

Urszula Kuna

Edukacja zdrowotna w MSCDN Wydział w Radomiu

*Systematycznie prowadzona edukacja zdrowotna
w szkole jest najbardziej opłacalną
i długofalową inwestycją w zdrowie społeczeństwa.*

Barbara Woynarowska

Moja przygoda z edukacją zdrowotną zaczęła się na kursie kwalifikacyjnym dla edukatorów ds. Edukacji Zdrowotnej i Promocji Zdrowia w Szkole, który został zorganizowany przez Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej na podstawie zgody wydanej przez Ministra Edukacji Narodowej 8 czerwca 2001 roku. Tu spotkałam wielu inspirujących do działania szkoleniowców: prof. B. Woynarowską (niezwykle mądrą, posiadającą całe archiwum wiedzy o zdrowiu, a przy tym bardzo ciepłą i skromną osobę, której składałam szczególne podziękowania za wiedzę, wsparcie, zrozumienie istoty ewaluacji procesu i ewaluacji wynikowej), prof. Henryka Mizerka (z którym projektowałam pierwsze ewaluacje programów edukacji zdrowotnej), Juliana Ochendusko (któremu zawdzięczam umiejętność operacjonalizacji celów nauczania). Czuję się zaszczycona, że mogłam uczyć się od najlepszych.

Lata doświadczeń spowodowały, że promowanie zdrowia realizuję w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli od 2001 roku właśnie poprzez edukację zdrowotną nauczycieli. Ponadto z wykształcenia jestem biologiem i sozologiem, a że u podstaw ekologii leży również troska o zdrowie, toteż obok edukacji zdrowotnej prowadzę edukację ekologiczną.

Promocja zdrowia jest procesem podejmowania słusznych decyzji w sprawach ludzkiego zdrowia. Swoją działalność opieram na aktywności i współpracy ze środowiskiem lokalnym oraz współpracy międzysektorowej. Początkowo działania oparte były na seminariach i warsztatach. W tej chwili oferta doskonalenia nauczycieli jest bogatsza o takie formy, jak: konferencje, szkole-

nia rad pedagogicznych, konkursy dla uczniów, kursy doskonalenia zawodowego, kursy nadające uprawnienia do prowadzenia zajęć z zakresu pierwszej pomocy. Niewątpliwie Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Radomiu ma bardzo bogatą i zróżnicowaną tematycznie ofertę dla nauczycieli różnych etapów edukacyjnych. Na szeroką skalę podejmujemy działania dotyczące promocji zdrowia, edukacji zdrowotnej i profilaktyki, zapraszając ciekawych, kompetentnych prelegentów, edukatorów, ludzi z pasją. Wspólnym celem jest wzrost świadomości prozdrowotnej, kształtowanie odpowiednich postaw oraz organizowanie działań dotyczących stylu życia, problematyki środowiskowej, społecznej i fizycznej.

Poniżej proponuję krótki przegląd form doskonalenia związanych z omawianą problematyką, które zostały zrealizowane przez radomski wydział MSCD, czasem przy współudziale innych wydziałów naszej placówki doskonalenia, w latach 2005-2012. Niektóre z nich znalazły się w ofercie tylko raz, inne – proponowaliśmy nauczycielom wiele razy; zawsze znajdowały chętnych uczestników.

Każdego roku przeprowadzane są konferencje. Oto ich tematy (w nawiasach podany został rok realizacji oraz współorganizatorzy lub nazwiska niektórych prelegentów):

(2010) Edukacja zdrowotna w szkole (Główny Inspektorat Sanitarny, Wojewódzka i Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna)

(2009) Aktywność fizyczna a rozwój i zdrowie człowieka

(2007) Promocja zdrowia poprzez kulturę fizyczną

(2008) Rola nauczyciela wychowania fizycznego w promocji zdrowia (dr S. Tuzinek, Politechnika Radomska)

(2011) Współczesne problemy wychowania fizycznego w Polsce

(2010) Wychowanie fizyczne w nowej podstawie programowej (prof. Czesława Tukiendorf, Wyższa Szkoła – Edukacja w Sporcie)

(2011, 2012) Transplantacja – dar życia. Jestem na TAK. Program edukacyjny dla szkół (Polska Unia Medycyny Transplantacyjnej, Centrum Organizacyjno-Koordynacyjne ds. Transplantacji POLTRANSPALNT, MKO)

(2012) Edukacja żywieniowa elementem edukacji zdrowotnej w szkole (WSSE, TVN Style, Unilever)

(2012) Gimnastyka kompensacyjno-korekcyjna w treningu zdrowotnym (dr S. Tuzinek, Politechnika Radomska)

Wśród kursów doskonalących znalazły się następujące propozycje:

(2011) Edukacja zdrowotna inwestycją na całe życie – dwukrotny grant MKO (WSSE)

(2008) Bezpieczna i Przyjazna Szkoła (MEN i CMPP-P; 3 edycje)

(2006, 2007, 2008, 2009, 2011) Pierwsza pomoc przedmedyczna; łącznie 10 edycji

(2012) Wybrane ćwiczenia metody Pilates na lekcji wychowania fizycznego

(2009, 2010, 2011, 2012) Tańce w szkole (Szkolenie prowadzone przez trenerów tańca z Fabryki Tańca IDOL w Radomiu; łącznie 7 edycji)

(2008, 2009) Aerobik na lekcjach wychowania fizycznego; (2011) Aerobik i step na lekcji wychowania fizycznego (łącznie 4 edycje) (10 – 2 edycje, 11, 09 – 2 edycje) (2 edycje;

(11)

W latach 2010 i 2011 organizowaliśmy także 30-godzinny kurs nadający nauczycielom uprawnienia do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy wg programu Ministerstwa Zdrowia, prowadzony przez ratowników medycznych.

Jak wspomniano, w latach wcześniejszych popularna była forma seminariów (i warsztatów), która później przekształciła się w szkolenia rad pedagogicznych:

Liczne seminaria w roku 2005 i 2006 poświęcone były przede wszystkim konstruowaniu i ewaluacji programów z edukacji ekologicznej i zdrowotnej w przedszkolu i szkole podstawowej, konstruowaniu narzędzi badawczych oraz kształtowaniu umiejętności życiowych uczniów. Dodatkowo jedno z seminariów roku 2006, współ-

organizowane przez Medyczną Szkołę Policealną w Radomiu, dotyczyło profilaktyki i wczesnej diagnostyki raka piersi, raka szyjki macicy i raka prostaty.

Inne seminaria:

(2010) Edukacja zdrowotna w szkole (4 edycje);

(2010) Konkurs „Współ w zespół - czyli zróbmy to razem” (firma AGRAF, Metro Group Asset Management. Patronat MKO)

W roku 2005 zrealizowano też 2 edycje warsztatów pn. Metody uczestniczące w promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.

I na koniec tego przeglądu – szkolenia rad pedagogicznych:

(2005) Konstruowanie programu z edukacji zdrowotnej

(2005, 2006, 2007, 2009) Kształtowanie umiejętności życiowych uczniów; łącznie 10 edycji.

(2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011) Pierwsza pomoc przedmedyczna; łącznie 58 edycji

(2007, 2008) Szkoła Promująca Zdrowie – model, etapy tworzenia, kryteria przynależności do sieci szkół promujących zdrowie, łącznie 4 edycje

(2011, 2012) Ruch i zdrowe żywienie w szkole (ORE, Katarzyna Stępniaak - Krajowy Koordynator ds. Promocji Zdrowia w Szkole)

(2012) Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia nieustająco ważne zadania edukacyjne szkoły

Odbiorcy – nauczyciele – byli i są zainteresowani edukacją zdrowotną. Nowe poglądy, spotkania z ciekawymi ludźmi otwierają inną perspektywę na pracę w szkole. Ważnym zadaniem szkoły jest edukacja zdrowotna, której celem jest rozwijanie u uczniów postawy dbałości o zdrowie własne i innych oraz umiejętności tworzenia środowiska sprzyjającego zdrowiu. Powinnością szkoły lub innych placówek oświatowych jest prowadzenie edukacji zdrowotnej z zachowaniem spiralości. Najistotniejsza dla nauczycieli oraz ich uczniów jest realizacja treści z zakresu edukacji zdrowotnej ujętych w podstawie programowej poszczególnych przedmiotów nauczania.

W nowym podejściu do nauczania i uczenia się nauczyciele, stosując nowoczesne metody, mogą liczyć na wiele pozytywnych zmian postaw prozdrowotnych swoich wychowanków. Tu istotnym instrumentem jest proces modelowania. Najważniejszy jest model prezentowany przez dom rodzinny. Pamiętajmy, że przykład daje również sam nauczyciel, który jest źródłem wielu wzorów zachowań. Sukces bądź porażka pedagogów w promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej zależy od współdziałania złożonych systemów



Urszula Kuna – wykład na temat: „Zdrowe żywienie warunkiem prawidłowego rozwoju i pełnej dyspozycji uczniów do uczenia się”



Prelegenci: Katarzyna Bosacka, Monika Krynicka-Gać, Agata Wolska-Adamczyk, zaproszeni goście WSSE, PSSE oraz nauczyciele



Urszula Kuna prezentuje stanowisko NIK w sprawie żywienia w szkole

biologicznych i społecznych. Organizm dziecka, ucznia jest układem otwartym, asymiluje wszystko, co dzieje się w jego środowisku.

Uczenie się zdrowia jest podstawą naszego całego życia. Edukacja zdrowotna wspiera realizację programu wychowawczego oraz programu z zakresu profilaktyki, szczególnie przez włączenie wymagań dotyczących umiejętności psychospołecznych. Systematycznie prowadzona w szkole jest najbardziej opłacalną i długofalową inwestycją w zdrowie społeczeństwa. Z przyjemnością obserwuję znaczącą frekwencję nauczycie-

li na proponowanych przeze mnie spotkaniach i w rezultacie coraz większą świadomość tego, że stan naszego zdrowia w bardzo dużej mierze zależy od nas samych.

Na stronie www.mscdn.edu.pl w zakładce „Konferencje i fotoreportaże” zostały zamieszczone informacje o niektórych ciekawych formach edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i profilaktyki. Szczególnie polecam:

- Aktywność fizyczna a zdrowie i rozwój człowieka
- Edukacja zdrowotna w szkole
- Wespół w zespół – czyli zrobimy to razem
- Transplantacja – jestem na TAK – konferencja w Radomiu
- Transplantacja – jestem na TAK – konferencja w Koziencich

Informacje zawierają bogaty materiał dydaktyczny, prezentacje multimedialne i galerie zdjęć. Serdecznie Państwa zachęcam nie tylko do obejrzenia, ale także do korzystania z załączonych materiałów. Publikacje te mogą być przydatne przy realizacji edukacji zdrowotnej.

Autorka jest nauczycielem konsultantem ds. edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia w szkole w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Radomiu