

## **Program antytytoniowej edukacji zdrowotnej „Bieg po zdrowie” - rok szkolny 2023-24**

W bieżącym roku szkolnym uczniowie klasy IV, V i VI Szkoły Podstawowej przystąpili do kolejnej edycji programu „Bieg po zdrowie”. Jest to program antytytoniowej edukacji zdrowotnej, który opracowany został w Głównym Inspektoracie Sanitarnym.

---

Nadrzędnym jego celem jest zwiększanie wiedzy i umiejętności uczniów na temat zdrowia w kontekście szkodliwości palenia papierosów i e-papierosów.

Główne cele programu to:

- opóźnienie lub zapobiegnięcie inicjacji tytoniowej wśród dzieci i młodzieży,
- pokazanie atrakcyjności życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego.

Program został zrealizowany w postaci 6 lekcji tematycznych. Zajęcia realizowane były za pomocą bardzo zróżnicowanych metod aktywizujących, które dostosowano do wieku uczniów. Podczas cyklu zajęć dzieci m.in. liczyły koszty jakie generuje palenie papierosów. Podstawą zajęć było stymulowanie kreatywności i aktywności. Uczniowie byli zachęceni do aktywnego udziału poprzez dyskusje, wymianę doświadczeń, spostrzeżeń czy pomysłów. Dzięki zajęciom uczniowie nauczyli się asertywności w zakresie uzależnień. Z realizacją programu zapoznani byli również rodzice.