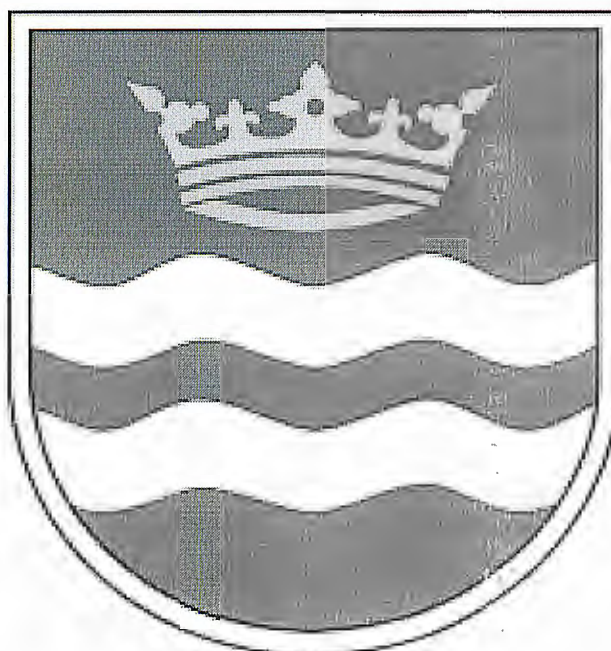


PROGRAM
PROFILAKTYKI WAD POSTAWY
DLA UCZNIÓW KLAS IV SZKÓŁ PODSTAWOWYCH
Z TERENU GMINY I MIASTA DRZEWICA
NA LATA 2016-2018

Okres realizacji:
2016-2018

Autor programu:
Gmina i Miasto Drzewica, ul. Stanisława Staszica 22, 26-340 Drzewica



DRZEWICA

PROGRAM PROFILAKTYKI WAD POSTAWY DLA UCZNIÓW KLAS IV SZKÓŁ PODSTAWOWYCH Z TERENU GMINY I MIASTA DRZEWICA NA LATA 2016-2018

I. Opis problemu zdrowotnego

Postawa ciała to indywidualne ukształtowanie ciała oraz położenie poszczególnych odcinków tułowia jak również kończyn dolnych w pozycji stojącej.

Prawidłową postawą ciała nazywa się harmonijne i bezwysiłkowe ułożenie poszczególnych elementów ciała w stosunku do osi długiej ciała. Postawa ciała rozwija się na prawidłowym podłożu zarówno morfologicznym jak i czynnościowym. Dlatego też konieczna jest prawidłowa budowa aparatu ruchu a w szczególności układu kostno-stawowego oraz właściwe funkcjonowanie układu mięśniowego i sterującego tą czynnością układu nerwowego. Zmienność postawy ciała w ciągu życia pod wpływem czynników zewnętrznych oraz wewnętrznych jest jej istotną cechą. I tak nowonarodzone dziecko przyjmuje pozycję jedynie leżącą. Niemowlę nabywa już umiejętności przyjmowania pionowej postawy ciała, co za tym idzie automatycznego utrzymywania jej w niekorzystnych warunkach równowagi chwiejnej. W przeciągu życia dziecka występują okresy zwiększonej podatności organizmu na powstawanie wad postawy. Pierwszy okres występuje w wieku 5-7 lat i wiąże się z kilkugodzinną pozycją siedzącą w ławce szkolnej oraz zbyt ciężki plecak. Drugi okres dotyczy dziewcząt w wieku 11-13 lat i chłopców w wieku 13-14 lat a związany jest ze skokiem wzrostu, podczas którego następuje zmiana proporcji ciała oraz dotychczasowego środka ciężkości. W tym czasie rozwoju dziecka jest ono bardzo podatne na wpływ różnych czynników zewnętrznych, rozwój układu mięśniowego nie nadąga wówczas za szybkim wzrostem kości. Prawidłową postawę ponownie kształtuje zakończenie okresu dojrzewania. To ona warunkuje zdolność dziecka do wysiłku fizycznego, zaś wzorcowa sylwetka jest źródłem komfortu zarówno psychicznego jak i fizycznego. Dlatego więc tak bardzo ważne jest kształtowanie nawyku prawidłowej postawy ciała już u małego dziecka.

O nieprawidłowej postawie ciała mówi się wówczas, gdy kształt ciała wynikający z budowy nawykowego usytuowania poszczególnych części ciała jest niekorzystny dla organizmu. Wady postawy rosną razem z dzieckiem jeśli nie zapobiegnie się temu w porę. Nieprawidłowości postawy wieku rozwojowego są poważnym problemem społeczno-cywilizacyjnym. Cywilizacja oraz technologia rozwijające się w błyskawicznym tempie mimo, iż ułatwiają życie to pociągają za sobą coraz większą automatyzację życia codziennego i ograniczają aktywność ruchową. Dzieci w wieku szkolnym mają ogromnie ograniczoną aktywność ruchową spędzając czas przed telewizorem bądź komputerem. Siedzący tryb życia powoduje u dzieci i młodzieży szereg dysfunkcji w kształtowaniu się postawy ciała, co potwierdza liczba dzieci mających nabyte wady postawy.

Do programu zostaną zakwalifikowane dzieci z klas IV z terenu Gminy i Miasta Drzewica, których rodzice wyrażą zgodę na udział w projekcie. Dzieci te, poddane będą badaniu lekarskiemu, w wyniku którego zostanie zdiagnozowana wada postawy. Zakłada się, że z programu skorzysta rocznie około 80% danej populacji.

Ważnym elementem profilaktyki wad postawy u dziecka jest edukacja rodziców jak również środowiska szkolnego, gdzie spędza ono dużo czasu. Działania prewencyjne są niezbędne od wczesnego rozwoju dziecka, stąd też istotna jest wiedza na temat znaczenia prawidłowej postawy ciała oraz sposobach jej kreowania. Szczególna rola w tym zakresie przypada zarówno rodzicom, którzy poprzez właściwe wzorce i wychowanie oddziałują na organizm dziecka już we wczesnym dzieciństwie, kiedy jest ono plastyczne i podatne na czynniki zewnętrzne jak i nauczycielom. Nauczyciele zaś kontrolują niefizjologiczną pozycję siedzącą dziecka, czyli wówczas kiedy nosi plecak na jednym ramieniu, czy garbi się siedząc w ławce, co sprzyja powstawaniu skrzywień i deformacji. Działania umożliwiające zachowanie prawidłowej postawy ciała dzieci jest zapewnienie im właściwych warunków nauki a także kształtowanie nawyku przyjmowania i kontrolowania prawidłowej postawy ciała. To nauczyciele wychowania fizycznego mogą pierwsi dostrzec nieprawidłową postawę uczniów, tym samym zadbać o ćwiczenia korekcyjne dla nich w ramach zajęć wychowania fizycznego. Bardzo ważne jest by działania profilaktyczne w zapobieganiu wad postawy uwarunkowane były współpracą wszystkich podmiotów związanych ze środowiskiem nauczania i wychowania. Zasadne jest więc podejmowanie prób systemowego rozwiązywania problemu poprzez aktywizację współpracy między dziećmi, ich rodzicami, nauczycielami oraz pracownikami ochrony zdrowia. Systematycznie prowadzona edukacja zdrowotna skutecznie zmniejsza częstotliwość występowania wad postawy, gdyż nabyte wady we wczesnym stadium są nawykowe i łatwo je skorygować.

II. Cele programu

Cel główny

Wczesne wykrywanie i niwelowanie wad postawy u uczniów klas IV poprzez wykrywanie, diagnozowanie oraz kształtowanie nawyku aktywności ruchowej.

Cele szczegółowe

1. Wykonanie u uczniów klas IV szkół z terenu Gminy i Miasta Drzewica badań lekarskich diagnozujących;
2. Kształtowanie u dzieci klas IV nawyku prawidłowej postawy ciała podczas zajęć lekcyjnych oraz w warunkach domowych;
3. Motywowanie dzieci klas IV do aktywnego spędzania czasu wolnego z uwzględnieniem zajęć sportowych;

4. Wprowadzenie obowiązku ćwiczeń śródlekcyjnych podczas zajęć szkolnych.

III. Adresaci programu

W roku 2016 badaniami objętych będzie 103 dzieci z klas IV ze szkół podstawowych z terenu Gminy i Miasta Drzewica:

1. Szkoła Podstawowa im. Polskich Olimpijczyków w Drzewicy- **57 uczniów**
2. Szkoła Podstawowa w Brzustowcu- **13 uczniów**
3. Szkoła Podstawowa im. Stefana Żeromskiego w Domasznie- **7 uczniów**
4. Szkoła Podstawowa w Idzikowicach-**6 uczniów**
5. Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Kopernika w Radzicach Dużych- **20 uczniów**

W latach kolejnych liczba uczniów może ulec niewielkiej zmianie, ponieważ obecnie w szkołach podstawowych na terenie Gminy i Miasta Drzewica do klas 3 łącznie uczęszcza 139 uczniów, zaś do klas 2- 168 uczniów.

Akcja edukacyjna skierowana będzie do wszystkich dzieci z danego rocznika oraz ich rodziców i opiekunów.

Informacje o programie przekazywane będą poprzez:

- dyrektorów i nauczycieli poszczególnych szkół objętych programem
- stronę internetową Urzędu Gminy i Miasta Drzewica
- plakaty w szkołach oraz placówkach zdrowia na terenie gminy Drzewica

V. Organizacja programu

Program zakłada dwa etapy działań: edukację i badania przesiewowe.

Realizator programu wyda materiały edukacyjno- informacyjne(ulotki, plakaty), które zostaną przez nauczycieli rozpropagowane wśród rodziców i opiekunów prawnych dzieci. Przeprowadzenie badań poprzedzone będzie spotkaniem w formie prelekcji, na której lekarz specjalista przybliży istotę profilaktyki wad postawy u dzieci. Warunkiem uczestnictwa w programie będzie pisemne wyrażenie zgody przez rodziców lub opiekunów. W celu zwiększenia zainteresowania programem Gmina Drzewica przeprowadzi kampanię promocyjną w środowisku lokalnym poprzez zamieszczenie informacji na stronie internetowej oraz Samorządowy Informator SMS.

Kryteria i sposób kwalifikacji dla programu:

- uczniowie IV klas szkół podstawowych
- zamieszkanie na terenie gminy Drzewica
- pisemna zgoda rodziców, opiekunów

Realizatorzy programu:

- Gmina i Miasto Drzewica
- podmioty lecznicze
- placówki oświatowe z terenu gminy Drzewica

Program realizowany jest etapami, na które składają się:

- 1) Gmina i Miasto Drzewica działając na podstawie art.48b ust. 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 roku o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych wyłoni każdego roku realizatora programu zdrowotnego w drodze konkursu ofert.
- 2) Badania przesiewowe zostaną przeprowadzone kampanią informacyjną skierowaną do rodziców i opiekunów prawnych dzieci. Gmina i Miasto Drzewica przy współpracy ze szkołami podstawowymi z terenu gminy wyznaczy terminy spotkań z rodzicami dzieci kwalifikującymi się do programu.
- 3) Podstawą do wykonania badań jest otrzymanie przez realizatora zadania zgody od rodziców na wykonanie badań kontrolnych. Wzór zgody stanowi załącznik nr 1 do niniejszego programu. Realizator programu sporządzi listy uczniów zakwalifikowanych do badań.
- 4) Określa się sposób wykonania badań:
 - a) realizator programu przed wykonaniem zadania przy współpracy ze szkołami ustali harmonogram wykonania badań,
 - b) badania zostaną wykonane indywidualnie,
 - c) wyniki badań i ewentualne skierowanie na dalsze leczenie zostanie przekazane przez lekarzy danej poradni rodzicom dzieci.

VI. Koszty programu

1.Cena (brutto)badania jednego dziecka	-	50 zł
2.Koszt (brutto) usług w ramach zadania (liczba dzieci badanych x cena)	-	5 150 zł
3. Koszty organizacyjne(brutto)- promocja programu	-	4000 zł
<hr/>		
Koszt całkowity rocznie	-	9 150 zł

Środki na realizację programu w całości pochodzić będą z budżetu Gminy i Miasta Drzewica. Koszt obejmował będzie usługę ortopedyczną , koszt akcji informacyjno- edukacyjnej, jak również rozliczenie oraz monitorowanie programu. Koszt realizacji programu przez okres 3 lat wyniesie **32 500 zł** przy obecnie obowiązujących cenach usługi lekarskiej.

Całkowity koszt w roku 2017- 10 950 zł (139 x 50 zł+ 4 000)

Całkowity koszt w roku 2018- 12 400 zł (168 x 50 zł + 4 000)

VII. Monitorowanie i ewaluacja

1. Realizator programu będzie weryfikował stosunek faktycznie przebadanych dzieci do ilości populacji zakwalifikowanej do programu. Satysfakcjonującym wynikiem będzie przebadanie 80% uczniów zakwalifikowanych do projektu.

2. Po zakończeniu badań rodzice uczniów otrzymują ankiety dotyczące jakości i potrzeby projektu. Wzór ankiety stanowi Załącznik nr 2 do niniejszego programu. W trakcie realizacji zadania Gmina Drzewica zastrzega sobie prawo do kontroli wydatkowania środków publicznych wydatkowanych przez realizatora.

VIII. Okres realizacji programu

2016- 2018 (program trzyletni)



Przewodniczący
Rady Gminy i Miasta
w Drzewicy
Marian Kaluźny

Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki wad postawy
dla uczniów klas IV szkół podstawowych z terenu
Gminy i Miasta Drzewica

Imię i nazwisko dziecka:

.....

Uczeń

.....

PESEL lub data urodzenia:

Adres zamieszkania

.....

Oświadczenie rodzica/opiekuna dziecka

Oświadczam, iż zostałam/-em poinformowana/-y o założeniach, celach i sposobie realizacji Programu. Wyrażam świadomą i dobrowolną zgodę na udział dziecka w Programie.

.....
data

.....
czytelny podpis rodzica/opiekuna

ANKIETA na rok.....

weryfikująca funkcjonowanie „weryfikująca funkcjonowanie Programu profilaktyki wad postawy dla uczniów
klas IV szkół podstawowych z terenu Gminy i Miasta Drzewica na lata 2016-2018

Szanowni rodzice i opiekunowie prawni,

Chcąc jak najlepiej odpowiedzieć na Państwa potrzeby wynikające z realizacji programów zdrowotnych na terenie Gminy Drzewica zwracamy się z uprzejmą prośbą o wypełnienie krótkiej ankiety, której wyniki posłużą właściwemu zaplanowaniu działań wspierających poprawę zdrowia dzieci z terenu gminy.

Jak oceniacie Państwo inicjatywę związaną z przeprowadzeniem badań przesiewowych dzieci pod kątem wykrywania wad postawy?

- bardzo dobrze
- dobrze
- ani dobrze, ani źle,
- źle
- bardzo źle

2. Czy Państwa zdaniem badania wady postawy dzieci realizowane przez Gminę Drzewica są konieczne?

- tak
- nie
- nie wiem

3. Jakie są Państwa zdaniem główne problemy związane z realizacją Programu ? Proszę wybrać maksymalnie 3 odpowiedzi:

- niewystarczające zasoby ludzkie do obsługi pacjentów podczas badania,
- zbyt długi czas oczekiwania pomiędzy badaniami
- niemiła obsługa realizatorów programu
- brak informacji na temat wyników badań
- zbyt mała ilość przeprowadzonych badań
- nie zidentyfikowano problemów podczas realizacji Programu
- trudno powiedzieć
- inne (jakie?)

4. Co ile lat Państwa zdaniem powinny być powtarzane badania przesiewowe pod kątem wykrywania wad postawy u dzieci ?

- co rocznie
- co 2 lata
- co 3 lata

5. Co zmienilibyście Państwo w realizacji Programu ?

6. Jakie Państwa zdaniem inne programy zdrowotne powinny być wdrożone do realizacji przez Gminę Drzewica.