

**BADANIE OTYŁOŚCI WŚRÓD UCZNIÓW KLAS 1-8
ZESPOŁU EDUKACYJNEGO NR 9 W ZIELONEJ GÓRZE
W ROKU SZKOLNYM 2020/2021**

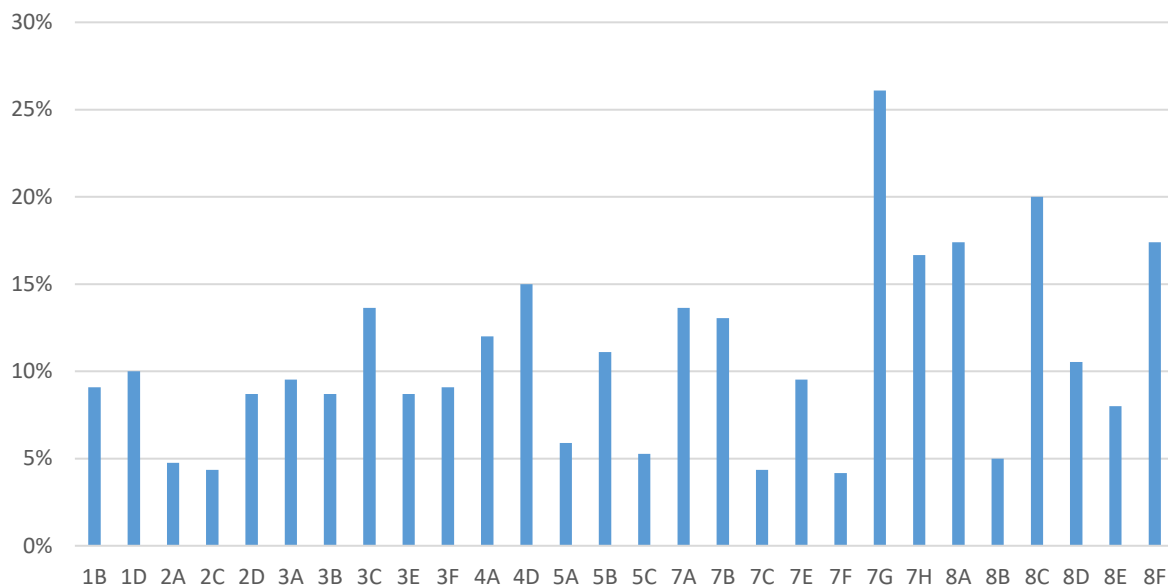
W roku szkolny 2020/2021 pielęgniarka szkolna Krystyna Chodkiewicz przeprowadziła ważenie uczniów wybranych klas 1- 8 Zespołu Edukacyjnego nr 9 w Zielonej Górze. Celem badań było zwrócenie uwagi na pojawiający się coraz częściej problem otyłości wśród dzieci.

| KLASA | LICZBA UCZNIÓW W KLASIE | LICZBA UCZNIÓW Z OTYŁOŚCIĄ | PŁEĆ | WSKAŹNIK BMI | CENTYL | UWAGI |
|-------|-------------------------|----------------------------|------|--------------|--------|--|
| 1B | 22 | 2 | M | 20,31 | 97↓ | |
| | | | M | 23,56 | 97↑ | |
| 1D | 20 | 2 | M | 21,06 | 97↑ | |
| | | | K | 20,38 | 97↓ | |
| 2A | 21 | 1 | K | 26,79 | 97↑ | |
| 2C | 23 | 1 | K | 21,28 | 97↓ | |
| 2D | 23 | 2 | K | 22,96 | 97↑ | |
| | | | M | 25,68 | 97↑ | |
| 3A | 21 | 2 | K | 21,33 | 90↑ | |
| | | | M | 21,91 | 90 | |
| 3B | 23 | 2 | M | 25,78 | 97↑ | |
| | | | M | 25,12 | 97↑ | |
| 3C | 22 | 3 | M | 28,15 | 97↑ | |
| | | | K | 21,36 | 90↑ | |
| | | | M | 22,08 | 90↑ | |
| 3E | 23 | 3 | M | 23,93 | 97 | |
| | | | M | 24,83 | 97↑ | |
| | | | K | 23,62 | 97 | |
| 3F | 22 | 2 | K | 23,00 | 97↓ | |
| | | | K | 22,33 | 97↓ | |
| 4A | 25 | 3 | M | 22,24 | 90↑ | |
| | | | M | 27,35 | 97↑ | |
| | | | M | 22,58 | 90/97 | |
| 4D | 20 | 3 | M | 23,14 | 97↓ | Astma oskrzelowa |
| | | | K | 22,05 | 90↑ | Astma oskrzelowa |
| | | | M | 22,12 | 90↑ | |
| 5A | 17 | 1 | K | 32,35 | 97↑ | Upośledzenie umysłowe w stopniu lekkim |
| 5B | 18 | 2 | K | 26,18 | 97↑ | Autyzm |
| | | | K | 23,29 | 90↑ | |
| 5C | 19 | 1 | M | 24,02 | 90↑ | Niepełnosprawność ruchowa, afazja |
| 7A | 22 | 3 | K | 28,11 | 97↑ | |
| | | | K | 23,51 | 97↓ | |

| | | | | | | |
|----|----|---|---|-------|-----|--|
| | | | K | 27,02 | 97↑ | |
| 7B | 23 | 3 | K | 23,57 | 97↓ | |
| | | | M | 24,33 | 90↑ | |
| | | | M | 25,10 | 97↓ | |
| 7C | 23 | 1 | M | 25,64 | 97↑ | |
| 7E | 21 | 2 | K | 24,35 | 97↓ | |
| | | | M | 23,82 | 90↑ | |
| 7F | 24 | 1 | M | 26,94 | 97↑ | |
| 7G | 23 | 6 | M | 22,57 | 90↓ | |
| | | | M | 23,85 | 90↑ | |
| | | | M | 23,86 | 90↑ | |
| | | | M | 23,16 | 90↑ | |
| | | | M | 24,00 | 90↑ | |
| | | | K | 28,47 | 97↑ | |
| 7H | 24 | 4 | M | 24,01 | 90 | |
| | | | M | 25,31 | 97↓ | |
| | | | M | 25,00 | 90↑ | |
| | | | K | 24,58 | 97↓ | |
| 8A | 23 | 4 | M | 25,39 | 97↓ | |
| | | | M | 23,90 | 90 | |
| | | | K | 24,75 | 97↓ | |
| | | | M | 28,24 | 97↑ | |
| 8B | 20 | 1 | K | 26,71 | 97↑ | |
| 8C | 25 | 5 | K | 24,00 | 90↑ | |
| | | | M | 29,42 | 97↑ | |
| | | | K | 28,24 | 97↑ | |
| | | | M | 23,89 | 90↓ | |
| | | | M | 24,89 | 90↑ | |
| 8D | 19 | 2 | M | 33,83 | 97↑ | |
| | | | M | 24,74 | 90↑ | |
| 8E | 25 | 2 | M | 26,49 | 97↓ | |
| | | | M | 23,87 | 90↓ | |
| 8F | 23 | 4 | K | 23,86 | 90↑ | |
| | | | M | 28,65 | 97↑ | |
| | | | M | 29,79 | 97↑ | |
| | | | M | 25,03 | 90↑ | |

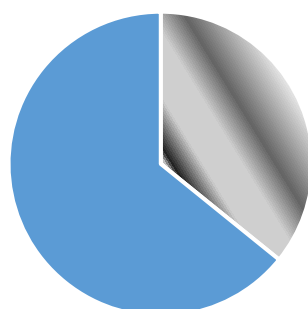
| LICZBA ODDZIAŁÓW W SZKOLE | LICZBA PRZEBADANYCH ODDZIAŁÓW | LICZBA PRZEBADANYCH UCZNIÓW | LICZBA UCZNIÓW OTYŁYCH | % UCZNIÓW OTYŁYCH W SZKOLE |
|---------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|
| 44 | 28 | 614 | 68 | 11% |

UCZNIOWIE OTYLI W ROKU SZKOLNYM 2020/2021



| PŁEĆ | LICZBA OTYŁYCH UCZNIÓW |
|-----------|------------------------|
| Kobieta | 25 |
| Mężczyzna | 43 |

Liczba otyłych uczniów



■ Kobieta ■ Mężczyzna

PODSUMOWANIE

1. Przebadano dwie klasy I, trzy klasy II, pięć klas III, dwie klasy IV, trzy klasy V, siedem klas VII, sześć klas VIII. Łącznie przebadano 614 uczniów.
2. Zdiagnozowano 65 otyłych uczniów, którzy stanowią 11 % przebadanych dzieci.
3. Można zauważyć, że otyłość wśród uczniów klas I-III stanowi pojedyncze przypadki. Najwięcej jest uczniów otyłych w klasie 3C i 3E - 3 osoby. W pozostałych klasach jest od jednego do dwóch przypadków.
4. Największy problem otyłości występuje w klasie 7G, 8C i 8F.
5. Obliczono dla uczniów otyłych wskaźnik BMI oraz ustalono siatkę centylową, pozwalającą określić, czy wzrost i waga dziecka są proporcjonalne do wieku.
6. Zwrócono uwagę na liczbę chłopców i dziewcząt z problemem otyłości. Wśród badanych uczniów jest 43 chłopców i 25 dziewczynki, co pokazuje, że większy problem z otyłością mają chłopcy niż dziewczynki.
7. Najwyższy wskaźnik BMI 32,35 osiągnął uczeń klasy 5A (upośledzenie umysłowe w stopniu lekkim) oraz uczeń klasy 8D – BMI 33,83.

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 roku szkolnym 2021/2022 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. Należy zwrócić uwagę szkolnym terapeutom na problem braku samoakceptacji wśród uczniów z nadwagą i otyłością.
5. Należy kontynuować Program dla szkół - Owoce i warzywa w szkole, Pij mleko.
6. W sklepiku szkolnym nadal powinny znajdować się produkty niskokaloryczne.
7. Należy promować picie wody, zamiast napojów o dużej zawartości cukru.

Opracowanie:

Krystyna Chodkiewicz, Małgorzata Kielec, Patrycja Skulska