

BIEG PO ZDROWIE

„Bieg po zdrowie” to nowy program antytytoniowej edukacji zdrowotnej opracowany w Głównym Inspektoracie Sanitarnym we współpracy z ekspertami. Pierwsza edycja programu przypada na rok szkolny 2016/2017 i obejmuje 20% szkół podstawowych w Polsce. Autorami programu są psycholodzy z Uniwersytetu Warszawskiego - dr hab. Kamila Bargiel – Matusiewicz oraz mgr Rafał Dziurła. Program ten jest źródłem rzetelnej wiedzy na temat problematyki palenia tytoniu, ukazuje korzyści wynikające z niepalenia papierosów, czyni to zjawisko mniej pożądanym i mniej akceptowalnym. Atrakcyjna forma programu sprzyja wzmocnieniu poczucia własnej wartości u uczniów, wdraża w dokonywanie przez nich świadomych wyborów oraz wyrażanie własnych oczekiwań i zdań na konkretny temat bez obawy o poczucie odrzucenia ze strony rówieśników.

Grupa, do której skierowany jest nowy program, to uczniowie IV klas szkoły podstawowej.

Główne cele programu:

- opóźnienie lub zapobiegnięcie inicjacji tytoniowej wśród dzieci i młodzieży,
- pokazanie atrakcyjności życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego,
- zwiększanie wiedzy i umiejętności uczniów na temat zdrowia w kontekście szkodliwości palenia papierosów.

Zajęcia w programie „Bieg po zdrowie” realizowane są za pomocą bardzo zróżnicowanych metod aktywizujących, które dostosowano do wieku odbiorców. Podstawą zajęć jest stymulowanie kreatywności i aktywności. Bohaterami łączącymi treści poszczególnych spotkań jest dwoje uczniów czwartej klasy szkoły podstawowej, Natalia i Kuba. Wydarzenia z ich życia są tłem poruszanych tematów.

Poniżej do pobrania **założenia programu** przedstawione przez autorów oraz filmy edukacyjne przygotowane na potrzeby programu:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLYixRDBDj79fDMDUYW3GZgwDzVru4becW>