

Plan Pracy Szkoły Promującej Zdrowie w roku szkolnym 2020/2021

w Publicznej szkole Podstawowej nr 1
im. Wacława Górskiego w Stalowej Woli

Szkoła Podstawowa nr 1 w Stalowej Woli w roku szkolnym liczy 17 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 2020/21 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 oraz bieżącej sytuacji epidemiologicznej.

Priorytety:

- Kształtowaniu wśród uczniów nawyków higienicznych wynikających z zaistniałej sytuacji epidemiologicznej zagrożenia zarażeniem Covid -19 oraz podejmowanie inicjatyw na rzecz zdrowia i bezpieczeństwa własnego i innych.
- Nauka bezpiecznego korzystania z zasobów Internetu, uświadomienie uczniom zagrożeń i konsekwencji wynikających z niewłaściwego użytkowania Internetu na co dzień i w trakcie nauki zdalnej w czasie pandemii.
- Nawiązywanie właściwych relacji rówieśniczych, integracja zespołów klasowych.
- Propagowanie wśród uczniów zachowań proekologicznych.

Uzasadnienie wyboru problemu priorytetowego:

W związku z zaistniałą sytuacją epidemiologiczną w Polsce i na świecie, każdego dnia uczniowie oraz pracownicy szkoły są narażeni na zarażenie Covid-19. Uświadomienie uczniom tego problemu i wykształcenie u nich właściwych, codziennych nawyków higienicznych może zminimalizować ryzyko zarażenia. Na podstawie ankiet, rozmów i obserwacji uczniów naszej szkoły oraz środowiska, w którym funkcjonują poza szkołą, zauważono, że wielu uczniów nie ogranicza czasu spędzonego przed komputerem lub telefonem komórkowym. Takie zachowanie osłabia bezpośrednio relacje rówieśnicze, zaburza prawidłowy rozwój emocjonalny uczniów, niesie zagrożenie cyberprzemocy, zwłaszcza w czasie nauki zdalnej i konieczności spędzania większej ilości czasu przed komputerem.

Cele główne:

- Podniesienie poziomu świadomości uczniów jak dbać o własne zdrowie w czasie epidemii Covid-19
- Promocja bezpiecznego korzystania z Internetu
- Propagowanie zachowań proekologicznych
- Zaangażowanie rodziców w realizację zadań wynikających z priorytetów Szkoły Promującej Zdrowie

Cele szczegółowe:

- Organizowanie różnorodnych akcji, imprez, konkursów o tematyce z zakresu wiedzy o zdrowiu, ekologii oraz zachęcanie uczniów do udziału w nich
- Organizowanie spotkań ze specjalistą: pielęgniarka szkolna, dietetyk, lekarz stomatolog
- Kształtowanie postaw asertywnych wśród uczniów
- Integracja zespołów klasowych, nawiązywanie więzi emocjonalnych, nauka komunikowania się ze sobą poza światem wirtualnym
- Upowszechnienie wśród uczniów wiedzy na temat składników pokarmowych zawartych w ich codziennej diecie i ich wpływu na zdrowie
- Uwrażliwienie młodych ludzi na problem obrażania w Internecie
- Promowanie szeroko pojętych zachowań prozdrowotnych
- Uwrażliwienie uczniów na nieodwracalne zmiany w środowisku naturalnym spowodowane działalnością człowieka
- Uświadczenie uczniom konieczności oszczędzania wody, energii elektrycznej, ograniczenia zużycia plastiku
- Integracja ze środowiskiem lokalnym w realizacji zadań związanych z promocją zdrowia w szkole
- Uświadczenie uczniom i rodzicom zalet korzystania z programów profilaktycznych oferowanych przez szkołę i inne placówki

Wykonawcy programu:

- Zespół Promocji Zdrowia;
- Wychowawcy klas,
- Nauczyciele,
- Pedagog, psycholog szkolny
- Pielęgniarka szkolna,
- Rodzice

Formy działania:

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

HARMONOGRAM DZIAŁAŃ

ZADANIA DO REALIZACJI	ODPOWIEDZIALNI, TERMIN REALIZACJI
<p>1. Promowanie zdrowego stylu życia. Rozwijanie sprawności fizycznej.</p> <ul style="list-style-type: none">- akcja dla oddziału przedszkolnego "Przedшкоlak jak zuch dba o ruch"- szkolne i międzyszkolne zawody sportowe;- zorganizowanie Dnia Sportu Szkolnego.- organizowanie rozgrywek klasowych i międzyklasowych.- pozalekcyjne zajęcia sportowe; - wycieczki rekreacyjne; - opracowanie indywidualnych ćwiczeń domowych poprawiających postawę uczniów;- przeprowadzenie jesiennych i wiosennych prób sprawności fizycznej uczniów;- zorganizowanie konkursu na „Najlepszego Sportowca Szkoły”- zajęcia na basenie – realizacja programu „Pływam jak rybka”; - Dzień Zdrowia, wystawa plakatów uczniów „ Nie pal” oraz „Stop używkom” w ramach realizacji projektu „ Bieg po zdrowie”- akcja „ Zamiast na tablicie grania- zabierz książkę do czytania” kiermasz zakładek do książek oraz książek nowych i używanych.- zajęcia taneczne w MDK dla klas I-III- przeprowadzenie pogadank dla uczniów n/t podstawowych zasad utrzymania prawidłowej postawy ciała.	<p>A. Machała</p> <p>-nauczyciele wf A. Głaz, F. Szafraniec, na bieżąco</p> <p>-wychowawcy klas oraz J. Socha w ramach " Szkołego Klubu Górskiego"</p> <p>-nauczyciele wf</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze, IV 2021</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze, III 2021</p> <p>-wychowawcy klas I -III -wychowawcy klas, higienistka szkolna</p>
<p>2. Bezpieczeństwo i ratowanie życia.</p> <ul style="list-style-type: none">-spotkanie z przedstawicielem policji; bezpieczna droga do szkoły-spotkania profilaktyczno-edukacyjne z policjantem, strażakiem, ratownikiem medycznym	<p>-pedagog szkolny</p> <p>-pedagog szkolny</p>

<ul style="list-style-type: none"> -zajęcia przygotowujące do zdobycia karty rowerowej; -realizacja projektu „Ratujemy i uczymy ratować”: - akcje bezpieczne ferie, bezpieczne wakacje -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"> -nauczyciele wf, M. Radwańska -pedagog szkolny M. Jarocka, -M. Jarocka IX 2021 -wychowawcy klas I-VIII -E. Sarzyńska , A. Tietze, IV 2020
<p>3. Zdrowe odżywianie.</p> <ul style="list-style-type: none"> - prowadzenie lekcji na temat zdrowego odżywiania się; - „Zdrowe śniadanie na lekcji przyrody” - wykonywanie na lekcjach przyrody zdrowych posiłków; - udział w programie „Owoce w szkole”, „Szlanka mleka” -udział w ogólnopolskiej akcji „Śniadanie daje moc”;; śniadanie z wychowawcą dla klas I-III -obchody Dnia Zdrowia w szkole; -prowadzenie gazetki o tematyce zdrowotnej na korytarzu szkolnym; -organizacja konkursu „Wiedzy o zdrowiu” dla klas II-III; -„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” <ul style="list-style-type: none"> -Międzyszkolny konkurs „Master szef” - współpraca z lokalnymi firmami – OSM Stalowa Wola 	<p>wychowawcy klas – cały rok szkolny</p> <ul style="list-style-type: none"> -E. Sarzyńska, III 2021 <ul style="list-style-type: none"> -klasy I – V, wychowawcy -wychowawcy klas I-III <ul style="list-style-type: none"> -B. Wośko, na bieżąco <ul style="list-style-type: none"> -E. Sarzyńska, A. Tietze, XI 2020 -E. Sarzyńska, II 2021 <ul style="list-style-type: none"> -E. Sarzyńska, A. Tietze, V 2021 -III – IV 2021 <ul style="list-style-type: none"> -E. Sarzyńska, A. Tietze, V 2021 -E. Sarzyńska, A. Tietze
<p>4. Higiena</p> <ul style="list-style-type: none"> -spotkanie ze szkolną pielęgniarką; -udział we fluoryzacji; -prelekcje na lekcjach wychowawczych i wychowania do życia w rodzinie na temat higieny osobistej; -pogadanki na temat chorób i higieny różnych układów narządów na lekcjach przyrody w kl. 4 i biologii w kl. 7 -konkurs plastyczny dla uczniów z klas I-III o tematyce higieny i zapobieganiu rozprzestrzeniania się Covid-19 „Rysunkowy kodeks-profilaktyka zakażeń” 	<ul style="list-style-type: none"> -pielęgniarka szkolna, na bieżąco <ul style="list-style-type: none"> -wychowawcy klas, na bieżąco <ul style="list-style-type: none"> -nauczyciele przyrody i biologii, na bieżąco -A. Machała
<p>5. Zdrowie psychiczne</p> <ul style="list-style-type: none"> - pogadanka na temat radzenia sobie z emocjami; - warsztaty z psychologiem i pedagogiem; - zabawy integrujące; - obchody Międzynarodowego Dnia Kropki 	<ul style="list-style-type: none"> -psycholog -pedagog -wychowawcy klas -M. Janusz, J. Puskarczyk X 2020

<ul style="list-style-type: none"> - obchody Światowego Dnia promującego świadomość o autyzmie (2 kwietnia) -Obchody Dnia Pluszowego Misia -udział uczniów z klas VIII w projekcie "Archipelag skarbów" -udział uczniów z klas VIII w programie profilaktycznym "Ale Jazda" 	<ul style="list-style-type: none"> -pedagog, psycholog szkolny, IV 2021 -A.Machała, XI 2020, pedagog, wychowawcy I -III -wychowawcy klas VIII E. Sarzyńska, J. Zalot -pedagpg szkolny
<p>6. Bezpieczne korzystanie z Internetu i telefonu komórkowego.</p> <ul style="list-style-type: none"> -bezpieczne korzystanie z Internetu -wskazanie bezpiecznych stron, Godzina Kodowania - akcja -pogadanki na temat zagrożeń w sieci, cyber przemocy; - Konkurs plastyczny „Bezpieczny Internet” - Prezentacja multimedialna „Bezpieczny Internet” – konkurs - akcja uświadamiająca uczniom negatywny wpływ częstego korzystania z telefonów komórkowych -Dzień Bezpiecznego Internetu 	<ul style="list-style-type: none"> -nauczyciel informatyki M. Radwańska, J. Socha -nauczyciele klas I-VIII -M. Radwańska -M. Radwańska -wychowawcy klas, na bieżąco -pedagog, psycholog szkolny, II 2021
<p>7. Edukacja ekologiczna</p> <ul style="list-style-type: none"> - Konkurs na ekologiczną bombkę świąteczną; - udział w Ogólnopolskiej Akcji Sprzątanie Świata - obchody Dnia Ziemi - przygotowanie do konkursu Ekotest - pogadanki na temat ochrony środowiska na lekcjach przyrody, biologii i geografii -akcja „ Stop plastikom” uświadamiająca uczniów i ich rodziców o szkodliwym wpływie plastikowych opakowań na zdrowie człowieka i na środowisko naturalne -Ekoludki – prace przedszkolaków z materiałów wtórnych 	<ul style="list-style-type: none"> -nauczyciele biologii, geografii przyrody, , techniki, XII 2020 -E. Sarzyńska, A. Tietze, IX 2020 -E. sarzyńska, A. Tietze, IV 2021 -E. Sarzyńska, A. Tietze, IV 2021 -nauczyciele przedmiotów przyrodniczych, na bieżąco -E. Sarzyńska, A. Tietze, wychowawcy klas, na bieżąco -A. Machała, IV 2021

Koordynatorzy zespołu:

Elżbieta Sarzyńska, Aneta Tietze