



# BIEG PO ZDROWIE

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



## Zasięg II edycji programu

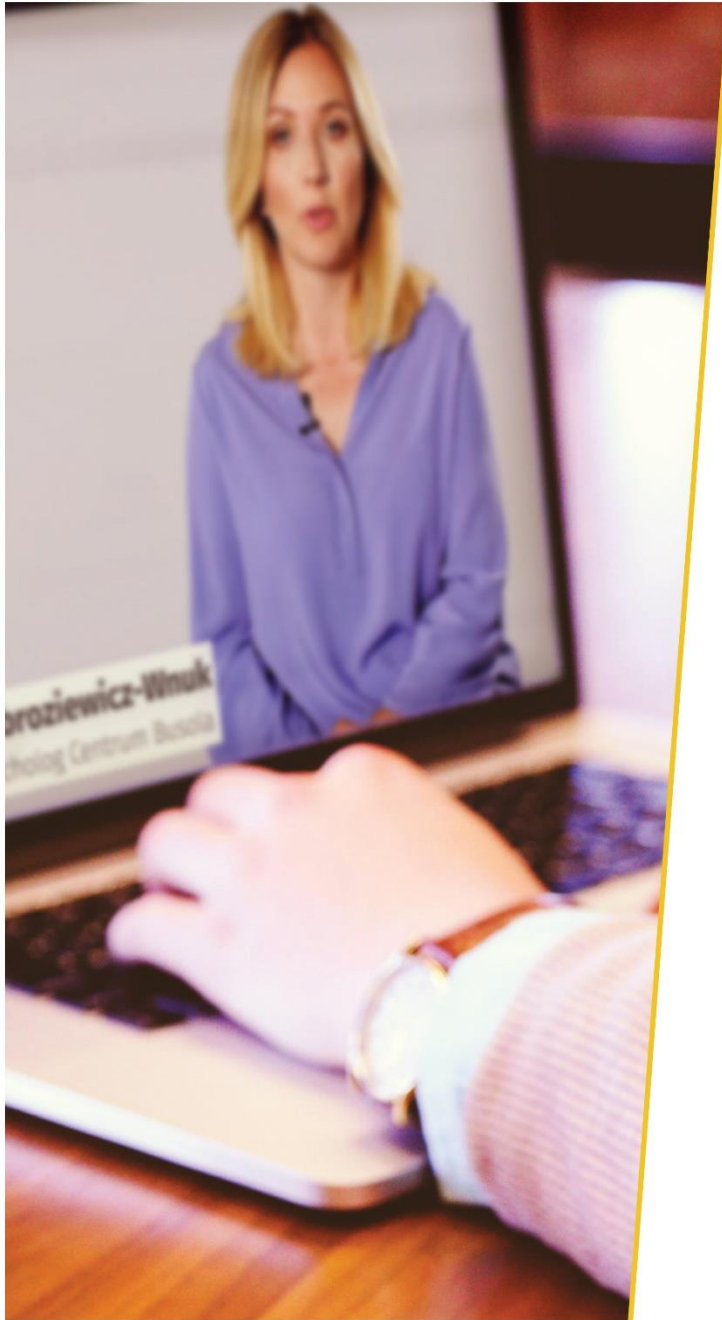
**28%** szkół podstawowych (12903)

**28%** klas IV (6241)

**119 877** uczniów klas IV

**101 678** rodziców





## Ocena szkolnych koordynatorów

- Średnia ocena: **4,7/5**
- Najniższa ocena: **4,51** (opinia rodziców dzieci o programie)
- Najwyższa ocena: **4,81** (ocena pomocy dydaktycznych – zeszyty ćwiczeń, plakaty, podręcznik)



## Według szkolnych koordynatorów:

najważniejsze informacje/ elementy programu:

- ✓ nauka zachowań asertywnych,
- ✓ nauka konsekwencji zdrowotnych oraz składu dymu tytoniowego,
- ✓ pokazanie atrakcyjności życia bez nałogów,
- ✓ wywiady z osobami niepalącymi,
- ✓ zaangażowanie rodziców w program.

Najbardziej motywujące dla uczniów było:

- ✓ pokazanie kosztów związanych z paleniem,
- ✓ wpływ palenia na zdrowie człowieka oraz skutki biernego palenia,
- ✓ odpowiedzialność za własne zdrowie,
- ✓ pokazanie korzyści wynikających z niepalenia.

## Wiedza uczniów na temat zdrowia

### Oslabieniu uległy przekonania:

*„Z papierosem wygląda się na  
dorostego”,*

*„Nie mamy wpływu na nasze zdrowie”,*

*„Są ważniejsze sprawy niż moje  
zdrowie”.*

### Wzmocnieniu uległy :

*„Zdrowy człowiek jest uśmiechnięty i  
przyjazny”,*

*„Dla mojego zdrowia ważne jest, aby  
spać 7-8 godzin w nocy”,*

*„Mam prawo powiedzieć, żeby ludzie  
nie palili w mojej obecności”.*





## Uczniowie

Program „Bieg po zdrowie” został wysoko oceniony przez uczniów. Średnia uzyskana ze średnich ze wszystkich ocen **wyniosła 3,53/4.**

## Rodzice

Rodzice ocenili program wyżej niż ich dzieci, a oceny były bardziej zgodne. Średnia wszystkich ocen **wynosiła 3,71/4.**



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

- poczucie dumy z powodu niepalenia,
- perspektywa zachowania zdrowia w przyszłości,
- edukowanie swoich rodziców w zakresie szkodliwości palenia,
- przykład rodziców i dbanie o zdrowie,
- uświadomienie dzieciom że zdrowie jest najważniejsze,
- projekty grupowe.





## Co Pani/Pan sądzi na temat pomysłu angażowania w realizację niektórych zadań ?:

- ☺ pomoc rodziców bardziej motywuje dzieci do dbania o zdrowie,
- ☺ angażowanie rodziców jest bardzo ważne, nawiązują się bliższe relacje z dziećmi,
- ☺ dobry pomysł, można spędzić z dzieckiem więcej czasu,
- ☺ współpraca domu ze szkołą jest owocna,
- ☺ pomysł bardzo fajny i motywuje do działania poprzez zabawę razem z dzieckiem,
- ☺ było to fajne doświadczenie,
- ☺ dzięki temu sami mogliśmy zastanowić się nad swoim zdrowiem i zrozumieć, że mamy duży wpływ na zachowanie swojego dziecka,
- ☹ wolę jak dziecko wykonuje swoje prace samodzielnie,
- ☹ rodziców proszę zostawić w spokoju. Jesteśmy wystarczająco angażowani przez szkołę i kościół





## Założenia do III edycji programu

**Zasięg: 36%** ( ze zgłoszonego zapotrzebowania)

**Ewaluacja:** w trakcie ustalania (zewnętrzna lub jak w II edycji)

**Termin sprawozdania:** 15.07.2019 do GIS

**Termin dostarczenia materiałów:** 04.10.2018 r.



## Na co zwracać uwagę:

- Szkolny koordynator musi zostać przygotowany do realizacji programu.
- Koordynatorzy z PSSE powinni podkreślać znaczenie pozytywnych przekazów w programie (korzyści z niepalenia).
- Program należy realizować wyłącznie w IV klasach.
- Należy zwrócić uwagę lepszą współpracę ze szkołami.





# BIEG PO ZDROWIE

## Patronaty honorowe



MINISTERSTWO  
EDUKACJI  
NARODOWEJ



Ministerstwo Zdrowia



RZECZNIK PRAW DZIECKA