

O PROGRAMIE „SZKOŁA I PRZEDSZKOLE PRZYJAZNE ŻYWIENIU I AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ”

Problem nadwagi i otyłości

Polska pod względem nasilenia otyłości u dzieci i młodzieży znalazła się w przełomowym momencie, istnieje bowiem szansa na zatrzymanie tej światowej epidemii i uniknięcia drogi, jaką przeszły inne kraje, w których – jak wynika z danych Światowej Organizacji Zdrowia – odsetek dzieci otyłych dochodzi do 20%. W Polsce tempo narastania odsetka takich dzieci ma istotny statystycznie trend wzrastający. Dodatkowo, liczba dzieci wykazujących stan przedotyłościowy, czyli nadwagę, już dorównuje innym krajom.

Cel

Celem programu jest wdrażanie zasad prawidłowego żywienia i aktywności fizycznej u dzieci i młodzieży poprzez kształtowanie prozdrowotnych postaw i, w konsekwencji, zapobieganie rozwojowi nadwagi i otyłości oraz innym chorobom przewlekłym.

Adresaci programu

Program jest adresowany do przedszkoli i szkół, by zmotywować je do podjęcia na własnym terenie działań zapobiegających rozwojowi nadwagi i otyłości wśród dzieci i młodzieży. Jest to podstawa do rozwoju środowiska niezbędnego do promowania zasad prawidłowego żywienia i aktywności fizycznej oraz nadzoru nad stanem odżywienia wśród dzieci i młodzieży w wieku przedszkolnym i szkolnym.

Założenia

Program zakłada poddanie przedszkoli i szkół procesowi certyfikacji, który jest odzwierciedleniem ich działalności na rzecz przeciwdziałania nadwadze i otyłości. Idea programu zakłada, że w przedszkolu/szkole społeczność (pracownicy, uczniowie i rodzice) podejmuje wspólne działania dla poprawy i utrzymania swojego zdrowia i samopoczucia przez zmianę zachowań żywieniowych i podniesienie aktywności fizycznej. Szkoła, w której uczeń przebywa przez wiele godzin, nie może pozostać obojętna wobec wymogów rozwojowych i zdrowotnych dzieci lub młodzieży.

W szkole, gdzie naturalnym procesem jest nauczanie i kształtowanie postaw, istnieje szereg możliwości wdrażania zasad prawidłowego stylu życia, m.in. poprzez: programy edukacyjne, organizację wspólnych śniadań, zwiększanie odsetka uczniów korzystających z obiadów, zmianę na prozdrowotne asortymentu produktów spożywczych dostępnych na jej terenie, a także wprowadzanie różnych codziennych form aktywności fizycznej wśród uczniów.

Najbardziej skuteczne programy edukacyjne z zakresu prawidłowego żywienia i aktywności fizycznej bazują na środowisku szkolnym, będącym centrum działań, obejmującym także rodziny czy też lokalną społeczność. Podjęte w szkole działania wpływają na przyszłe zdrowie i ukształtowanie prozdrowotnych nawyków całej generacji.

Nowatorskie założenia

Nowatorskim podejściem w realizacji zadania jest zaproponowanie rozwiązań systemowych polegających na:

- zmotywowaniu szkół i przedszkoli, poprzez zaproponowaną pomoc w trakcie realizacji programu, do uzyskania certyfikatu Szkoły / Przedszkola Przyjaznej Żywieniu i Aktywności Fizycznej,
- całościowym wdrażaniu programu (udział całego środowiska szkolnego, rodziców, społeczności lokalnej i władz samorządowych),
- stałym przygotowywaniu przez IŻŻ i AWF materiałów pomocniczych dla nauczycieli, dyrektorów szkół, organizatorów żywienia i rodziców,
- monitorowaniu wdrażania programu w celu ewentualnej korekty w trakcie jego realizacji.

Wdrażanie programu

W najbliższych 5 latach program będzie realizowany w 100 placówkach w każdym województwie (25 przedszkoli, 25 szkół podstawowych, 25 gimnazjów i 25 szkół ponadgimnazjalnych), a w następnych latach obejmie kolejne placówki.

Program ten jest dobrowolną inicjatywą, stwarza system spontanicznej możliwości przyłączania przedszkola/szkoła do programu, co jest dla nich nobilitacją i realną korzyścią (otrzymują np. specjalne materiały edukacyjne dla placówki, nauczycieli i rodziców z zakresu żywienia i aktywności fizycznej, m.in. plakaty).

Przedszkole/szkoła, które pomyślnie wdrożą program zgodnie z opracowanymi kryteriami, otrzymają **certyfikat Szkoły / Przedszkola Przyjaznej Żywieniu i Aktywności Fizycznej**.

Certyfikat

Przedszkole/szkoła ubiegające się o certyfikat mają za zadanie tworzenie na swoim terenie środowiska sprzyjającego realizacji założeń programu zwalczania nadwagi i otyłości, promującego prawidłowe żywienie i aktywność fizyczną. Kryteria certyfikacji są zróżnicowane dla poszczególnych rodzajów szkół oraz przedszkoli:

Przewidywane efekty programu

Najważniejsze punkty końcowe osiągnięte po okresie realizacji programu to:

- zwiększenie poziomu wiedzy o roli żywienia i aktywności fizycznej wśród uczniów, ich rodziców i personelu pracującego z uczniami na terenie szkół i przedszkoli – zaproponowano szereg mierzalnych wskaźników tej oceny,
- poprawa sposobu żywienia i poziomu aktywności fizycznej wśród uczniów,
- uwidoczony, choć być może odroczony w czasie, trend spadkowy lub przynajmniej zahamowanie wzrostu nasilenia otyłości i nadwagi wśród dzieci i młodzieży.

Instytucja realizująca



Partnerzy



Instytucja współfinansująca

