



PETYCJA

Adresat:



Włodzimierz Czarzasty

Marszałek Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej

Kancelaria Sejmu

Ul. Wiejska 4/6/8,

00-902 Warszawa

Osoba wnosząca petycję:



Przedmiot petycji:

Wniosek o pilne podjęcie działań legislacyjnych i organizacyjnych zmierzających do skrócenia czasu trwania lekcji szkolnych z 45 minut do 35 minut, przeznaczenia pozyskanego czasu na zajęcia twórcze, ruchowe i rozwojowe wybierane przez uczniów oraz zorganizowanie ogólnopolskiego forum społecznego w sprawie zdrowia fizycznego i psychicznego dzieci i młodzieży.

Uzasadnienie:

Jako lekarz z wieloletnim doświadczeniem naukowym i klinicznym w pracy z dziećmi i młodzieżą, od wielu lat zajmuję się problemami otyłości oraz zaburzeń psychicznych tej grupy wiekowej.

Z troską obserwuję systematyczny wzrost tych zagrożeń, na które obecny system szkolny nie proponuje realnych i szybkich rozwiązań.

Obecny 45-minutowy czas lekcji przyczynia się do nadmiernego obciążenia uczniów, długotrwałego przebywania w pozycji siedzącej oraz ograniczenia aktywności fizycznej i twórczej. Model siedzenia w ławkach szkolnych, sięgający czasów średniowiecza, nie odpowiada wyzwaniom współczesności.

Skrócenie lekcji do 35 minut pozwoliłoby na uwolnienie w ramach normalnego czasu pracy szkoły około 60 minut dziennie. Czas ten powinien zostać przeznaczony na **zajęcia twórcze, ruchowe i relaksacyjne**, dobierane przez samych uczniów w tematycznych grupach.

Kluczowym elementem mojego wieloletniego projektu strategicznego jest stworzenie **poza murami szkolnymi** dedykowanych, nowatorskich przestrzeni przeznaczonych wyłącznie do rozwoju twórczego, myślenia krytycznego, współpracy w grupach oraz różnorodnych aktywności rozwijających umiejętności praktyczne i społeczne.

Zajęcia te nie powinny podlegać ocenie szkolnej ani sztywnym ramom programowym, lecz być maksymalnie wspierane przez państwo – **podobnie jak projekty o strategicznym znaczeniu dla bezpieczeństwa narodowego**.

Nie chodzi o stworzenie kolejnego modelu domu kultury. Projekt zakłada nowatorskie rozwiązanie, które – według mojej wiedzy – nigdzie na świecie nie zostało jeszcze wdrożone.

Polega ono na wprowadzeniu mikrozmian, które z czasem doprowadzą do ogromnego skoku jakościowego, bez wielkiej reformy edukacyjnej, która zwykle generuje wielomiesięczne polityczne dyskusje bez konkretnych efektów.

Strategia ta ma połączyć wszystkie lokalne środowiska społeczne. Rzemiosło, technologię, innowacje, kulturę, organizacje społeczne, itd.

Przedstawione informacje są celowo skrócone, ponieważ temat ten w swej zawartości merytorycznej obejmuje doświadczenie z wielu dyscyplin naukowych oraz wymaga bezpośredniego doświadczenia i wiedzy praktycznej.

Tylko na tej podstawie można stwierdzić z pełnym przekonaniem, że projekt jest w pełni wykonalny i możliwy do przeprowadzenia w skali całej Polski.

Tylko zmiana otoczenia stworzy impuls niezbędny do rzeczywistej zmiany nawyków i sposobu myślenia. W murach szkolnych taka transformacja nie będzie możliwa.

Nasze dzieci są naszą przyszłością – musimy dbać o nie jak o najcenniejszy skarb.

Podstawy naukowe:

Dłuższy czas sedentarny koreluje jednocześnie ze wzrostem ryzyka otyłości oraz zaburzeń psychicznych (depresja, lęk). Potwierdzają to m.in.:

- Wang et al. (2024). Pełny tekst: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2024.1412389/full>
- Kandola et al. (2020). Pełny tekst: [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30034-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30034-1/fulltext)
- Tremblay et al. (2011). Pełny tekst: <https://link.springer.com/article/10.1186/1479-5868-8-98>

Dalsze zaniedbywanie tego obszaru doprowadzi do bardzo poważnych problemów społecznych i wielomiliardowych strat dla budżetu państwa.

Wnoszę o:

1. Pilne zorganizowanie ogólnopolskiego forum społecznego z udziałem ekspertów medycznych, pedagogów, psychologów, przedstawicieli Ministerstwa Edukacji Narodowej, Ministerstwa Zdrowia, rodziców oraz samych uczniów.
2. Rozpatrzenie niniejszej petycji przez Komisję do Spraw Petycji oraz Komisję Edukacji, Nauki i Młodzieży.
3. Analizę możliwości wprowadzenia skróconego czasu lekcji oraz stworzenia dedykowanych przestrzeni do działalności twórczej poza murami szkoły.
4. Rozważenie przygotowania nowelizacji odpowiednich aktów prawnych.
5. Uwzględnienie przygotowanej przeze mnie strategii systemowych zmian.

Projekt podejmuje zdecydowane działania profilaktyczne, aby już na wczesnym etapie skutecznie powstrzymać problemy otyłości i zdrowia psychicznego u dzieci. To samo w sobie byłoby znaczącym osiągnięciem.

Wiedzieć nie oznacza jeszcze rozumieć, a rozumieć nie oznacza umieć to zrobić.

Hurtowa produkcja różnych USTAW-PRZEPISÓW, nigdy nie gwarantuje ich wykonalności. No to po co je produkować. Czyż nie warto najpierw coś SPRAWDZIĆ-PILOTAŻOWO, że coś działa i dobrze służy człowiekowi ?

Tutaj kluczowe jest wiedzieć jak to zrobić. Szaleństwem jest bowiem powtarzać te same działania, oczekując lepszych rezultatów.

Jak można oczekiwać zmian, kiedy nasze dzieci robią ciągle to samo. Siedzą **UNIERUCHOMIONE** w ławkach. I tak czynią latami, licząc te godziny i lata szkolne. No właśnie jak ??

Ludzki MÓZG idzie po najmniejszej linii energetycznej, jak się nauczy NIERUSZAĆ, to najczęściej taki styl życia będzie preferował i przekazywał swoim dzieciom. Zakłęty krąg epigenetyczny.

Dzisiaj MÓZG - KLIKA, prawie 3-4 godziny dziennie. RATUNKU !? Powinniśmy codziennie bić na ALARM.

A my przeznaczamy na ZBROJENIA 200 miliardów. OK. Też ważne.

Tylko że ten prawdziwy WRÓG mieszka w smartfonach. Taki mało widoczny, ale czyni MAKABRYCZNE ZNISZCZENIA w psychikach dzieci, dorosłych, wszystkich.

Czym skorupka za młodu

Oczywiście mogę się całkowicie mylić w tej wizji.

Niemniej logiczne wydaje się, że konkretne zmiany należy rozpocząć już w wieku szkolnym – tylko wtedy można oczekiwać realnej poprawy.

Mowa jest tego najlepszym przykładem: jeśli nie nauczymy się jej odpowiednio wcześniej, pozostaje nam wyłącznie język migowy. To dobitny przykład zaniedbań dzieci głuchoniemych.

Obecnie mamy dokładnie taki sam problem do rozwiązania. Jeśli nie dokonamy konkretnych zmian w nawykach dzieci, grozi nam społeczny krach o niewyobrażalnych konsekwencjach. **Mówimy o perspektywie 5/10/15/20 lat.**

Pozostawienie tego problemu wyłącznie rodzicom świadczy o kompletnym niezrozumieniu jego skali i natury.

Wszelkie ZAKAZY, nigdy nie są skuteczne. Należy uświadamiać, to jest klucz do sukcesu. Tylko na litość boską **NIE GADANIEM**, tylko robieniem ciekawych rzeczy, tych które pasjonują dzieci.

Z poważaniem

