

Plan Pracy Szkoły Promującej Zdrowie w roku szkolnym 2018/2019

w Publicznej szkole Podstawowej nr 1

im. Wacława Górskiego w Stalowej Woli

Szkoła Podstawowa nr 1 w Stalowej Woli w roku szkolnym 2018/19 liczy 18 oddziałów klasowych uczniów I – VIII oraz 1 oddział przedszkolny „O”. Misją szkoły jest tworzenie dla uczniów życzliwej, przyjaznej i bezpiecznej atmosfery do nauki i wychowania oraz kształtowanie szeroko rozumianych nawyków prozdrowotnych.

Program działań na rok szkolny 2018/19 został opracowany na podstawie wyników ankiet przeprowadzonych wśród nauczycieli, uczniów, rodziców, przeprowadzonych rozmów oraz obserwacji zachowań uczniów i wymiany spostrzeżeń w zespołach wychowawców i nauczycieli.

Priorytety: Wypracowanie wspólnie z uczniami działań i nawyków zmierzających do ograniczenia czasu spędzanego przy komputerze, telefonie komórkowym, nauka bezpiecznego korzystania z zasobów Internetu.

Uzasadnienie wyboru problemu priorytetowego: Zauważony najważniejszy problem priorytetowy to niebezpieczeństwo związane z nadużywaniem przez uczniów telefonów komórkowych, komputera, nieumiejętnego korzystania z Internetu czyli coraz częściej spotykany wśród uczniów fonoholizm. Efektem tego jest zauważona w szkole nieumiejętność nawiązywania relacji rówieśniczych poza światem wirtualnym, nieumiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach i problemy emocjonalne uczniów.

Cele ogólne:

1. uświadomienie uczniom zagrożeń, na które są narażeni w wirtualnym świecie
2. promocja bezpiecznego korzystania z Internetu
3. promowanie i podejmowanie działań na rzecz zdrowia własnego i innych,

Cele szczegółowe:

1. edukacja uczniów, rodziców, nauczycieli na temat uzależnień od korzystania z Internetu
2. wskazywanie uczniom alternatywnych form spędzania wolnego czasu zamiast gier na komputerze

- 3.integracja zespołów klasowych, nawiązywanie więzi emocjonalnych, nauka komunikowania się ze sobą poza światem wirtualnym
- 4.postawa asertywna wobec osób uzależnionych od korzystania z telefonu i komputera
- 5.promowanie aktywnych form wypoczynku,
- 6.uczenie krytycznego stosunku do mediów
- 7.uwrażliwienie młodych ludzi na problem obrażania w Internecie
- 8.pogłębienie wiedzy uczniów na temat higieny osobistej i otoczenia,
- 9.pogłębianie wiedzy o czynnikach sprzyjających i zagrażających zdrowiu psychicznemu, społecznemu i fizycznemu,
- 10.poznawanie podstawowych zasad zdrowego odżywiania,
- 11.podejmowanie działań na rzecz zdrowia własnego i innych,
- 12.uświadamianie związku między aktywności ruchową a umiejętnością radzenia sobie ze stresem i zapobieganie chorobom,
- 13.poznawanie różnych form aktywności ruchowej i reguł bezpieczeństwa,
- 14.aktywne działania na rzecz przyrody,
- 15.uświadczenie uczniom i rodzicom zalet korzystania z programów profilaktycznych oferowanych przez szkołę i inne placówki.

Wykonawcy programu:

- Zespół Promocji Zdrowia;
- Wychowawcy klas,
- Nauczyciele,
- Pielęgniarka szkolna,
- Rodzice.

Formy działania:

Warsztaty, pokazy, pogadanki, filmy edukacyjne, wycieczki, konkursy, kiermasze, imprezy sportowo-rekreacyjne, inscenizacje, gazetki.

HARMONOGRAM DZIAŁAŃ

ZADANIA DO REALIZACJI	ODPOWIEDZIALNI
<p>1.Promowanie zdrowego stylu życia.</p> <p>Rozwijanie sprawności fizycznej.</p> <ul style="list-style-type: none"> -szkolne i międzyszkolne zawody sportowe; -zorganizowanie Dnia Sportu Szkolnego. -organizowanie rozgrywek klasowych i międzyklasowych. -pozalekcyjne zajęcia sportowe; -wycieczki rekreacyjne; - prowadzenie zajęć z gimnastyki korekcyjnej; -opracowanie indywidualnych ćwiczeń domowych poprawiających postawę uczniów; - przeprowadzenie jesiennych i wiosennych prób sprawności fizycznej uczniów; -„Sport w wyobraźni ucznia” konkurs plastyczny - „Sport w obiektywie” konkurs fotograficzny - zorganizowanie konkursu na „Najlepszego Sportowca Szkoły” -zajęcia na basenie -udział w programie „Lekkoatletyka dla każdego” - wycieczka klas drugich do gospodarstwa agroturystycznego, -turniej sprawnościowo-wiedzowy -„Stop nałogom”-Konkurs plastyczny, wystawa prac uczniów; - realizacja programu „Bieg po zdrowie” - akcja „ Zamiast na tablecie grania- zabierz książkę do czytania” kiermasz zakładek do książek oraz książek nowych i używanych. 	<ul style="list-style-type: none"> - wychowawcy klas I-III; - nauczyciele wf - nauczyciele przyrody i biologii
<p>2. Bezpieczeństwo i ratowanie życia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -pedagog szkolny -nauczyciele wf

<ul style="list-style-type: none"> -spotkanie z przedstawicielem policji; -zajęcia przygotowujące do zdobycia karty rowerowej; -udział w programie WOŚP „Ratujemy i uczymy ratować: - udział w biciu rekordu resuscytacji; - udział w konkursie plastycznym” Bezpieczne ferie” - akcja „Przerwa dla zdrowia” – zorganizowanie kącika „przyszłego lekarza”, a w nim pomiar ciśnienia krwi, pulsu, kontrola wagi ciała, wzrostu, obliczanie BMI 	<ul style="list-style-type: none"> -wychowawcy klas I-III - nauczyciele biologii i przyrody
<p>3. Zdrowe odżywianie.</p> <ul style="list-style-type: none"> -lekcje o zdrowym odżywianiu; -wykonywanie na lekcjach przyrody posiłku- sałatki owocowej lub warzywnej, kanapek; -udział w programie „Owoce w szkole”, „Szkłanka mleka” -udział w ogólnopolskiej akcji „Śniadanie daje moc”; -obchody Dnia Zdrowia w szkole; -gazetki o zdrowiu; -organizacja konkursu „Wiedzy o zdrowiu” dla klas IV-VIII; -„Przestrzenna Piramida Zdrowia” - Konkurs plastyczny, wystawa prac uczniów z klas IV; - „ Mini książka kucharska – przepis na zdrowie” - konkurs - warsztaty kulinarne ze specjalistą „Zabawa w gotowanie” -„Targi Zdrowej Żywności”; - inscenizacja o tematyce zdrowotnej w klasach I-III - realizacja tematyki prozdrowotnej na zajęciach w ramach projektu „Eksperyment”; 	<ul style="list-style-type: none"> - wychowawcy klas I-VIII -nauczyciele przyrody i biologii -wychowawcy klas -rodzice
<p>4. Higiena</p> <ul style="list-style-type: none"> -spotkanie ze szkolną pielęgniarką; -udział we fluoryzacji; 	<ul style="list-style-type: none"> -pielęgniarka szkolna -wychowawcy klas - nauczyciele przyrody i biologii

<p>-prelekcje na lekcjach wychowawczych i wychowania do życia w rodzinie na temat higieny osobistej;</p> <p>- pogadanki na temat chorób i higieny różnych układów narządów na lekcjach przyrody i biologii w kl. 7</p>	
<p>5. Zdrowie psychiczne- umiejętność radzenia sobie z emocjami.</p> <p>-pogadanka na temat radzenia sobie z emocjami;</p> <p>-warsztaty z psychologiem i pedagogiem;</p> <p>-zabawy integrujące;</p>	<p>-psycholog</p> <p>-pedagog</p> <p>-wychowawcy klas</p>
<p>6. Promowanie bezpiecznego korzystania z Internetu.</p> <p>-bezpieczne korzystanie z Internetu -wskazanie bezpiecznych stron;</p> <p>-pogadanki na temat zagrożeń w sieci, cyberprzemocy;</p> <p>-Akcja „Godzina Kodowania”</p> <p>-Akcja i konkurs na plakat „Bezpieczny Internet”</p>	<p>-nauczyciel informatyki</p> <p>-nauczyciele klas I-VIII</p>
<p>7. Edukacja ekologiczna</p> <p>- udział w Ogólnopolskiej Akcji Sprzątanie Świata</p> <p>- obchody Dnia Ziemi</p> <p>- przygotowanie do konkursu Ekotest</p> <p>- pogadanki na temat ochrony środowiska na lekcjach przyrody, biologii i geografii.</p>	<p>-nauczyciele biologii, geografii i przyrody</p>