

LIST INTENCYJNY

w sprawie współpracy przy realizacji programu edukacyjnego

„Trzymaj Formę!”

podpisany pomiędzy

Lubuskim Państwowym Wojewódzkim Inspektorem Sanitarnym w Gorzowie Wlkp. –

panią Dorotą Konaszcuk

i

Lubuskim Kuratorem Oświaty - panią Ewą Rawą

Szanowni Dyrektorzy i Nauczyciele,

Zapraszamy do realizacji Ogólnopolskiego programu „Trzymaj Formę!”, który adresowany jest do uczniów klas V-VIII publicznych i niepublicznych szkół podstawowych. Celem przedsięwzięcia jest edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej i ich rodzin, poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia, w szczególności zbilansowanej diety i aktywności fizycznej, w oparciu o odpowiedzialność indywidualną i wolny wybór jednostki.

Promowanie tych zagadnień jest niezmiernie ważne, ze względu na rosnący wciąż problem nadwagi i otyłości. *W Polsce, problem nadmiernej masy ciała dotyczy już 10% małych dzieci, 30% dzieci w wieku wczesnoszkolnym i 22% młodzieży do 15 roku życia.*

Zdrowe odżywianie w połączeniu z aktywnością fizyczną jest natomiast warunkiem zachowania i wzmacniania zdrowia we wszystkich okresach życia człowieka. Korzystnie wpływa na samopoczucie i proces uczenia się oraz sprzyja lepszej koncentracji.

Zaletą tego programu jest to, iż pomaga rozwijać zainteresowania uczniów i poszerza ich wiedzę o świecie. Realizowany jest metodą projektu, dzięki czemu wykracza poza podstawę programową i programy nauczania szkoły. Taka konstrukcja programu, dająca dużą swobodę wyboru sposobu jego realizacji, umożliwia uczniom poszukiwanie i realizowanie własnych pomysłów prozdrowotnych i ma niewątpliwy wpływ na jego skuteczność.

Co więcej, uczniowie zainteresowani zdobyciem i pogłębieniem wiedzy z zakresu zdrowego stylu życia mogą wziąć udział w *Konkursie wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!”*. Konkurs przeprowadzany jest w trzech etapach: I etap - szkolny, II etap - powiatowy, III etap – ogólnopolski. Wszystkie etapy konkursu są przeprowadzane na podstawie zestawów

zadań opracowanych zgodnie z zasadami pomiaru dydaktycznego. Więcej informacji o konkursie dostępnych jest na stronie internetowej <https://konkurs.trzymajforme.pl/dobrania>. Poza tym, konkurs ten został *umieszczony w wykazie zawodów wiedzy, artystycznych i sportowych, organizowanych przez kuratora oświaty lub inne podmioty działające na terenie szkoły, które mogą być wymienione na świadectwie ukończenia szkoły podstawowej.*

Na potrzeby programu opracowano nowoczesne materiały dydaktyczne przeznaczone dla nauczycieli, rodziców i uczniów. Gwarantują one szybki dostęp do niezbędnej w trakcie realizacji programu wiedzy, która w zwykłym programie nauczania obejmuje kilka różnych przedmiotów realizowanych w różnym czasie. Szkolni koordynatorzy programu mogą korzystać z poradnika dla nauczyciela, scenariuszy zajęć i plakatu z Talerzem Zdrowego Żywienia.

Program współorganizowany jest przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz Polską Federację Producentów Żywności Związek Pracodawców w ramach realizacji strategii WHO dotyczącej diety, aktywności fizycznej i zdrowia. Patronami programu są: Instytut Nauk o Żywieniu Człowieka SGGW w Warszawie, Federacja Konsumentów oraz Polskie Towarzystwo Badań nad Otyłością.

Szkoły zainteresowane przystąpieniem do programu proszone są o kontakt z właściwą terenowo *Powiatową Stacją Sanitarno – Epidemiologiczną, której pracownicy pionu Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej* wspierają szkoły w jego realizacji, m.in.: poprzez organizowanie szkoleń metodycznych dla nauczycieli, realizację zajęć z uczniami czy przeprowadzanie konkursów dotyczących powyższej tematyki.

Mamy nadzieję, iż włączenie się Państwa placówek w realizację ogólnopolskiego programu „Trzymaj Formę!” umożliwi zbudowanie trwałych nawyków w zakresie prawidłowego odżywiania i aktywności fizycznej, które przyczynią się do dobrego stanu zdrowia i samopoczucia uczestników programu.

Ewa Ława

Lubuski Kurator Oświaty
w Gorzowie Wlkp.

LUBUSKI PAŃSTWOWY WOJEWÓDZKI
INSPEKTOR SANITARNY
w Gorzowie Wlkp.

lek. med. Dorota Konaszczuk
specjalista epidemiologii
Lubuski Państwowy Wojewódzki
Inspektor Sanitarny
w Gorzowie Wlkp.