

Gymnázium Štefana Moysesova Moldava nad Bodvou, Školská 13, 04517 Moldava nad Bodvou

NÁRODNÝ PROGRAM BOJA PROTI OBEZITE (2015-2025)

Mgr. Martina Sciranková

Slovenská republika svojou účasťou a aktívnym vystupovaním deklarovala záväzok posilniť aktivity zamerané na boj proti obezite v súlade s Európskou chartou boja proti obezite a posunúť túto problematiku medzi prioritné body. Ciele a úlohy vyplývajúce z Národného programu prevencie obezity boli plnené najmä prostredníctvom špecifických rezortných plánov, či programov, ktoré boli zverejnené Uznesením vlády číslo 19/2011 „Správy o plnení Národného programu prevencie obezity v Slovenskej republike za roky 2008 - 2010“ a Uznesením vlády číslo 294/2014 „Správy o plnení Národného programu prevencie obezity v Slovenskej republike za roky 2010 - 2013“. Na základe vyššie uvedených správ je vytvorený Národný akčný plán na prevenciu obezity na roky 2015 – 2025, ktorý tematicky vychádza z Národného programu prevencie obezity. Národný program boja proti obezite, ktorý je naplánovaný na roky 2015-2025 vychádza z odporúčania POP z odseku 1.5.10 zdravý životný štýl a jeho jednotlivých bodov.

Cieľom programu prevencie obezity na Gymnázium Štefana Moysesa v Moldave nad Bodvou je vytvoriť systém prevencie, ktorý bude zameraný na edukáciu žiakov smerom k zdravému životnému štýlu, propagáciu zdravej výživy a ich informovaní o negatívnom dopade zlej životosprávy. Na dosiahnutie stanovených cieľov boli vytýčené oblasti, v ktorých budú realizované aktivity zamerané na oblasť na výživu, pohybu a poradenstva smerom k žiakom, rodičom a pedagógom.

Priorita 3.2 Ustanoviť zdravie ako prioritu na školách vychádza z programu ozdravenia výživy, ktorý poukazuje na zníženie príjmu energie zo všetkých tukov, obmedzenie spotreby živočíšnych tukov, najmä mäsa a mäsových výrobkov, obmedzenie spotreby tučných mliečnych výrobkov, zvýšenie spotreby rýb, kyslomliečnych výrobkov s nízkym obsahom tuku, zníženie príjmu energie z voľných cukrov, zvýšenie spotreby zeleniny a ovocia v čerstvom prírodnom stave, zvýšenie spotreby strukovín, celozrnných výrobkov a orechov, dodržiavanie pitného režimu. Program výživy sa realizuje v spolupráci so stravovacím úsekom Základnej školy Československej armády 15, Moldava nad Bodvou. V rámci Národného programu boja proti obezite sa na Gymnázium Štefana Moysesa v Moldave nad Bodvou sa realizujú tieto aktivity:

Svetový deň zdravej výživy – príprava kreatívnej zdravej desiaty	Október	Sciranková
Deň ústnej hygieny – beseda o prevencii pred zubným kazom	Marec	Sciranková
Svetový deň vody – motivačné aktivity spojené s dodržiavaním pitného režimu	Marec	Sciranková
Odborné prednášky k daným témam	podľa termínov	Sciranková
Svetový deň mlieka – mliečna desiatka	Máj	Sciranková
Rozhlasové relácie k daným témam	Mesačne	Sciranková

Priorita 3.5 Informovať a vzdelávať rodičov detí o správnom spôsobe stravovania a tzv. správnej voľbe potravín sa sústreďuje na výchovu k zdravému životnému štýlu, zmenu postoja k zdraviu a prijatie zodpovednosti za svoje zdravie. Program poradenstva sa uskutočňuje nielen v rámci vyučovacích hodín, ale taktiež prostredníctvom prednášok na škole od odborníkov v danej problematike (Prednášky od odborníkov z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Košiciach, Darcovstvo krvi a ukážka prvej pomoci - Červený kríž). Zámerom je zvyšovanie zdravotného povedomia nielen u žiakov, ale aj rodičov a pedagógov formou školských rozhlasových relácií, tvorbou informačných nástienok v škole, ale i na školskej facebookovej stránke.

V rámci Národného programu boja proti obezite sa na Gymnáziu Štefana Moysesu v Moldave nad Bodvou sa realizujú tieto aktivity:

Červené stužky – zapojenie sa do kampane na podporu boja proti AIDS a tvorba plagátov	december	Fehérová
Školské ovocie – zapojenie sa do celoštátneho projektu (beseda a motivačné aktivity)	Február	Sciranková
Darcovstvo krvi – Červený kríž	Marec	Sciranková
Odborné prednášky - Prednáška o zdravom životnom štýle	podľa termínov	Sciranková
Liga proti rakovine – Narcisy – zapojenie sa do zbierky	Apríl	Sciranková
Odborné prednášky	podľa termínov	Sciranková
rozhlasové relácie k daným témam	Mesačne	Sciranková

Priorita 3.6 Zvýšiť účasť detí a mládeže pri športe alebo iných fyzických aktivitách sa sústreďuje nielen na pohybovú aktivitu v rámci vyučovacieho procesu na hodinách telesnej výchovy, ale taktiež výchovy mimo vyučovania na voľnočasových aktivitách. K zvýšeniu záujmu prispievame aj organizovaním rôznych športových aktivít v popoludňajších hodinách.

V rámci Národného programu boja proti obezite sa na Gymnáziu Štefana Moysesu v Moldave nad Bodvou realizujú tieto aktivity

Akcia	čas udalosti	zodpovedný učiteľ
Európsky týždeň športu - zapojenie sa do celoštátneho projektu – Do školy na bicykli – Cyklomaratón	september	Attres, Dringuš, Szalka Gawron
účelové cvičenia	september a jún	Attres, Dringuš, Szalka Gawron
kurzy ochrany života a zdravia	september a jún	Attres, Dringuš, Szalka Gawron
Školská olympiáda – celodenná súťaž v atletických disciplínach	jún	Attres, Dringuš, Szalka Gawron
lyžiarsky výcvik pre žiakov	január	Attres, Dringuš, Szalka Gawron
športové krúžky – futbal, posilňovňa	2 hodiny týždenne	vyučujúci telesnej výchovy
rôzne športové súťaže futbal, volejbal, basketbal, stolný tenis	podľa termínov	Attres, Dringuš, Szalka Gawron

Presné termíny jednotlivých aktivít budú zverejňované na internetovej stránke školy a pravidelne vyhodnocované na zasadnutiach pedagogickej rady.

Veríme, že pripravenými aktivitami sa nám pomôcť našim deťom.