

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ Ε.Υ.Ζ.Η.Ν.

Σας γνωρίζουμε ότι το Υπουργείο Παιδείας, μετά την επιτυχή εφαρμογή του προγράμματος της σωματικής διάπλασης και των συνηθειών διατροφής των μαθητών των Γ΄ & Ε΄ τάξεων κατά τα έτη 2008-2011, αποφάσισε την επέκτασή του σε όλους τους μαθητές της Α/θμιας Εκπ/σης (Νηπ/γεία-Δημοτικά) με την ονομασία Ε.Υ.Ζ.Η.Ν. (Εθνική Δράση Υγείας για τη Ζωή των Νέων).

Το πρόγραμμα θα αναπτυχθεί σε δύο Φάσεις:

1.- Στην πρώτη φάση, θα διενεργηθούν, μέχρι τις 31/3/2013, μετρήσεις της σωματικής διάπλασης και σωματικής διάπλασης των μαθητών.

Η αξιολόγηση της σωματικής διάπλασης θα γίνει με τη διεξαγωγή 3 μετρήσεων (ύψος, Βάρος & περίμετρος μέσης).

Οι αθλητικές δοκιμασίες που θα γίνουν για την εκτίμηση της φυσικής κατάστασης των παιδιών είναι πέντε:

▶ Παλίνδρομο τεστ αντοχής 20 μ. (Καρδιοαναπνευστική αντοχή).

Εξαιρείται η Α΄ τάξη.

▶ Άλμα σε μήκος χωρίς φόρα (Μυϊκή ισχύς).

▶ Αναδιπλώσεις σε 30΄΄ (Μυϊκή αντοχή).

▶ Παλίνδρομο τεστ ταχύτητας 10Χ5Μ (Ταχύτητα).

▶ Δίπλωση από καθιστή θέση με τεντωμένα γόνατα (ευκαμψία).

2.- Στη Β΄ φάση (1/4 – 31/5/2013) θα γίνει αξιολόγηση των συνηθειών διατροφής και φυσικής δραστηριότητας μέσω της ηλεκτρονικής συμπλήρωσης ερωτηματολογίου και της εισαγωγής των δεδομένων των μετρήσεων της α΄ φάσης. Η επεξεργασία των δεδομένων και τα αποτελέσματα των αξιολογήσεων για κάθε μαθητή θα γίνεται αυτόματα και η σχετική αναφορά θα παραδίδεται στους μαθητές ή στους γονείς τους.

Η καταγραφή των μετρήσεων θα γίνεται με τη χρήση του Αριθμού Μητρώου.

ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ Ο ΜΑΘΗΤΗΣ/Η ΜΑΘΗΤΡΙΑ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ ΕΓΚΥΡΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΤΟΥ ΓΟΝΕΑ Ή ΚΗΔΕΜΟΝΑ ΤΟΥ (ΕΠΙΣΥΝΑΠΤΕΤΑΙ ΕΝΤΥΠΟ).

ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΟΙ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΝΑ ΥΠΟΒΛΗΘΟΥΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΧΡΙ ΤΙΣ 20/03/2013.