- ☐ uczestniczył w szkoleniu zorganizowanym przez PSSE
- ☐ Został przygotowany indywidualnie przez koordynatora z PSSE
- ☐ inny sposób (jaki?):
- ☐ koordynator nie uczestniczył w szkoleniu i nie otrzymał instruktażu

II. RODZICE

Czy przeprowadzono dwa spotkania informacyjne z rodzicami zgodnie z założeniami programu?

- ☐ tak, przeprowadzono spotkanie przed programem oraz po zakończeniu programu
- ☐ nie, zorganizowano spotkanie wyłącznie przed programem
- ☐ nie, zorganizowano spotkanie wyłącznie po programie
- ☐ nie zorganizowano żadnego spotkania z rodzicami

Liczba rodziców/ opiekunów ogółem uczestniczących w programie:

--	--	--	--	--

Czy rodzice byli aktywnymi uczestnikami programu?

- ☐ tak
- ☐ nie

III. UCZNIOWIE

Liczba uczniów ogółem uczestniczących w programie:

--	--	--	--	--

Liczba klas ogółem uczestniczących w programie:

--	--	--	--	--

IV. PRZEBIEG I OCENA PROGRAMU

Czy program został zrealizowany w całości, zgodnie z założeniami?

- ☐ Tak
- ☐ Nie

Jeżeli NIE, proszę podać dlaczego?

.....

.....

.....

Czy program został rozszerzony o dodatkowe działania?

- ☐ Tak (jakie?)

.....

.....

.....

- ☐ nie

Które elementy programu/ informacje były najważniejsze?

.....

.....

.....

Co Pani/ Pana zdaniem było najbardziej motywujące dla dzieci w zakresie dbania o swoje zdrowie?

.....

I. Dodatkowy komentarz na temat realizacji programu w szkole:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Czy jest coś, co można by dodać do tego programu lub zmienić?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Czy program będzie kontynuowany w następnej edycji?

- ☐ Tak
- ☐ Nie
- ☐ Nie wiem

Ocena:	bardzo dobra	dobra	średnia	słaba	bardzo słaba
Kategorie:					
Odbiór Programu przez uczniów	☐	☐	☐	☐	☐
Ocena Programu przez prowadzącego/prowadzących	☐	☐	☐	☐	☐
Opinia rodziców dzieci uczestniczących w Programie	☐	☐	☐	☐	☐
Dostosowanie założeń i sposobu realizacji programu do wieku i rozwoju dzieci	☐	☐	☐	☐	☐
Ocena poradnika przeznaczanego dla realizatorów Programu	☐	☐	☐	☐	☐
Ocena realizacji zakładanych celów	☐	☐	☐	☐	☐





BIEG PO ZDROWIE

Patronaty honorowe



MINISTERSTWO
EDUKACJI
NARODOWEJ



Ministerstwo Zdrowia



RZECZNIK PRAW DZIECKA