

“Zdravo rastemo, zdravo starimo”

Partneri: JU zavod za javno zdravstvo Tk i Inicijativna grupa aktivnog starenja Solana i Kreka

Cilj inicijative: Cilj inicijative je bio da učenici s osobama treće životne dobi spoznaju važnost zdravih navika, te kako one utiču na očuvanje zdravlja.

Kratak opis inicijative: Tokom sastanka partnera obrazovne mreže kvadratnog kilometra obrazovanja razgovaralo se o izazovu koji je opserviran kod učenika tokom boravka u školi a koji se odnosi na konzumaciju nezdravih obroka od strane učenika, nedostatka pažnje tokom nastave, nepravilnog tjelenog držanja kičmenog stuba tokom sjedenja u klupama i hodanja. Shodno opservaciji, definisano je da je jedan od prioriteta podržati dječiji rast i razvoj u kontekstu podrške u razvijanju zdravih životnih navika. Dogovorena je inicijativa u koju su se uključili predstavnici Zavoda za javno zdravstvo Tk i predstavnice IGAS Solana i Kreka. Kroz ovu inicijativu učenici i osobe treće životne dobi su imali priliku da učestvuju u niz aktivnosti tokom kojih se promovisala zdrava ishrana, značaj tejelesne aktivnosti i tokom kojih su učesnici imali priliku naučiti kako pripremati jednostavne i zdrave obroke.

Aktivnosti inicijative: Partneri Obrazovne mreže dogovorili su projekat usmjeren na razvijanje zdravih životnih navika kod učenika i osoba treće životne dobi.

Zavod za javno zdravstvo TK je pripremio i održao predavanje učenicima o zdravoj prehrani, a zatim su učenici stečeno znanje prenijeli svojim drugarima nižih razreda.

Raspisan je konkurs za najbolji recept zdrave užine namijenjen učenicima predmetne nastave i konkurs za najbolji likovni rad namijenjen učenicima razredne nastave. Partner ove inicijative je bila i JU srednja ugostiteljska škola Tuzla. Partnerstvo sa srednjom školom je provedeno na način da su učenici srednje škole, smjer kuharu, pomagaći učenicima predmetne nastave u pripremi zdravih i ukusnih obroka i užine. Članice IGAS Solana i IGAS Kreka su pravile tradicionalna domaća jela, slana i slatka. A kroz nastavu, nastavnik tjelesnog i zdravstvenog odgoja kao i učitelji u razrednoj nastavi, su provodili aktivnosti koje su promovisale važnosti tjelesne aktivnosti i vježbanja, u svim životnim dobima. Organizovan je i čas joge i fitnesa za nastavnike, članice IGAS Kreka i Solana i Zavoda za javno zdravstvo Tk. Nastavnice biologije su kroz nastavu s učenicima provodiel aktivnosti koje su učenicima omogućile da spoznaju važnosti poznavanja biljaka u svojoj okolini i nauče koristiti određene biljke kroz prehranu u svrhu očuvanja zdravlja. Kao slavlje provedenih aktivnosti inicijative, organizovano je zajedničko druženje i degustacija pripremljenih obroka, te zajednička igra odbojke.

“Zdravo rastemo, zdravo starimo”

Rezultati inicijative:

- Učenici su stekli navike pravilnog držanja kičmenog stuba prilikom sjedenja, stojanja i hodanja;
- Unaprijeđene su motoričke vještine, spretnost i sposobnost držanja ravnoteže kod učenika;
- Kroz međupredmetnu korelaciju i saradnju sa partnerima, učenici su naučili pripremati jednostavne i zdrave obroke za užinu i razvili su emaptiju prema osobama treće životne dobi;
- Učenici su unaprijedili komunikacijske vještine i samopouzdanje pri javnom govoru.