

PROJEKT VRTIM ZDRAVI FILM

1. PODACI O PROJEKTU

Projekt povodi: Hrvatski školski športski savez

Projekt podržavaju: Ministarstvo zdravlja, Ministarstvo znanosti obrazovanja i sporta, Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Agencija za odgoj i obrazovanje

Edukativne materijale pripremili: doc. dr. sc. Darija Vranešić Bender, dipl.ing. (KBC Zagreb i Vitaminoteka), Mirja Jošić, dipl.ing. (Vitaminoteka), Sandra Krstev Barać, mag.nutr. (Vitaminoteka) i Ines Jerčinović, prof. kineziologije

Stručna redakтура brošure: Aleksandra Malešević, dipl. ing. nutricionizma (Nestlé Adriatic)

2. OSNOVNO

Tvrtka Nestlé svjetski je lider u prehrani, zdravlju i zdravom životu. S obzirom na stručna znanja, tvrtka je prepoznala probleme vezane uz prehranu kao segment u kojem najviše može pridonijeti društvu, a ujedno stvoriti i dodatnu vrijednost samoj kompaniji. Tako je, prepoznavši potrebe zajednice (Akcijski plan za prevenciju i smanjenje prekomjerne tjelesne težine za razdoblje od 2010. do 2012. godine), Nestlé Adriatic u suradnji s Hrvatskim školskim športskim savezom u veljači 2011. godine pokrenuo projekt *Vrtim Zdravi Film*. Cilj programa je educirati hrvatske osnovnoškolce o važnosti pravilne prehrane, zdravlju i zdravom životu te popularizirati tjelesnu aktivnost. Uz to je važno istaknuti da je promocija Nestlé proizvoda u sklopu projekta internim politikama strogo zabranjena.

U suradnji s ekspertima zaključeno je da bi posebna pažnja trebala biti posvećena učenicima 7. razreda kao najprikladnijoj ciljnoj skupini u osnovnim školama za ovu temu jer, ulazeći u pubertet, sve više počinju razmišljati o prehrani i svome tijelu. To je razdoblje u kojem djeca stječu životne navike koje ih kasnije prate kroz život.

Prva sezona projekta obuhvatila je 7 škola i 515 djece. Druga sezona (šk. god. 2012/2013.) projekta obuhvatila je više od 1800 učenika iz 24 škole, te je projekt imao nacionalnu pokrivenost.

Tijekom obje sezone podršku projektu dali su vrhunski hrvatski sportaši: Zoran Primorac, Filip Ude, David Šain, Martina Zubčić, Snježana Pejčić, Ivan Horvat, Aleksej Puninski, Ana Herceg i Gordan Kožulj.

U trećoj sezoni (šk. god. 2013/2014.) projekt će se provoditi u 43 škole iz 21 županije RH. Partner projekta, Hrvatski školski športski savez je, u dogovoru sa Županijskim školskim športskim savezima te Školskim športskim savezom Grada Zagreba, odabrao škole koje sudjeluju u projektu.

Učitelji koji provode Projekt su nastavnici tjelesne i zdravstvene kulture, kemije ili biologije. Škole su dužne ishoditi suglasnost roditelja za sudjelovanje učenika u Projektu.

Provedba treće sezone projekta planirana je za razdoblje od 21. listopada do 20. prosinca 2013.

3. STRATEGIJA

Pri izradi što kvalitetnijeg edukativnog i djeci primjerenog sadržaja za potrebe projekta *Vrtim Zdravi Film*, tvrtka Nestlé angažirala je neovisne stručnjake, nutricioniste iz tvrtke Vitaminoteka, koji su u suradnji s predstavnicima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo kreirali stručne, ali i zabavne materijale kako za učitelje tako i za učenike. Znatna unaprijeđenija u edukativnim materijalima napravljena su za nadolazeću sezonu:

- unaprijeđenija sadržaja temeljna na Evaluaciji projekta (HZJZ, dr.sc. Ivana Pavić Šimetin i Maja Šekoranja, veljača 2013. god., ispitanici učenici koji su sudjelovali u projektu, N= 1795)
- unaprijeđenija sadržaja temeljena na Završnoj evaluaciji projekta – povratna informacija od učitelja (Nestlé Adriatic, on-line upitnik za učitelje koji su provodili projekt, N=22)
- prof. kineziologije pripremio poglavlje s praktičnim primjerima o načinima vježbanja
- stručnu redakciju materijala proveli stručnjaci iz regije
- usvojeni komentari stručnih suradnika Školske knjige koji su dali mišljenje kako je edukativni materijal iznesen na jednostavan i djeci prihvatljiv način, dok je sadržaj ocijenjen kao edukativan s komentarom da, ako se usvoji, može pomoći u prevenciji pretilosti odnosno postizanju zdravih životnih navika.

4. PROVEDBA

Prije same edukacije učenika, učitelji prolaze obuku o načinu provedbe projekta *Vrtim Zdravi Film*. U suradnji s HŠŠS-om i Agencijom za odgoj i obrazovanje organizira se stručni skup na kojemu doc. dr. sc. Darija Vranešić Bender prenosi informacije i stručno znanje potrebno za ispravno korištenje nastavnih materijala, podijeljenih u četiri modula :

1. Osnovne postavke pravilne prehrane
2. Planiranje prehrane
3. Kako poboljšati prehrabene navike te
4. Moje tijelo i hrana.

Nakon provedenog petosatnog stručnog skupa, učitelji su spremni za implementaciju projekta u svojim školama.

Učitelji koji provode projekt u odabranim školama trebaju održati sva četiri predavanja, u svim odjeljenjima 7-ih razreda (predavanja će se održati svakom razrednom odjelu posebno). Predavanja trebaju trajati jedan školski sat. Predavanja se trebaju održavati na satu razrednika ili u terminima izvan redovite nastave, koje će odrediti ravnatelj škole.

Svi materijali potrebni za provedbu projekta (prezentacije, brošure, edukativna igra, anketni upitnici, majice) osigurani su za sve sudionike projekta.

Završne svečanosti održat će se u 4 – 5 gradova (naknadno će se odrediti gradovi) te će na njima sudjelovati svi sudionici projekta (učenici, učitelji, roditelji), ostali učenici i učitelji škole, sportaši te predstavnici lokalnih medija.

Projekt *Vrtim Zdravi Film* ima za cilj potaknuti učenike osnovnih škola (ponajprije učenike 7. razreda) na razmišljanje o zdravim životnim navikama putem tri različita pristupa:

- **edukacijom** na školskim satovima i tematskim tribinama o pravilnom načinu prehrane kao važnom čimbeniku za zdravo odrastanje. Edukacija se sastoji od 4 edukativna predavanja tijekom 4 školska sata i 1 završne svečanosti (u 5 odabranih škola – prikazivanje kreiranog filma, razgovori s poznatim hrvatskim sportašima, dječji nastupi i govori stručnjaka iz područja zdravstva)
- **motivacijom** da sudjeluju na sportskim natjecanjima koje organizira Hrvatski školski športski savez
- **aktivacijom** samih učenika da izrade kreativno-edukativne filmove na temu zdravih životnih navika. Takva vrsta vršnjačke edukacije predstavlja izuzetno kvalitetan način širenja važnih poruka i ima iznimno snažan utjecaj na djecu te dobi.

4.1. Edukativna predavanja

Na prvom predavanju, prije početka edukacije, radi se anketno ispitivanje učenika o njihovoj informiranosti o učinkovitosti zdrave prehrane (anketni upitnik odobrio HZJZ). Nakon završetka svih predavanja radi se završna anketa, a sve u svrhu mjerenja pomaka u znanju učenika. Prema rezultatima završne ankete Povjerenstvo za nagrađivanje (predstavnici HŠSS-a i Nestlé Adriatic d.o.o.), temeljem rezultata, dodjeljuju nagradu školama koje ostvare najveći napredak u znanju.

4.2. Izrada kratkih filmova *Vrtim Zdravi Film*

Učenike se potiče na izradu kratkih filmova na temu pravilne prehrane te promocije tjelesne aktivnosti. Filmovi trebaju sadržavati svih 7 elemenata zdravog života, a njihovim emitiranjem osiguralo bi se uključivanje većeg broja učenika u Projekt. Filmovi bi se prikazivali u vrijeme školskih odmora, sati razrednika, natjecanja ili gledali na Internetu. Učitelji dobivaju pisane upute s detaljnim objašnjenjima za izradu filmova. Na kraju provedbe Povjerenstvo za nagrađivanje dodjeljuje nagradu školi koja najbolje prenese poruke projekta.

4.3. Sudjelovanje u atletskim natjecanjima Državnog prvenstva ŠSD OŠ RH u šk. god. 2013./2014.

Atletske ekipe svake škole koja sudjeluje u projektu potiče se na sudjelovanje na Državnom prvenstvu ŠSD OŠ RH u šk. god. 2013./2014. gdje se prate njihovi nastupi i postignuti rezultati. Na kraju natjecanja Povjerenstvo za nagrađivanje dodjeljuje nagradu najboljim ekipama na Državnom natjecanju u atletici za osnovne škole.

5. KLJUČNI INDIKATORI USPJEŠNOSTI:

- Pomak u znanju (mjereno od strane HZJZ)
- Broj kontakata ostvarenih s djecom
- Nacionalna pokrivenost
- Broj institucija i stručnjaka uključenih u program

DODATNO: EDUKATIVNI FILMOVI

- <http://www.youtube.com/watch?v=MqUYxNChpg0>
- http://www.youtube.com/watch?v=eVByFELN_Lk
- http://www.youtube.com/watch?v=eMJrDiA_0GA
- <http://www.youtube.com/watch?v=t-5W95Zk-bl>
- <http://www.youtube.com/watch?v=jc9oixAznpS>
- <http://www.youtube.com/watch?v=cDoyn3RXcao>
- <http://www.youtube.com/watch?v=9ueD0qyl-TM>
- <http://www.youtube.com/watch?v=HMvxK6HQMmE>