

ПРОЈЕКАТ „БУСТУЈ ЗДРАВЕ НАВИКЕ”

Пројекат „Бустуј здраве навике” је осмишљен са циљем промоције здравих стилова живота међу ученицима старијих разреда основних школа. Кроз програм ученици стичу нова знања кроз два кључна начина:

1. **Оформљивање групе вршњачких едукатора на нивоу појединачне основне школе** – учесници пролазе кроз тродневну обуку током које стичу нова знања, вештине и компетенције потребне за реализацију вршњачких едукација у вишим разредима школе коју похађају,
2. **Учествовање у вршњачким едукацијама реализованим од стране вршњачких едукатора** - током којих ученици виших разреда добијају кључне информације и кроз интеракцију са вршњачким едукаторима уче о здравим животним стиливима (фокус је на здравој исхрани и физичкој активности).

Кључна идеја на којој се програм заснива јесте идеја о вршњачкој едукацији као адекватном приступу у раду са младима, која је научно утемељена и у пракси се примењује неколико деценија. Уз стручно вођење ће на нивоу већег броја основних школа бити оформљени тимови вршњачких едукатора, које ће обучавати искусни омладински радници и психолози са вишегодишњим искуством у реализацији програма вршњачке едукације. По окончању школе за вршњачке едукаторе оформљени тимови у сарадњи са контакт тачком (посебно обученим стручњаком на нивоу сваке од школа укључених у програм) организују и реализују вршњачке едукације намењене ученицима виших разреда основне школе, чије кључне теме се односе на ширење свести о здравим стиливима живота и практични савети за придржавање принципа здравог живота у свакодневном функционисању који су узрасно прилагођени особама које похађају вршњачке едукације.

Пројекат „Бустуј здраве навике” је осмишљен као прилика да се група ученика старијих разреда основне школе (седми и осми разред) упозна са радионичарским радом, вршњачком едукацијом, неформалним образовањем и различитим темама које су усмерене ка развоју здравих стилова живота кроз тродневну обуку у укупном трајању од 15 до 18 сати (од 5 до 6 сати дневно, дани у недељи: четвртак, петак, субота).

Целокупни процес водиће ка стварању тима вршњачких едукатора (ученици седмих и осмих разреда) који ће систематски обављати континуирану едукацију својих вршњака, ученика виших разреда (од петог до осмог разреда) у основним школама у којима ће се реализовати активности описане овим Пројектом. Пионирска фаза програма (првих пет школа за вршњачке едукаторе) биће реализоване у школама које су укључене у пројекат „Свако дете има право да одраста здраво“ који реализују Министарство просвете, Министарство здравља и Министарство спорта Републике Србије.

Реализација школа за вршњачке едукаторе базирана је на принципима неформалног образовања и радионичарског рада. Неформалним учењем стичу се знања, вештине и компетенције усмерене на развој личних потенцијала и вредности, као и на побољшање конкурентности на тржишту рада. Активности у неформалном учењу одвијају се према принципима добровољности и активног учешћа, ослањајући се на искуства оних који у њима учествују. У неформалном учењу они који учествују у активностима учења креирају крајње исходе процеса.

Вршњачка едукација је годинама уназад један од често коришћених принципа и стратегија када је реч о примарној превенцији различитих изазова са којима се сусрећу деца и млади, међу којима свакако јесу и изазови који се односе на правилну исхрану,

физичку активност и слично, те је ово један од примарних разлога који је утицао на креирање управо овог програма који у фокус ставља рад са младима кроз вршњачку едукацију.

Општи циљ програма односи се на промоцију здравих стилова живота, односно принципа здраве исхране и значаја физичке активности кроз оформљивање група вршњачких едукатора и реализацију вршњачких едукација у вишим разредима основних школа.

Специфични циљеви и резултати Програма

Специфични циљеви	Резултати
1. Ученици - вршњачки едукатори унапредили своја знања о радионичарском раду, вршњачкој едукацији, неформалном образовању и здравим стиливима живота	1. У свакој од школа у којима се програм реализује оформљена по једна група вршњачких едукатора (14-16 ученика) 2. Група вршњачких едукатора прошла кроз тродневну школу намењену едукацији вршњачких едукатора 3. Знања ученика у домену здравих животних стилова унапређена у односу на знања пре реализације школе за вршњачке едукаторе
2. Ученици - вршњачки едукатори мотивисани да новостечена знања кроз процес вршњачке едукације поделе са другим ученицима из школе коју похађају	1. Вршњачки едукатори се одазивају позивима за реализацију вршњачких едукација 2. Вршњачки едукатори активни, предлажу идеје и заинтересовани за даље учешће у Програму
3. Ученици - вршњачки едукатори оспособљени да спроводе вршњачку едукацију са другим ученицима у својим школама	1. Реализоване вршњачке едукације у вишим разредима основне школе коју похађају едукатори 2. Млади који учествују о вршњачким едукацијама извештавају о корисности ових едукација за њих
4. Ојачана групна кохезивност у оквиру групе вршњачких едукатора на нивоу школе	1. Створен групни идентитет – осећање да вршњачки едукатори припадају групи која има своје активности, а које се односе примарно на преношење знања другим ученицима у школи. 2. вршњачки едукатори мотивисани и да након завршетка формалног пројекта остану део групе вршњачких едукатора и у будућности едукују нова школска одељења

Директну циљну групу програма чине две категорије ученика виших разреда основне школе:

1. Ученици који пролазе кроз школу за вршњачке едукаторе (12-16 ученика седмих и осмих разреда на нивоу једне школе)
2. Ученици који ће бити едуковани у оквиру вршњачких едукација од стране новооформљене групе вршњачких едукатора.

Поред наведеног, директна циљна група јесу и стручњаци запослени у школама који ће проћи кроз обуку која је креирана у оквиру овог програма, а која ће имати за циљ

да они на адекватан начин у сарадњи са вршњачким едукаторима организују и реализују циклус вршњачких едукација намењен ученицима од петог до осмог разреда школа у којима се програм реализује.

Индијектна циљна група укључује родитеље ученика, као и друге стручњаке запослене у школама. Пројекат се обраћа свим одговорним за помоћ и подршку ученицима у циљу промоције здравих стилова живота. Ове групе су доступне у Београду и одабраним/препорученим школама у којима ће бити реализован Програм.

Планирани временски период за реализацију Програма у првих пет школа предвиђен је је период септембар – децембар 2023. године.

Креирани програм „Бустуј здраве навике” настао је у складу са научним сазнањима о вршњачкој едукацији широко посматрано, вршњачкој едукацији у контексту промоције здравих стилова живота, али и у складу са искуством од преко 15 година које креатори овог Пројекта имају у домену вршњачке едукације, омладинског рада са младима и неформалног образовања, али и здравља деце и младих. У складу са наведеним, креиран је Програм који се реализује кроз неколико фаза, а на примеру једне основне школе примену овог програма могуће је описати кроз следеће сегменте, односно фазе:

Почетак реализације програма везује се за август 2023. године, те је у периоду пре почетка школске године потребно упознати директоре школа препоручених од стране Министарства просвете са самим Програмом, очекивањима од ученика, али и стручњака запослених у школи који ће бити директно укључени у реализацију Програма. На овај начин директори школа добијају прилику да целокупни Програм уврсте у Годишњи план рада школе 2023/2024.

Одабир школа је извршен на основу базе школа које су укључене у пројекат „Свако дете има право да одраста здраво“ који реализују Министарство просвете, Министарство здравља и Министарство спорта Републике Србије. Наиме, реализација школа за вршњачке едукаторе и самих вршњачких едукација представља јединствен допринос овом пројекту који има за циљ унапређење физичке активности ученика основних школа широко посматрано. Након ступања у иницијални контакт са школама које су предложене од стране Министарства просвете вршиће се одабир по једног стручњака на нивоу сваке школе који ће бити укључен у реализацију програма, као подршка ученицима који ће учествовати у школи за вршњачке едукаторе, а након тога реализовати планиране вршњачке едукације у школама које похађају.