



**Główny Inspektorat Sanitarny**

**SPRAWOZDANIE  
Z REALIZACJI IV EDYCJI  
PROGRAMU  
ANTYTYTONIOWEJ  
EDUKACJI ZDROWOTNEJ  
DLA IV KLAS SZKÓŁ  
PODSTAWOWYCH  
„BIEG PO ZDROWIE”  
W ROKU SZKOLNYM  
2019/2020**

**Departament  
Komunikacji Społecznej i Promocji  
Zdrowia**

Palenie tytoniu i e-papierosów wśród młodzieży szkolnej stanowi istotny problem w zdrowiu publicznym. Z najnowszego raportu polskich badań zdrowia i zachowań zdrowotnych młodzieży szkolnej (HBSC)<sup>1</sup> wynika, iż co piąty badany w wieku 11-15 (21,6%) ma już za sobą próbę zapalenia pierwszego papierosa, a co dziesiąty 15-latek (10,3%) deklaruje codzienne palenie papierosów. Badania pokazują także, że okres krytyczny dla podejmowania zachowań ryzykownych, w tym pierwsze kontakty z paleniem tytoniu, przypada na przedział wiekowy 9-10 lat. Tym samym działania profilaktyczne ukierunkowane na edukację młodzieży powinny być na stałe wpisane w oddziaływania edukacyjno-wychowawcze.

Mając na uwadze powyższe, Główny Inspektorat Sanitarny kontynuuje realizację od 2016 roku programu antytytoniowej edukacji zdrowotnej pt.: „Bieg po zdrowie”. Program adresowany jest do uczniów IV klas szkół podstawowych, ich rodziców i opiekunów.

Ogólnym założeniem programu „Bieg po zdrowie” jest pogłębienie wiedzy na temat zdrowia w kontekście szkodliwości palenia papierosów i e-papierosów. Jego głównym celem jest opóźnienie lub zapobiegnięcie inicjacji tytoniowej wśród dzieci i młodzieży, a także pokazanie atrakcyjności życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego. Zajęcia podejmowane w ramach programu ukierunkowane są na częste wykorzystywanie zróżnicowanych metod aktywizujących w procesie nauczania, dostosowanych odpowiednio do wieku. Taki sposób nauczania ma większy wpływ na integrację zespołu, zaangażowanie uczniów i wymaga od nich kreatywności. To właśnie ciekawość, kreatywność i radość powinny stanowić główny motor procesu edukacji. Podczas zajęć prowadzone są dyskusje, w ramach których dzieci wymieniają swoje uwagi, dzielą spostrzeżenia, co ma prowadzić do poszerzania ich wiedzy i umiejętności. Ważnym aspektem programu jest także to, że w dużej mierze bazuje on na przekazie emocjonalnym, który skuteczniej motywuje i wpływa na zachowania uczniów. Wywołane emocje przekładają się na motywację uczniów do podejmowania zachowań sprzyjającym zdrowiu. Program „Bieg po zdrowie” cieszy się dużym zainteresowaniem i zaangażowaniem zarówno uczniów, jak i rodziców i nauczycieli.

W roku szkolnym 2019/2020 zrealizowana została IV edycja programu. Przystąpiło do niej 22% szkół podstawowych, a odsetek klas IV biorących udział wyniósł 24%. Ta edycja objęła swoim zasięgiem 44 216 uczniów klas IV, co stanowi

---

<sup>1</sup> Mazur J., Małkowska--Szkutnik A. (red). (2018). Zdrowie uczniów w 2018 roku na tle nowego modelu badań HBSC. Warszawa: Instytut Matki i Dziecka

21% wszystkich uczniów klas IV w kraju<sup>2</sup>. Jednocześnie zaznaczyć należy, iż realizacja programu w roku 2020 była ograniczona ze względu na sytuację epidemiczną w kraju. Pandemia koronawirusa wymusiła naukę zdalną, a co za tym idzie zamknięcie szkół, przez co wiele placówek nie zdołało zrealizować programu.

Na potrzeby realizacji programu, pracownicy PSSE przeprowadzili szkolenia indywidualne i grupowe dla 2058 nauczycieli prowadzących zajęcia programowe (73% szkolnych koordynatorów). Z kolei 22% koordynatorów zostało przeszkolonych w inny sposób, m.in.: przez koordynatora szkolnego z poprzedniej edycji z wykorzystaniem poradnika dla nauczyciela, instruktora telefonicznego lub drogą elektroniczną. Ponadto odnotowano, iż 5% nauczycieli nie uczestniczyło w szkoleniu, jak również nie otrzymało żadnego instruktażu ze strony pracowników PSSE.

Analiza w obszarze realizacji programu wykazała, iż szkoły biorące udział w programie realizowały go zgodnie z wytycznymi przekazanymi przez koordynatorów powiatowych. Zorganizowane zajęcia edukacyjne miały na celu stymulowanie kreatywności, w ramach których uczniowie zachęceni byli do aktywnego udziału poprzez dyskusję, wymianę doświadczeń, pomysłów i spostrzeżeń. Podczas lekcji wykorzystywane zostały obserwacje bezpośredniego otoczenia, których dokonywali i które relacjonowali uczestnicy programu. W przypadku 30% odpowiedzi, program został rozszerzony o dodatkowe działania wzmacniające jego przekaz m.in.: tworzenie komiksów, gazetek, prezentacji multimedialnych, scenek tematycznych, wykonanie kampanii reklamowej promującej niepalenie papierosów. Dodatkowo miały miejsce także projekcje filmów na temat szkodliwości palenia tytoniu, apele profilaktyczne oraz wystawy ukazujące szkodliwość palenia tytoniu. Zgodnie z założeniami programu „Bieg po zdrowie” odnotowano także aktywny udział i zaangażowanie rodziców/opiekunów dzieci. W opinii 72% szkolnych koordynatorów, 33 815 rodziców/opiekunów brało czynny udział w realizacji programu oraz uczestniczyło w spotkaniach edukacyjnych. Spotkania te organizowano przed rozpoczęciem zajęć z uczniami, a także po cyklu przeprowadzonych lekcji w ramach programu. Niewątpliwie współpraca z rodzicami stanowi istotny element działań w ograniczeniu lub powstrzymaniu dzieci i młodzieży od palenia tytoniu. Korzystny wpływ zaproszenia rodziców/opiekunów do wspólnych zajęć edukacyjnych procentuje większą motywacją

---

<sup>2</sup> Aukształ J. (red.). (2020). Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2019/2020. Warszawa, Gdańsk. Urząd Statystyczny w Gdańsku, Ośrodek Statystyki Edukacji i Kapitału Ludzkiego, Pomorski Ośrodek Badań Regionalnych

dzieci oraz wzmacnia przekaz komunikatów np. że palenie papierosów jest negatywnym zjawiskiem.

Na zakończenie IV edycji programu dokonano jego oceny z udziałem uczniów, rodziców oraz nauczycieli przeprowadzających zajęcia (Tabela 1 ).

<b>Tabela 1. Ocena programu w skali od 1 do 5</b>	
	<b>ŚREDNIA:</b>
1. Odbiór Programu przez uczniów	4,70
2. Ocena Programu przez prowadzącego/prowadzących	4,72
3. Opinia rodziców dzieci uczestniczących w Programie	4,50
4. Dostosowanie założeń i sposobu realizacji programu do wieku i rozwoju dzieci	4,63
5. Ocena poradnika przeznaczonego dla realizatorów Programu	4,69
6. Ocena załączników do podręcznika	4,64
7. Ocena materiałów dodatkowych (zeszyty ćwiczeń, plakaty)	4,57
8. Ocena realizacji zakładanych celów	4,46

W opinii szkolnych koordynatorów program jest dostosowany do wieku i poziomu wiedzy uczniów. Również wskazali oni, iż istotnym elementem programu jest doskonalenie zachowań asertywnych dzieci, stymulowanie ich aktywności i kreatywności, wzmocnienie poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie oraz zaangażowanie rodziców w realizację programu. W przypadku uczniów odnotowano, iż w zakresie dbania o swoje zdrowie przekonywały ich informacje na temat wpływu palenia na zdrowie, składu dymu papierosowego, widok płuc palacza czy dane dotyczące ilości trucizn w składzie papierosa. Ponadto uczniowie z ciekawością przyswajali informacje na temat zdrowego stylu życia, zalet niepalenia, a także bilansu poniesionych zysków i strat zdrowotnych, społecznych oraz ekonomicznych. Także zdecydowana większość badanych rodziców pozytywnie oceniła treści programowe. Biorąc pod uwagę pytania o ewentualne wprowadzenie zmian i modyfikacji programu, część nauczycieli wskazywała na konieczność rozszerzenia treści programowych w obszarze e-papierosów i ich szkodliwości dla zdrowia, a także wzbogacenie programu o konkursy, quizy, nowe filmy edukacyjne czy prezentacje multimedialne.

Analiza IV edycji programu „Bieg po zdrowie” wykazała także duże zainteresowanie i uznanie ze strony realizujących go szkół. Przede wszystkim wskazały one, iż jest on ciekawym oraz ważnym uzupełnieniem treści programowych dla klas IV. Potwierdza to również 68% szkolnych koordynatorów, którzy zadeklarowali udział w następnej edycji programu.

Podsumowując, dokonana ocena z przebiegu IV edycji programu „Bieg po zdrowie” wskazała, że w znacznej mierze osiągnięto zakładane rezultaty w zakresie kształtowania właściwych postaw wobec palenia wyrobów tytoniowych. Program uświadomił zarówno dzieciom, jak i dorosłym szkodliwość palenia oraz przyczynił się do wzrostu wiedzy na temat zachowań prozdrowotnych. Jednakże, w dalszym ciągu występuje potrzeba realizacji działań mających na celu ochronę dzieci przed zgubnymi skutkami nałogu nikotynowego. Stąd zasadnym jest kontynuowanie programu w kolejnych latach z uwzględnieniem rozszerzenia nakreślonego obszaru treści programowych.