

1BURZA MÓZGÓW | Zdrowie i sport - Problemy

Problemy:		
Lp.	Problem	Głosy (np. +1)
1.	Problemy np z internetem podczas sprawdzianu lub kartkówki ważnej odpowiedzi ustnej	+1 +1 +1++1+1+1+1+1+1
2.	Brak kondycji Częsty brak doinformowania wśród młodzieży na temat zdrowej żywności	+1 +1 +1 +1 +1 +1 +1+1 +1
3.	Wynagradzanie dzieci słodyczami bądź fast foodami	-1 -1-1 -1+1+1+1+1+1
4.	Lenistwo	+1+1,+1+1+1
5.	Brak chęci do aktywności	+1 +1+1+1+1++1,+1 +1+1
6.	Problemy zdrowotne (cierpimy fizycznie jak i psychicznie) spowodowane brakiem aktywności fizycznej	+1,+1 +1+1
7.	Zbyt duży "pociąg" do mediów i internetu	+-1-1+1-1+1,+1 +!+!
8.	Brak dostatecznej ilości hal sportowych, boisk i stadionów.	+1+1++1+1 +1+1+1+1+1+1+1+1
9.	Zbyt mała różnorodność zawodów sportowych oraz rzadkie przebywanie na świeżym powietrzu tylko w małych salach gimnastycznych	+1+1+1 +1+1+1
10.	Za mało ruchu na lekcjach WF	+1 +1+1+1+1+1+1+!
11.	Nieatrakcyjne zajęcia wf i otyłość wśród młodzieży	+1+1+1+1+1 +1+1 +1+1 +1+1 +1 +1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1 +1+1 +1 +1 +1+1 +1
12.	Spożywanie nieodpowiednich substancji	+1+1 +1 +1+1,+1
13.	Brak zajęć dodatkowych	+1 +1 +1 +1+1-1 +1+1 +1+1+1
14.	Niedostateczna ilość ruchu	+1 +1 +1 +1 +1 +1+1
15.	Dziewczęta w szkołach podstawowych wolą areobic, zumbę lub inne tego typu ćwiczenia, a nie gry zespołowe. Chłopcy są "zadbanii", mogą wybierać różne dodatkowe zajęcia SKS, gra w piłkę nożną, siatkówkę itp. Dziewczęta, z którymi rozmawiam muszą same szukać dla siebie form	+1 +1 +1 +1+1+1 +1 +1

	<p>sportu. Większość ćwiczy w domach lub wąskim gronie znajomych. Jestem ze szkoły wiejskiej. U nas wielu uczniów nie ma możliwości dojazdu do miasta. W szkole powinny być zajęcia dla dziewczyn, które je interesują.</p> <p>Drugim problemem są, moim zdaniem godziny wychowawcze na temat zdrowego odżywiania się. Uczymy dzieci tylko teoretycznie, zapraszamy do szkół dietetyków ale nie uczymy dzieci "smaków". Jak uczeń skończy przedszkole nie ma możliwości brania udziału w warsz</p>	
16.	<p>Lekcje w-f powinny być podzielone na sekcje np. Gimnastyka, taniec, gry zespołowe itp. . Nie każdy lubi grać w gry zespołowe (a to głównie jest na wfie) i dlatego też nie lubimy chodzić na lekcje w-f, bo zmuszamy wszystkich do robienia tego czego nie lubi lub nie potrafi robić. W-f nie powinien być podzielony na klasy tylko na zainteresowania.</p>	<p>+1+ +1+1+1+1+1 +1 +1 1+1++1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1 +1 +1+1+1+1+1 +1+1</p>
17.	Brak świadomości	
18.	Nieodpowiednia świadomość żywieniowa	<p>+1 +1+1++1+1++1 +1 - +1+1+1</p>
19.	Brak urozmaicenia notatek	
20.	<p>Nie powinno się zmuszać do gry np w siatkówkę lub koszykówkę bo są to jedne gry w które gra się na wf, nie każdy umie i nie każdy musi lubić w to grać. Za to powinno się dzielić zainteresowaniami.</p>	+1 +1+1
21.	Brak doświadczeń w gotowaniu	+1+1
22.	Brak ruchu podczas lekcji zdalnych	<p>+1+1+1+1+ +1++1+1+1 +! +1 +1+1 +1 +1+1++1,+1,+1+1++1+1+1+1+1</p>
23.	Oceny z wf powinny być adekwatne do wkładu pracy i możliwości ucznia	+1+1+1+1+1+1
24.	<p>Często niezdrowe jedzenie jest tańsze np. w sklepikach szkolnych, niż jedzenie zdrowe. Zniechęca to młodych ludzi do kupowania zdrowej żywności, bo po prostu uważają, że im się to nie opłaca.</p>	+1 +1+1+1,+1+1+1+1+1+1
25.	<p>Brak podstawowej wiedzy na temat zdrowego odżywiania/ drastyczne odchudzanie przez nastolatki, które chcą być jak np idol</p>	-1 +1+1+1 +1
26.	Chęć do ruchu	
27.	mała ilość tras/miejsc rekreacyjnych w miastach, mała ilość terenów zielonych,	+1+1+1+1

	mała ilość rutynowych wyjść do lasu	
28.	Powtarzające się ćwiczenia,które po jakimś czasie się nudzą	+1
29.	Używanie sprzętów elektronicznych w nadmiernej ilości	+1+1+1+1,+1+1+1
30.	Stołówki dla wszystkich dzieci	
31.	Pogorszenie się wzroku podczas e-lekcji	
32.	Brak możliwości wykonywania niektórych sportów/zajęć z powodu np. Braku doświadczenia	+1+1+1+1+1
33.	Brak atrakcji	
34.	Nie urozmaicone zajęcia W-f na lekcjach online, co powoduje brak zaangażowania w lekcję., za czym idzie większe zainteresowanie internetem podczas lekcji.	+1+1+1+1+1+1+1+1+1+1+
35.	Uczenie w szkole o piramidzie żywienia, zamiast o liczeniu kalorii i odpowiednim doborze makroskładników. Także o tym, że nie ma złych produktów, a tylko złe ich ilości.	+1+1+1++11
36.	Brak odpowiedniego wyposażenia szkół w celu uprawiania sportu	+1+1+1+1+
37.	Brak dojazdu na zajęcia dodatkowe sportowe dla dzieci mieszkających w małych miejscowościach(brak dostępu do basenu)	
38.	Duża presja i powiązany z nią stres.	+1+1+1,-1+1 +1+1+1+1+1+1+1,+1+1+1+1
39.	Brak wiedzy o zdrowym odżywianiu oraz jak ważna jest aktywność fizyczna.	+11+1+1

Zdrowie - struktura problemowa

Sport - struktura problemowa

1. Nieatrakcyjne zajęcia wf (np. Wykonywanie tylko gier zespołowych) brak infrastruktury sportowej i otyłość wśród dzieci i młodzieży spowodowana niewłaściwym żywieniem
2. Brak ruchu podczas lekcji zdalnych i możliwe problemy z połączeniem sieciowym
3. Stres związany z codziennymi obowiązkami i zła kondycja psychiczna dzieci i młodzieży

BRAINSTORMING - Rozwiązania - po sesji diagnozy problemów

Rozwiązania:		
Lp.	Rozwiązania	Głosy
1.	Nieatrakcyjne zajęcia wf (np. Wykonywanie tylko gier zespołowych) brak infrastruktury sportowej i otyłość wśród dzieci i młodzieży spowodowana niewłaściwym żywieniem	
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.	Brak ruchu podczas lekcji zdalnych i możliwe problemy z połączeniem sieciowym	
11.		

12.		
13.		
14.		
15.		
16.	Stres związany z codziennymi obowiązkami i zła kondycja psychiczna dzieci i młodzieży, nieodpowiednia rekreacja	
17.		
18.		
19.		
20.		

Inne notatki:

Prezentacja wyników:

Zespół ds. Zdrowia i Sportu

Ponad x problemów, ponad x propozycji rozwiązań.

Problem: x

Rozwiązanie: x

Recenzent: x

Problem: x

Rozwiązanie: x

Recenzent: x