

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

Głównym celem programu jest zapobieganie paleniu papierosów wśród uczestników zajęć, zarówno obecnie, jak i w przyszłości, w ich dalszym życiu. Celem jest także ukazanie atrakcyjności życia wolnego od uzależnienia od tytoniu.

Zajęcia będą realizowane przy użyciu zróżnicowanych metod aktywizujących, gdyż zwiększa to efektywność programów profilaktycznych.

Dzieci zostaną zachęczone do udziału w dyskusji, dzielenia się własnymi refleksjami, pomysłami. Uczniowie w ramach zajęć profilaktycznych będą wykonywać zadania domowe, jedno samodzielnie, a trzy w małych grupach.

Państwa zainteresowanie tym programem, widoczne podczas wspólnych rozmów z dziećmi, wpłynie korzystnie na jego efekty. Chcielibyśmy również, aby Państwo w miarę możliwości pomagali dzieciom w wykonywaniu prac domowych związanych z tym programem. Tym samym zachęcamy, aby stali się Państwo grupą wspierającą program.

Wyniki badań naukowych wskazują na korzystny wpływ, jaki ma przekazywanie przez rodziców wyraźnych komunikatów: że uważają, iż palenie papierosów jest negatywnym zjawiskiem. Trudniej mają rodzice, którzy sami palą tytoń. W takiej sytuacji mogą wytłumaczyć dziecku, że żałują, iż zaczęli kiedyś palić. Chcieliby rzucić nałóg, ale jest to trudne, dlatego najlepiej nie próbować palić papierosów.

Z perspektywy kształtowania postaw prozdrowotnych (również w zakresie profilaktyki palenia tytoniu) bardzo ważna jest współpraca rodzica z dzieckiem, ich wzajemne relacje, dawanie dobrego przykładu.

Warto również wiedzieć, że czynnikami najsilniej chroniącymi ogólnie przed używaniem substancji psychoaktywnych są: monitorowanie przez rodziców czasu wolnego spędzanego poza domem, wspieranie konstruktywnych zainteresowań, organizowanie dodatkowych zajęć przez szkołę i rodziców oraz przestrzeganie funkcjonujących w najbliższym otoczeniu norm, które zakazują używania substancji psychoaktywnych.

