



Valentina Todorovska-Sokołowska

Kryteria wyboru programu
edukacyjnego z zakresu zdrowego
żywienia i aktywności fizycznej

Kryteria wyboru programu edukacyjnego z zakresu zdrowego żywienia i aktywności fizycznej

- opracowano na podstawie projektu HEPS (*Healthy Eating and Physical Activity in Schools*)

Potrzeba zapewnienia wysokiej jakości działań z zakresu zdrowego żywienia i aktywności fizycznej promocji zdrowia w szkole wynika z się m.in. z często występującą nieefektywną realizacją edukacji zdrowotnej oraz nieracjonalnego wykorzystywania czasu pracy w szkole, przeznaczonego na realizację tych zagadnień.

Obecnie różne organizacje i firmy (w tym producenci promujący własne produkty, fundacje banków) proponują szkołom wiele programów edukacyjnych dotyczących promocji zdrowia (w tym programy z zakresu żywienia, aktywności fizycznej). Autorami, realizatorami lub partnerami programów są różne instytucje związane ze zdrowiem, rzadko wśród nich znajdują się instytucje oświatowe. Wiele proponowanych inicjatyw ma charakter akcyjny, jednorazowy i krótkotrwały. Materiały edukacyjne oferowane w ramach programu są bardzo różnorodne, zazwyczaj zawierają zestaw scenariuszy i pomocy do prowadzenia zajęć, jednak bywa, iż nie jest wymagane ich przeprowadzenie.

Obecnie w Polsce nie prowadzi się ewidencji programów z zakresu zdrowego żywienia i aktywności fizycznej, nie istnieją mechanizmy oceny ich jakości, zasad ich wykorzystywania w szkołach. Nie dokonuje się też ewaluacji ich efektów. Zdarza się, że szkoły nie przeprowadzają diagnozy lub mimo posiadanych jej wyników, decydują się na realizację programu edukacyjnego nie odpowiadającego potrzebom danej społeczności szkolnej.

Celem tego artykułu jest udzielenie wsparcia dyrektorom szkół w dokonywaniu wyboru programów z zakresu promocji zdrowia przy pomocy wskaźników/kryteriów do oceny jakości programów. Dyrektor szkoły ma decydującą rolę w kształtowaniu polityki edukacyjnej szkoły. Dyrektor ostatecznie zatwierdza wszelkie programy do realizacji na terenie szkoły. Regulowane jest to w art.22a.2. Ustawy o systemie oświaty *...Dyrektor szkoły, po zasięgnięciu opinii rady pedagogicznej, dopuszcza do użytku w danej szkole zaproponowany przez nauczyciela program wychowania przedszkolnego lub program nauczania*. Dyrektor szkoły ma nie tylko prawo, ale i obowiązek dopuszczania do użytku programów wychowania przedszkolnego i programów nauczania. Dotyczy to również realizacji programów edukacyjnych z zakresu zdrowego żywienia i aktywności fizycznej. Zgodnie z Art. 39.1. 4) Ustawy o systemie oświaty *...[dyrektor szkoły] stwarza warunki harmonijnego rozwoju psychofizycznego [uczniów] poprzez aktywne działania prozdrowotne*. Skuteczny wybór programu edukacyjnego z zakresu zdrowego żywienia i aktywności fizycznej pomoże szkołom w osiągnięciu bieżących celów, potrzeb i oczekiwań społeczności szkolnej.

Artykuł ma na celu omówienie kryteriów i wskaźników jakości programów edukacyjnych oraz praktycznych wskazówek, które pomogą dyrektorowi szkoły we właściwym wyborze.

Istotą skutecznej realizacji działań z zakresu promocji zdrowia w szkole jest wszechstronne podejście do zdrowia, diagnozowanie potrzeb społeczności szkolnej, uwzględnienie specyficznych warunków szkoły oraz na tej podstawie budowanie całościowej polityki szkoły w tym zakresie.

Ważnym działaniem szkoły powinna być *Diagnoza stanu wyjściowego* – zbadanie „gdzie jesteśmy”. Dopiero po przeprowadzeniu diagnozy można przystąpić do wyboru programu do realizacji. Przedstawiciele szkoły zbierają dane dotyczące aktualnych problemów członków społeczności szkolnej, warunków jej funkcjonowania itd. Wyniki powinny zostać poddane analizie oraz być podstawą do wyciągnięcia wniosków. W oparciu o nie ustala się listę problemów wymagających rozwiązania. Podczas wyboru działań dla rozwiązania problemów istotne jest, aby szkoła uwzględniła m.in. możliwość realizacji oferowanych i/lub dostępnych programów edukacyjnych.

Jakimi kryteriami warto się kierować przy wyborze programów edukacyjnych, aby osiągnąć ważne dla placówki cele?

W materiałach do międzynarodowego projektu HEPS, na bazie którego realizowany jest w Polsce program *Ruch i Zdrowe Żywienie* wyróżnia się cztery wymiary jakości programów edukacyjnych:

- **jakość koncepcji** - na jakiej podstawie została opracowana koncepcja programu,
- **jakość struktury** - jakie warunki są potrzebne do realizacji programu,
- **jakość procesu** - jakie działania są przeprowadzane trakcie realizacji programu,
- **jakość efektów** - jakie zmiany, mają zajść w grupie docelowej (adresatów programu)¹.

Przed podjęciem decyzję o realizacji programu w szkole dyrektor powinien sprawdzić i ocenić, czy program spełnia poniższe wymienione kryteria i charakteryzuje się cechami typowymi dla programów dobrej jakości (zobacz Tabela 1,2,3,4).

Tabela 1. Jakość koncepcji programów edukacyjnych

Lp.	Kryteria	Wskaźniki	Informacja o tym, czy program spełnia wymagania
1.	Zakres	Informacje o zakresie programu, jego poziomie i zasięgu realizacji (klasa, cała szkoła, środowisko szkolne i lokalne)	

¹ Dadaczynski K., Paulus P., de Vries N., de Ruiter S., Buijs G. *Katalog i Narzędzie HEPS*. Warszawa, Ośrodek Rozwoju Edukacji 2010.

2.	Adresaci (grupa docelowa)	Czy określono grupę docelową (adresatów programu) w tym: wiek, poziom edukacji, płeć, grupy pośredniej (np. rodzice)?	
3.	Cele	Dokładny opis celów programu. Czy ustalono cele krótko- i długoterminowe? Czego program dotyczy? Czy realizując ten program osiągniemy potrzeby i cele wynikające z przeprowadzonej diagnozy?	
4.	Zasady	Czy poza przekazywaniem wiedzy o zdrowiu, program proponuje inne formy służące kształtowaniu umiejętności uczniów? Czy program zakłada aktywne uczestnictwo uczniów w jego realizacji?	
5.	Planowanie programu	Czy potrzeba realizacji programu jest uzasadniona wynikami badań naukowych oraz czy ta informacja jest zawarta w dokumentacji programu? Czy program uwzględnia różne komponenty zdrowia np. zdrowe żywienie, aktywność fizyczną? Czy program jest zgodny z polityką szkoły w zakresie promocji zdrowia? Czy stosowane metody i treści programu są dostosowane do grupy docelowej (np. wieku, płci, grupy społeczno-ekonomicznej, warunków kulturowych grupy docelowej)?	

W ocenie jakości koncepcji należy brać pod uwagę wszystkie uwarunkowania szkoły: poziom edukacji, nastawienie nauczycieli, współpracę z rodzicami, warunki społeczno-ekonomiczne. Współpraca z rodzicami jest ważna z uwagi na możliwość wspierania i wzmacniania w domu działań zainicjowanych w ramach programu na rzecz zdrowia w szkole. Przy analizie celów planowanych do osiągnięcia po realizacji danego programu, ważne jest zwrócenie uwagi na to, czy cele są realistyczne i mierzalne. Jeśli tak, to dopiero wtedy możliwe jest przeprowadzenie ewaluacji i sprawdzenie, w jakiej mierze osiągnięto cel. Programy z pozytywnym i szerokim podejściem do zdrowia mogą służyć poprawie zdrowia poprzez kształtowanie umiejętności prozdrowotnych i odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych ludzi. W celu efektywnej pracy szkoły oraz racjonalnego wykorzystywania czasu pracy w szkole dobrze byłoby żeby program poruszał kilka zagadnień z zakresu zdrowia.

Ponadto, skuteczność programu jest większa, jeśli koncentruje się on na kilku czynnikach zdrowotnych jednocześnie: zachowaniu zdrowotnym, kształtowaniu umiejętności prozdrowotnych, zmianach w środowisku fizycznym i społecznym szkoły lub bardziej wszechstronnie podchodzi do zagadnień zdrowotnych.

Aktywne uczestnictwo uczniów w realizacji programów jest ważne z uwagi na to, iż uczniowie są zazwyczaj głównymi adresatami, grupą docelową programów edukacyjnych. Aktywny udział odbiorców to podstawa działań z zakresu promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej w szkołach, zintegrowana część holistycznego podejścia do zdrowia. Uczestnictwo to coś więcej niż działania na rzecz poprawy zdrowia uczniów w społeczności szkolnej, to rozwój samoświadomości ucznia, kształtowanie umiejętności krytycznego myślenia i podejmowania decyzji, kształtowanie umiejętności współpracy itp. Aktywne uczestnictwo to możliwość wyboru, podejmowania wspólnych decyzji oraz sprawnego działania. Na podstawie ewaluacji projektów, można wywnioskować, że uczniowie wykazują duże zainteresowanie takim sposobem pracy, czują się bardziej pewni siebie i zdobywają więcej doświadczeń ucząc się aktywnie².

Ze względu na potrzebę zrozumienia uwarunkowania zjawisk z obszaru zdrowia i zachowań zdrowotnych istotne jest, aby program miał podstawę teoretyczną oraz był naukowo sprawdzony. Dowody istnienia pewnego zjawiska będą podstawą do zaplanowania konkretnych działań. Ponadto, program powinien być spójny z celami edukacyjnymi szkoły, powinien wpływać pozytywnie na klimat klasy/szkoły, osiągnięcia szkolne, a treści i metody programu powinny być dostosowane do grupy docelowej.

Tabela 2. Jakość struktury programów edukacyjnych

Lp.	Kryteria	Wskaźniki	Informacja o tym, czy program spełnia wymagania
1.	Zasoby i kwalifikacje	Czy autor programu to osoba/instytucja zewnętrzna czy pracownik szkoły? Kto może być realizatorem/prowadzącym zajęcia w ramach programu, jakie kompetencje powinien posiadać? Czy są planowane szkolenia dla realizatorów w celu zwiększenia ich kompetencji niezbędnych do realizacji programu? Czy jest dostępny podręcznik dla realizatorów?	
2.	Współpraca	Czy realizacja programu zakłada współpracę ze środowiskiem lokalnym? Jeśli tak, to jakie są jej formy?	

² Simovska V., Jensen B.B. *Young Minds.Net/Lessons Learnt*. Copenhagen. Danish University of Education Press. 2003.

Szkoła powinna oszacować, jakie zasoby są niezbędne do realizacji danego programu, czy szkoła dysponuje zasobami oraz czy – jeśli konieczne jest poniesienie kosztów z tytułu realizacji programu – to, czy szkoła ponosi koszt całego przedsięwzięcia. Za koszty szkoły uznać należy np.: powielenie materiałów, czas potrzebny na realizację programu, szkolenia i inne wydatki. Dobrze opisany program powinien mieć określone wszystkie koszty i ewentualnie możliwości pozyskania środków.

Ponadto, opis programu powinien dawać odpowiedź na pytanie jakie kompetencje (kwalifikacje, umiejętności) powinien posiadać realizator programu (np. czy są potrzebne dodatkowe kwalifikacje, wiedza np.: z zakresu zdrowego żywienia, aktywności fizycznej itp.). Jeśli nie są wymagane szczególne kompetencje, to takie wskazówki powinny być zamieszczone w materiałach informacyjnych. W przypadku, gdy do realizacji programu potrzebne są specjalne kwalifikacje, będzie potrzebne również przeszkolenie realizatorów. Ważne jest, aby podano, jakie będzie to szkolenie (np.: forma, zakres tematyczny), koszt, częstotliwość zajęć itp.

Program dobrej jakości powinien zawierać wskazówki dotyczące realizacji w formie podręcznika, poradnika, materiałów informacyjnych dla realizatorów. Wskazówki powinny odnosić się do treści programu i sposobu jego realizacji, materiałów pomocniczych, trudności i barier, które mogą się pojawić i ew. zakłócić przebieg programu.

Uważa się, iż programy promocji zdrowia realizowane we współpracy ze środowiskiem lokalnym są bardziej skuteczne³. Współpraca w realizacji programu, może się przełożyć później na inne wspólne działania i inicjatywy oraz pozytywnie wpłynąć na rozwój środowiska lokalnego i jego relacje ze szkołą.

³ Dadaczynski K., Paulus P., de Vries N., de Ruiter S., Buijs G. *Katalog i Narzędzie HEPS*. Warszawa, Ośrodek Rozwoju Edukacji 2010.

Tabela 3. Jakość procesu programów edukacyjnych

Lp.	Kryteria	Wskaźniki	Informacja o tym, czy program spełnia wymagania
1.	Wdrożenie i realizacja	Czy w realizacji programu uczestniczą nauczyciele i uczniowie? Czy program zakłada współpracę z rodzicami? Czy program uwzględnia warunki, specyfikę pracy szkoły i codzienną praktykę np. organizację dnia? Czy program uwzględnia wsparcie dla nauczycieli w formie konsultacji, superwizji?	
2.	Ewaluacja	Czy przeprowadzona była ewaluacja programu i czy są przedstawione wyniki ewaluacji? Czy opisano jakimi metodami można ocenić skuteczność programu? Czy opisano, w jaki sposób można modyfikować realizację, aby osiągnąć założone cele?	

Uwzględnienie specyfiki pracy i codziennej praktyki szkoły to kolejna charakterystyka programów dobrej jakości. Dotyczy to sposobu administrowania szkołą, rozkładu lekcji i zajęć pozalekcyjnych itd. Program musi brać pod uwagę cały kontekst życia szkoły w celu uniknięcia kolidowania realizacji zajęć w ramach programu z codziennymi zajęciami szkolnymi. Ważne jest, aby realizatorzy w razie potrzeby (np. występujących trudności w trakcie realizacji) mieli możliwość skonsultowania się z innymi osobami prowadzącymi zajęcia w ramach tego programu. W opisie programu powinna znaleźć się informacja o możliwości kontaktu telefonicznego, e-mailowego, spotkania w celu przedyskutowania występujących problemów.

Program dobrej jakości powinien zawierać opis procesu ewaluacji, wyniki przeprowadzonego pilotażu, opis dokonanych zmian w programie na podstawie wyników ewaluacji (np. jak zwiększyć udział rodziców, współpracę między nauczycielami).

Tabela 4. Jakość efektów programów edukacyjnych

Lp.	Kryteria	Wskaźniki	Informacja o tym, czy program spełnia wymagania
1.	Skuteczność	Czy dzięki realizacji programu, możliwe jest osiągnięcie zaplanowanych celów? Czy program ma korzystny wpływ na zdrowie, szczególnie na te aspekty, które chcemy zmienić/poprawić? Czy program ma pozytywny wpływ na edukację (np. na podejście uczniów do nauki, na osiągnięcia szkolne, klimat klasy/szkolny)?	
2.	Wydajność	Czy opisano jakie koszty poniesie szkoła, jeśli podejmie realizację programu? Czy są informacje o wydatkach: koszty osobowe, koszty szkoleń, materiałów? Czy koszty przeznaczone na przygotowanie programu dla szkoły/nauczycieli są zrównoważone z korzyściami i efektami programu?	

Najważniejszy wskaźnik to skuteczność. Po zapoznaniu się z programem trzeba się zastanowić, czy on pomoże nam w osiągnięciu naszych celów i potrzeb w rozwiązaniu problemów wynikających z diagnozy. Czy program ma miał korzystny wpływ na zdrowie, czy opis programu wskazuje na możliwość powiększenia wiedzy uczniów w zakresie danego zagadnienia, zmian zachowań uczniów lub motywację do zmian. Istotne jest, aby program miał też wpływ na osiągnięcia edukacyjne, czy np.: polepszy się klimat klasy/szkoły, poprawią się osiągnięcia w nauce.

Program może dyrektorowi zaproponować wiele osób: nauczyciele, osoba z zewnątrz, osoba z innej szkoły, organ prowadzący, dyrektor może się dowiedzieć o programie z mediów, Internetu, innego źródła, może mieć spotkanie z autorami. Warto, aby oceny jakości proponowanego programu dokonały dwie osoby, które potem porównają wyniki swoich ocen programu. Najlepiej byłoby, aby to były osoby, które mają wiedzę i doświadczenie z zakresu promocji zdrowia. Po przeczytaniu dokumentacji programu warto przygotować krótki opis programu, który pomoże w ocenie i podjęciu decyzji, czy ten

program spełnia kryteria jakości niezbędne do realizacji w szkole (zobacz poniżej: Tabela 5 Arkusz opisu programu).

Tabela 5. Arkusz opisu/oceny programu

Kategoria	Opis
Nazwa programu	
Organizator/autorzy	
Adresaci (grupa docelowa)	
Cele	
Zakres	
Treść	
Czas trwania	
Realizatorzy programu	
Szkolenie/podręcznik	
Koszty programu	
Ewaluacja	
Ocena jakości (mocne i słabe strony programu)	
Inne informacje	

To tylko niektóre z ważnych pytań, którymi można się kierować w ocenie jakości programu edukacyjnego. Odpowiedzi na te pytania mogą pomóc w wyborze programu edukacyjnego z zakresu zdrowego żywienia i aktywności fizycznej. Oprócz oceny programów poprzez wymiary jakości, warto byłoby zastanowić się nad ogólną jakością programu i wskazać jego mocne i słabe strony. W ocenie tej, poza wymienionymi wskaźnikami, należy brać pod uwagę cały kontekst szkolny: czy program jest adekwatny do danego poziomu edukacji, jakie jest nastawienie nauczycieli, jaka jest współpraca z rodzicami itp. Na podstawie podsumowanych wyników można podjąć decyzję o realizacji programu w szkole. Niezależnie od tego, kto proponuje dyrektorowi program, ostateczna decyzja dotycząca wyboru programu należy do niego.

Bibliografia:

Dadaczynski K., Paulus P., de Vries N, de Ruiter S, Buijs G. *Katalog i Narzędzie HEPS*. Warszawa, Ośrodek Rozwoju Edukacji 2010.

Simovska.V., Jensen B.B. *Young Minds.Net/Lessons Learnt*. Copenhagen. Danish University of Education Press. 2003.



OŚRODEK
ROZWOJU
EDUKACJI