

Vukovar: zdravim načinom života do zdravog suživota

Vesna Matejić *, Tomislav Ruskaj **

* Zavod za javno zdravstvo Vukovarsko-srijemske županije, ** Osnovna škola Antuna Bauera Vukovar

Cilj svake zajednice ma koliko ona bila razvijena i uzimajući u obzir sve njene različitosti u pogledima na svijet, vjerskim, političkim ili inim uvjerenjima je jedinstven : zdrav razvoj njenih najmlađih članova- djece i mladeži.

Djelujući od 1999.godine, Služba za školsku medicinu ZZJZ Vukovarsko-srijemske županije P.S. Vukovar, u okviru svojih zadaća među više od 6500 školske djece i mladeži stalnim naporima želi utjeloviti zdrav način života kao najbolji izbor za zdravu budućnost svakog pojedinca kako tjelesnu tako i mentalnu.

Zabrinjavajući su podatci dobiveni sistematskim pregledima osnovnoškolaca 8-ih razreda gdje više od 30% djece ima prekomjernu tjelesnu težinu, 69% loše držanje, a strukturne deformacije kralješnice koje uključuju kifozu 6% te skoliozu manju od 20 stupnjeva po Cobb-u gotovo 13% učenika. Također nezdrave navike gdje umalo svaki peti učenik doručkuje te se hrani neredovito, puši fakultativno oko 14% ,a alkohol konzumira redovno ili vikendom oko 35% učenika zvone na uzbunu! Prijelazom u srednju školu ovi podatci drastično rastu.

Naglasak ovog napisa i poveznicu svih naših nastojanja htjeli bismo staviti u jednu riječ-SPORT.

Mišljenje nas kao medicinara te profesora TZK u odgojno -obrazovnim institucijama je premala zastupljenost tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnim i srednjim školama Republike Hrvatske. Posebnost vukovarskog područja je i relativni nedostatak adekvatnih prostora za provođenje istog jer primjerice od 14 O.Š. ovog područja dvije škole još uvijek nemaju svoju dvoranu ,a većina škola je tek prije tri godine dobila svoju dvoranu iako je mirnom reintegracijom „normalan“ život započeo prije 11 godina. Također od četiri srednje škole u gradu Vukovaru dvije još uvijek nemaju prostor za izvođenje nastave TZK.

Tjelesno i zdravstveno odgojno-obrazovno područje, zbog svog značaja za skladan razvoj antropoloških obilježja jedinstveno je po mogućnostima i posebnostima svojih programskih sadržaja koji usmjeravaju nastavu tjelesne i zdravstvene kulture prema optimalnom razvoju i usavršavanju znanja, sposobnosti i osobina koji su u pojedinim razvojnim razdobljima bitni za učenike.

Cilj je tjelesne i zdravstvene kulture osposobiti učenike za primjenu teorijskih i motoričkih znanja koja omogućuju samostalno tjelesno vježbanje radi kvalitetnijeg življenja.



Istodobno tjelesna i zdravstvena kultura učinkovito mijenja osobine i razvija sposobnosti čime izravno osigurava promicanje zdravlja kao nezamjenjivog čimbenika svih ljudskih aktivnosti. Tako ambiciozni zadatci tjelesne i zdravstvene kulture teško su ostvarivi u dva školska sata tjedno tijekom školske godine, pogotovo za učenike koji imaju malo sklonosti za bavljenje tjelovježbom. Dostupnost svima, stjecanje navika bavljenja sportom koje bi trebale postati načinom života, a nije zanemariva niti socijalna osjetljivost gdje roditelji zaokupljeni pukim preživljavanjem nemaju niti vremena niti ekonomskih sredstava dostatnih za svoju djecu i stavku sport u kućnom budžetu (primjerice u Vukovaru i okolici sa stalnim primanjima je tek 15% oba roditelja), glavne su misli vodilje zašto povećati satnicu tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnim školama. Treba spomenuti da nastavnici TZK-a u svojoj strukturi radnog vremena imaju predviđeno svega 2 do 4 sata tjedno za izvannastavne aktivnosti pa ako nemaju dobre volontere-suradnike malo sadržaja mogu ponuditi svojim učenicima.



Osim obveznog programa učenicima je omogućeno udovoljavati svojim sportskim sklonostima u školskom sportskom društvu koje ima svaka škola. Ovisno o materijalnim i kadrovskim mogućnostima škole u školskom sportskom društvu osnivaju se slijedeće sekcije: stolni tenis, odbojka, košarka, nogomet, rukomet, gimnastika, atletika, šah, streljaštvo, tenis...



Svim zainteresiranim učenicima omogućeno je treniranje u spomenutim sekcijama, najčešće jednom tjedno ,a školu na natjecanjima zastupaju najbolji. Sportski nadareni učenici mogu se učlaniti u registrirane klubove te tamo udovoljiti svojim sklonostima ako vole veslanje,košarku,odbojku, stolni tenis, nogomet, gimnastiku, karate, rukomet, mažoretkinje....

GIMNASTIČKI KLUB



VUKOVAR

Na zdravstvenim djelatnicima , nastavnicima i cjelokupnom društvu velika je zadaća preuzimanja odgovornosti i pokretanja cijelog sustava i nužnih promjena u koncepciji odgojno –obrazovnog pristupa navedenim problemima, a sve u svrhu omogućavanja razvoja zdravih navika i sretnom odrastanju naše djece.

Kontakt:

Vesna Matejić

Zavod za javno zdravstvo Vukovarsko-srijemske županije

E-mail: gambo@hi.t-com.hr; skolskavu@zzjz-vs-z.hr