

**Anna Pawiak**  
*Wyższa Szkoła Pedagogiczna*  
*w Bydgoszczy*

## **ROLA NAUCZYCIELA PRZEDMIOTU „TECHNIKA” W PROCESIE KSZTAŁCENIA KULTURY ŻYWIENIA UCZNIÓW SZKÓŁ PODSTAWOWYCH**

Jednym z ważnych, aczkolwiek niedocenianych elementów treści kształcenia przedmiotu technika jest nauczanie zasad racjonalnego żywienia. Coraz mniejsze znaczenie przywiązuje się do rzetelnego realizowania treści kształcenia z zakresu żywienia na lekcjach techniki w klasie VI w szkole podstawowej. Często zdarza się, że wprowadzając zamiast techniki elementy informatyki, pozbawiamy dzieci jedynej szansy wykształcenia w nich kultury żywienia, która jest elementem kultury każdej społeczności. Wykorzystywanie produktów żywnościowych, ich przechowywanie, technologia przetwarzania, przygotowywanie posiłków, nakrywanie do stołu, konsumpcja – a więc to wszystko, co składa się na szeroko rozumianą kulturę żywienia należy do najistotniejszych czynników determinujących stan zdrowia, rozwój fizyczny i umysłowy każdego człowieka (Aleksiejczyk Z., Sobkowska J., 1989, s.103).

Należy pamiętać o tym, że prawidłowe żywienie dzieci i młodzieży ułatwia koncentrację ich uwagi na lekcjach, a tym samym pozwala im uzyskiwać lepsze wyniki w nauce. Właściwy stan odżywiania pozwala również osiągać dobre rezultaty w utrzymywaniu wysokiej sprawności fizycznej, dobrych rezultatów w sporcie. Niestety bardzo często dzieci spożywają potrawy mało wartościowe, mało urozmaicone czy też niedbale przyrządzone. Dienne zapotrzebowanie organizmu dzieci na poszczególne składniki pokarmowe nie jest pokrywane. Taki stan rzeczy spowodowany jest w dużej mierze brakiem wiedzy, umiejętności i zainteresowania zasadami prawidłowego żywienia ze strony rodziców. Takie elementarne podstawy racjonalnego żywienia dziecko powinno wynieść między innymi z rodzinnego domu. Nie wszystkie rodziny mogą jednak wyposażać swe dzieci w wiedzę o żywieniu, dlatego nauczanie zasad prawidłowego odżywiania i ich stosowanie w praktyce powinno odbywać się również w przedszkolu a później już w szkole.

W niektórych opublikowanych badaniach wykazano, że istnieje duży związek pomiędzy stopniem wiedzy żywieniowej a sposobem żywienia. Dlatego też propagowanie higienicznego trybu życia, zasad racjonalnego żywienia powinno odbywać się w każdym okresie życia. Jednak najbardziej efektywne jest ono do 15 roku życia, w okresie dzieciństwa i wczesnej młodości, gdyż zasady, normy czy przekonania zapisane w świadomości dziecka w pierwszych latach jego życia są bardzo trwałe, trudne do wykorzenia i ulegają w dalszych etapach życia jedynie niewielkim modyfikacjom.

Radykalną poprawę niefrasobliwego stosunku dzieci i ich rodziców do zagadnień żywienia może przynieść jedynie praca od podstaw czyli wychowywanie młodego pokolenia w środowisku szkolnym.

I tu właśnie oprócz nauczyciela biologii i chemii ma do odegrania dużą rolę nauczyciel przedmiotu technika. Nauczyciel techniki, ze względu na zawarte w programie klasy VI treści z dziedziny żywienia, ma duże predyspozycje do kształcenia u uczniów odpowiedniej postawy w zakresie prawidłowego odżywiania się człowieka. Analiza programu nauczania w szkole podstawowej w zakresie podstaw wiedzy o żywności i zasadach prawidłowego żywienia, jak również treści podręczników z techniki, wskazują na to, iż wiadomości z tego zakresu zawarte w materiale są wystarczające aby wiedzieć, jak należy się żywić, by zachować pełnię zdrowia na drodze prawidłowego żywienia.

Zagadnienia z tego działu występują fragmentarycznie już w klasach I, II, III (*Program nauczania początkowego...*, 1984). Natomiast w klasie VI program nauczania przedmiotu technika prawie w całości obejmuje sprawy żywienia. (*Program nauczania szkoły podstawowej...*, 1984). Teoretycznie można by ze spokojem stwierdzić, że uczeń przy pomocy nauczyciela przyswaja sobie kompedium wiadomości i umiejętności z zakresu żywienia, mimo iż treści związane z żywnością i żywieniem w stosunku do innych dziedzin są zawężone maksymalnie, że dzięki temu uczeń szkoły podstawowej choć w pewnym stopniu wpłynie na dotychczasowe złe zwyczaje żywieniowe praktykowane w jego rodzinie, a oparte na nie najlepszej tradycji polskiej kuchni preferującej tłuszcze zwierzęce i mięso wieprzowe.

Czy jednak tak się dzieje w praktyce?

Czy dziedzina żywienia traktowana jest na równi z innymi dziedzinami nauk?

Czy szkoła, która jest jedynym miejscem, w który uczeń ma możliwość poznania zasad prawidłowego żywienia, spełnia swą rolę?

Czy nauczyciele przedmiotu technika nadążają za dynamicznym rozwojem tej dyscypliny nauk i czy posiadają prawidłowe przygotowanie?

Nie trzeba długo się zastanawiać, aby odpowiedzieć na powyższe pytania. Wiele osób, w tym także nauczycieli akademickich kształcących przyszłych nauczycieli przedmiotu technika oraz samych nauczycieli prowadzących zajęcia z techniki, uważa treści związane z żywnością i żywieniem za mało ważne. W związku z czym, nauczyciele rezygnują z ich realizacji lub ograniczają się do przeprowadzenia zajęć, na których uczniowie wykonują kanapki i sałatki. To o wiele za mało!

Tylko pewna liczba uczniów otrzymuje w szkole niewielką ilość wiedzy z tego zakresu, część dzieci w ogóle nie ma zajęć, na których mogłaby uzyskać minimum informacji na temat, jak powinna się odżywiać.

Świadczą o tym badania przeprowadzone na dużą skalę przez Instytut Żywności i Żywienia. Na podstawie przeprowadzonej oceny poziomu wiadomości o zasadach prawidłowego żywienia uczniów wynika, że uczniowie nie posiadają wystarczającej wiedzy o kształtowaniu prawidłowych nawyków i zwyczajów żywieniowych. Okazuje się, iż jedynie 50 % uczniów szkół podstawowych potwierdziło, że większość zagadnień zawartych w programie nauczania przedmiotu technika z zakresu żywienia została w większości zrealizowana.

Przyczyną takiego stanu rzeczy jest między innymi brak dobrego przygotowania nauczycieli techniki. Trudno się dziwić skoro od dłuższego czasu zagadnienia dotyczące żywienia na kierunku wychowania technicznego są traktowane bardzo płytko. Niedostateczne jest wyposażenie pracowni w odpowiedni sprzęt oraz ciągły brak funduszy na zakup niezbędnych produktów dla prowadzenia zajęć praktycznych. Wiedza teoretyczna z zakresu żywienia przekazywana studentom i uczniom w szkole podstawowej ma dydaktyczny sens tylko wówczas, gdy służy celom praktycznym realizowanym na ćwiczeniach laboratoryjnych i lekcjach techniki.

W związku z tym, że na podstawie wyżej wspomnianych badań szkoła według badanych uczniów odgrywa dominującą rolę w nauczaniu wiadomości i umiejętności z omawianego zakresu, należałoby rozważyć w jaki sposób bardziej skuteczniej i rzetelniej prowadzić w szkole nauczanie z zakresu racjonalnego żywienia w ramach przedmiotu technika. Jest niedopuszczalnym całkowite wyeliminowanie wiadomości z tego zakresu z przedmiotów szkolnych. Za kształtowanie postaw sprzyjających racjonalnemu żywieniu w dużym stopniu odpowiada szkoła, w której dziecko powinno zdobywać określony poziom wiadomości z tego zakresu, a także ukształtować prawidłowe nawyki i zwyczaje żywieniowe.

Należy pamiętać, iż zmiana zwyczajów żywieniowych wpojona w okresie dzieciństwa i wczesnej młodości jest procesem bardzo trudnym i dlatego tak ważne jest kształtowanie prawidłowych zachowań żywieniowych już w dzieciństwie. Stąd tak ważna jest rola szkoły oraz ocena poziomu wiedzy żywieniowej uczniów uczęszczających do szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Doskonale zdają sobie z tego sprawę pracownicy Instytutu Żywności i Żywienia mieszczącego się w Warszawie. Zaalarmowani złymi wynikami badań na temat poziomu wiadomości uczniów o zasadach prawidłowego żywienia, zwrócili się o pomoc do nauczycieli akademickich nauczających przyszłych nauczycieli, także kierunku wychowanie techniczne. W tym celu zorganizowana została pierwsza konferencja naukowo-szkoleniowa dla wyżej wymienionej grupy osób, na której mówiono między innymi o konieczności opracowania na podstawie aktualnego stanu wiedzy, materiałów dydaktycznych dla nauczycieli i uczniów, a także tworzenie efektywniejszego niż dotąd systemu dokształcania podyplomowego nauczycieli szkół podstawowych i ponadpodstawowych w omawianym zakresie (Szponar L., Stoś K., 1996, s.12).

Należy zdawać sobie sprawę z tego, a przede wszystkim nieustannie pamiętać o tym, że autorytet szkoły czyni ją miejscem, w którym powinno się uświadamiać ważność sposobu żywienia dla stanu zdrowia i utrwalac podstawowe zasady żywienia. Poprzez nauczanie w szkole można dotrzeć do najszerszych mas społeczeństwa, można zmienić starą niedobłą tradycję, ale wiedza uzyskana w szkole musi być wiedzą rzetelną, prawidłowo przekazaną (Gradowa W., 1977, s.142).

---

### Bibliografia

- Aleksiejczyk A., Sobkowska J.: *Zadania przedmiotu praca-technika w zakresie rozwijania kultury żywienia*, [W:] *Zeszyty naukowe WSP w Bydgoszczy*, „Studia Techniczne” 1989, nr 14.
- Gradowa W.: *Problemy upowszechniania zasad racjonalnego żywienia, Żywnienie Człowieka*, Warszawa 1977.
- Informacja o upowszechnianiu wiedzy o żywności i żywieniu w latach 1993-1994*, Warszawa 1994.

*Program nauczania początkowego. Klasy I, II, III, Warszawa 1984.*

*Program nauczania szkoły podstawowej. Praca technika klasa VI, Warszawa 1984.*

*Szponar L., Stoś K.: Poziom wiadomości uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych o zasadach prawidłowego żywienia, Warszawa 1996.*