

**BADANIE OTYŁOŚCI WŚRÓD UCZNIÓW KLAS 1-8
ZESPOŁU EDUKACYJNEGO NR 9 W ZIELONEJ GÓRZE
W ROKU SZKOLNYM 2021/2022**

W roku szkolny 2021/2022 pielęgniarka szkolna Krystyna Chodkiewicz przeprowadziła ważenie uczniów klas 1-8 Zespołu Edukacyjnego nr 9 w Zielonej Górze. Celem badań była między innymi ocena uczniów pod kątem prawidłowej wagi ciała.

Zgodnie z polskimi siatkami centylowymi prawidłowe BMI u dzieci w wieku 3-18 lat wynosi 14-17.

poniżej 14 BMI jest niedowaga,

powyżej 17 BMI – nadwaga,

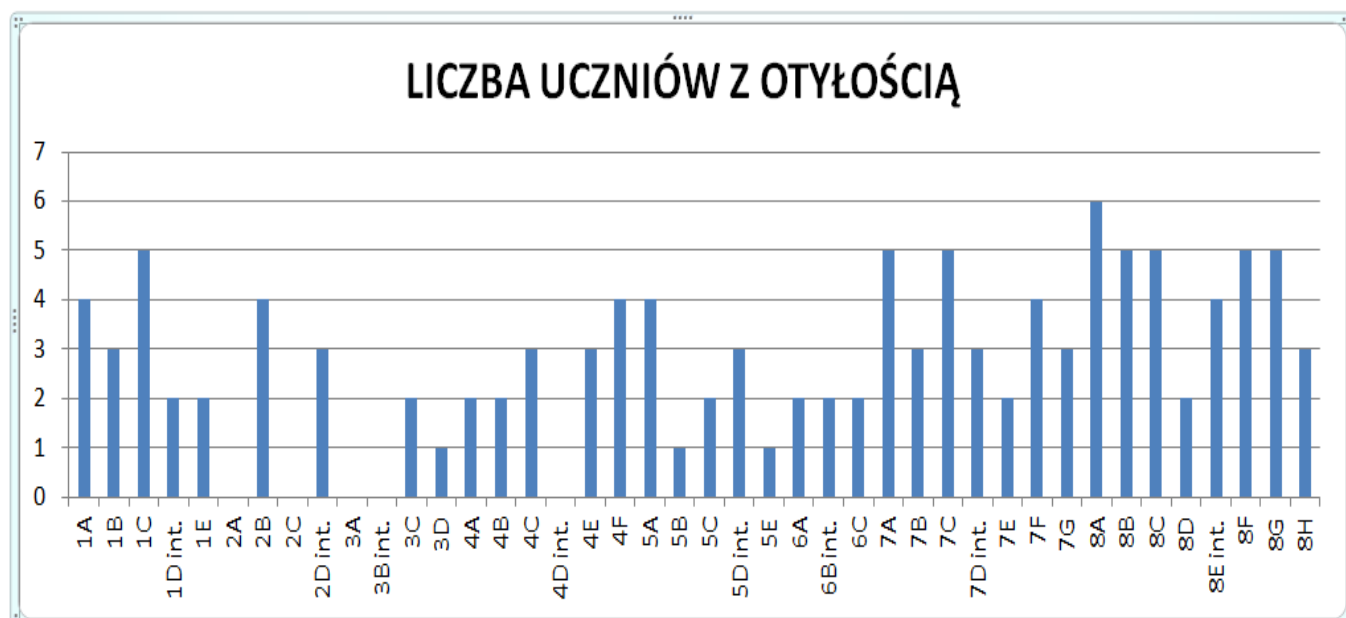
od 19 BMI zaczyna się otyłość.

Poniższe zestawienie dotyczy uczniów, u których wskaźnik BMI przekracza 19.

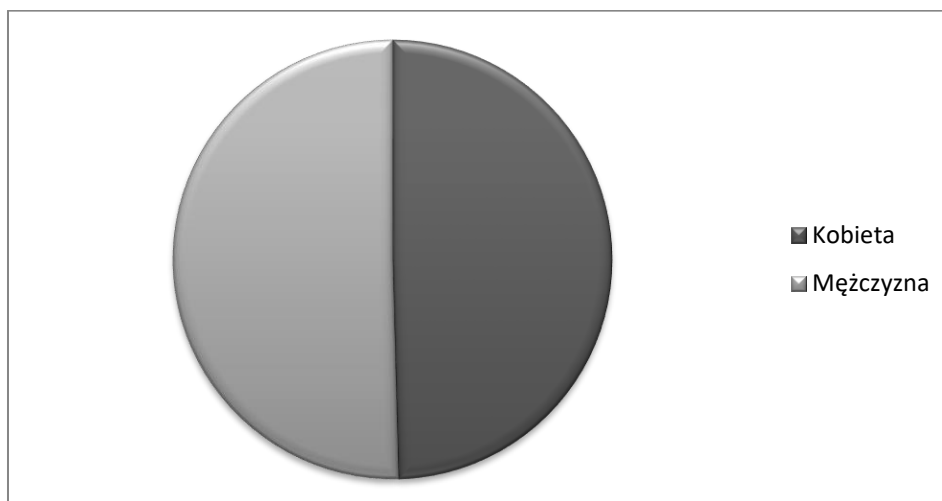
KLASA	LICZBA UCZNIÓW W KLASIE	LICZBA UCZNIÓW Z OTYŁOŚCIĄ	PLEĆ K- KOBIEITA	PLEĆ M- MEŹCZYZNA	UWAGI
1A	18	4	4		
1B	23	3	1	2	
1C	23	5	1	4	
1D int.	15	2	1	1	
1E	23	2	1	1	
2A	23	0			
2B	22	4		4	
2C	23	0			
2D int.	20	3	1	2	
3A	21	0			
3B int.	20	0			
3C	24	2	1		
3D	24	1		1	
4A	23	2		2	
4B	24	2		2	
4C	22	3	1	2	
4D int.	18	0			
4E	23	3	2	1	
4F	23	4	3	1	
5A	25	4	2	2	
5B	24	1	1		
5C	26	2	2		
5D int.	20	3	1	2	
5E	25	1		1	
6A	16	2	2		
6B int.	20	2	2		
6C	21	2	1	1	

7A	26	5	4	1	
7B	25	3	1	2	
7C	23	5	3	2	
7D int.	20	3		3	
7E	20	2	1	1	
7F	22	4	1	3	
7G	24	3	3		
8A	22	6	4	2	
8B	25	5	2	3	
8C	22	5	2	3	
8D	26	2	2		
8E int.	21	4	3	1	
8F	24	5	2	3	
8G	23	5	1	4	
8H	25	3	1	2	

LICZBA ODDZIAŁÓW W SZKOLE	LICZBA UCZNIÓW W SZKOLE	LICZBA UCZNIÓW OTYŁYCH	% UCZNIÓW OTYŁYCH W SZKOLE
42	988	117	11,8%



PLEĆ	LICZBA OTYŁYCH UCZNIÓW
Kobieta	58
Mężczyzna	59



PODSUMOWANIE

1. Przebadano wszystkie klasy 1-8.
2. Zdiagnozowano 117 uczniów, których BMI przekracza 19.
3. Uczniowie otyli stanowią 11,8 % dzieci uczęszczających do SP 11.
4. Najwięcej jest uczniów otyłych w poziomach klas:
1c (5), 2b (4), 3c (2), 4f (4), 5a (4), 6a,b,c (2), 7a,c (5), 8a (6).
5. Największy problem otyłości występuje w klasach 7 i 8.
6. Zwrócono uwagę na liczbę chłopców i dziewcząt z problemem otyłości. Wśród badanych uczniów jest 59 chłopców i 58 dziewczynek.

WNIOSKI/REKOMENDACJE

1. Okres pandemii sprzyjał mniejszej aktywności fizycznej wśród uczniów, co bez wątpienia przyczyniło się do wzrostu nadwagi i otyłości.
2. Program profilaktyczny i prozdrowotny w dalszym ciągu powinien uwzględnić zagadnienia związane z:
 - problemem otyłości wśród uczniów klas 1-8,
 - zachęcaniem do znacznie większej aktywności fizycznej,
 - propagowaniem zdrowego odżywiania w szkole i poza szkołą,
 - uświadamianiem o negatywnym wpływie otyłości na zdrowie,

- brakiem akceptacji siebie, jako osoby otyłej i wśród rówieśników,
 - pedagogizacją rodziców, zwrócenie uwagi rodzicom jak ważne jest prawidłowe odżywianie i aktywność fizyczna.
3. Na lekcjach wychowawczych i zajęciach wychowania fizycznego należy uwzględniać tematykę związaną z propagowaniem zdrowego stylu życia, jako przeciwdziałaniu nadwadze i otyłości.
 4. W kontaktach rówieśniczych należy zwracać uwagę na problem braku akceptacji i odrzucenia dzieci otyłych już w klasie 1.
 5. Należy zwrócić uwagę wychowawcom i szkolnym terapeutom na problem braku samoakceptacji wśród uczniów z nadwagą i otyłością.
 6. Należy kontynuować Program dla szkół - Owoce i warzywa w szkole, Pij mleko.
 7. W sklepiku szkolnym nadal powinny znajdować się produkty niskokaloryczne.
 8. Należy promować picie wody, zamiast napojów o dużej zawartości cukru.
 9. W indywidualnych kontaktach z rodzicami oraz podczas zebrań należy uwzględniać pedagogizację rodziców dot. otyłości i właściwych nawyków żywieniowych.

Opracowanie:

Krystyna Chodkiewicz, Małgorzata Kielec, Patrycja Skulska