

## PLAN PRACY SZKOŁY PROMUJACEJ ZDROWIE

Rok szkolny 2015/2016

Priorytetowe zadania do realizacji opierać się będą na promowaniu zdrowego stylu życia poprzez:

- a) Rozwijanie umiejętności psychologicznych i społecznych
- b) Mechanizmy i następstwa zachowań ryzykownych
- c) Aktywność fizyczna a kształtowanie równowagi emocjonalnej i wytrzymałości psychicznej

Zaplanowane działania edukacyjne mają pomóc młodzieży w rozwijaniu ważnych umiejętności psychologicznych i społecznych (umiejętności nawiązywania kontaktów z ludźmi, radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania konfliktów, opierania się naciskom ze strony otoczenia itp.). Te deficyty uniemożliwiają im budowanie głębszych, satysfakcjonujących związków z ludźmi, odnoszenie sukcesów, np. zawodowych. Szukają więc chemicznych, zastępczych sposobów radzenia sobie z trudnościami.

Zadanie	Opis realizacji	Odpowiedzialni
Edukacja: a) znaczenie aktywności fizycznej b) kształtowanie pozytywnych nawyków ruchowych	Zrozumienie znaczenia ruchu dla rozwoju i zdrowia fizycznego i psychicznego człowieka w każdym wieku. a) wzrosnie świadomość uczniów na temat znaczenia ruchu dla zdrowia fizycznego i psychicznego: -wyposażenie uczniów w wiedzę o czynnikach społecznych, politycznych i środowiskowych wpływających na zdrowie; wiedzę o zdrowiu związaną z funkcjonowaniem własnego organizmu; umiejętność zapobiegania i radzenia sobie w sytuacjach trudnych; wiedzę i umiejętności związane z korzystaniem z opieki zdrowotnej  b) uczestnictwo uczniów w konkursach, zawodach i imprezach mających na celu promocję aktywności fizycznej jako podstawowego czynnika warunkującego zdrowie	Wychowawcy Nauczyciele wych-fiz Rodzice

<p>Profilaktyka i wychowanie:</p> <p>a) kształtowanie pozytywnego, świadomego modelowania</p> <p>b) zachęcanie do zmiany postaw, zachowań zdrowotnych oraz do zdrowego stylu życia.</p>	<p>a) poszukiwanie własnej tożsamości w atmosferze zrozumienia, nabywanie umiejętności nawiązywania relacji interpersonalnych opartych na empatii.</p> <p>b) wprowadzanie zasad i norm spójnych z własnym zachowaniem.</p> <p>c) stawianie wyraźnych granic, stosowanie jasnych reguł i ich egzekwowanie, w tym także zakazów wynikających z przepisów prawnych (np. picie alkoholu, używanie narkotyków itp.).</p>	<p>Pedagog, Psycholog, Nauczyciele Rodzice Pracownicy</p>
<p><b>Sposoby realizacji:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) działania informacyjne adresowane do uczniów, nauczycieli i rodziców oraz pracowników szkoły( pogadanki, prelekcje, warsztaty, szkolenia, prezentacje, konkursy)</li> <li>2) poprawki do Statutu szkoły zatwierdzone przez RP i RR i uczniów ( wso, opieka nauczycieli i współpraca z rodzicami)- gddw, wywiadówki.</li> <li>3) działania edukacyjne wspierane przez instytucje współpracujące w realizacji zadań wychowawczych i profilaktycznych oraz zawodowych ( PPP, SR, OPiRPA, PSSE, KPP, Starostwo Powiatowe, SPZOZ, pracodawcy)</li> <li>4) monitorowanie i diagnozowanie potrzeb szkoły( wywiad, ankieta, obserwacja).</li> </ol>		

### **ZAPLANOWANE DZIAŁANIA:**

1. Integracja uczniów klas pierwszych i adaptacja w nowym środowisku szkolnym.
2. Europejski Tydzień Zrównoważonego Transportu.
3. Konferencja „ Futur eis coming” – wytrwałość to klucz do sukcesu.
4. Konkurs powiatowy „ Chrońmy się przed zakażeniem wirusem HPV”
5. Obchody Światowego Dnia Wegetarianizmu.
6. Bezpieczni w sieci – CYBERPRZEMOC.
7. „ Tylko zdrowy może być przedsiębiorczy”
8. Dopalacze kradną życie – prelekcja (uczniowie, nauczyciele, rodzice).
  - a) Konkurs „ Dopalacze – to nie dla mnie”
9. „ Rzuć palenie razem z nami” – światowy dzień rzucania tytoniu.
10. Mobilny punkt edukacyjny – STOP DOPALACZOM.
11. Szkolne, powiatowe i ogólnopolskie akcje charytatywne oraz wolontariat np.:  
Góra Grosza, Szlachetna Paczka, Fundacja Zdążyć z pomocą.

12. „Bezpieczna i przyjazna szkoła” – realizacja zajęć przeciw dyskryminacji.
13. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc – KCZ ( film Pokaż jak pomagać) i kurs pierwszej pomocy.
14. Kultura kibicowania – rozgrywki sportowe i zawody sportowe oraz reprezentowanie szkoły w powiecie.
15. Dzień zdrowia i dzień zdrowej żywności.
16. Bezpieczeństwo w ruchu drogowym.
17. Dzień sportu.
18. Szkolenie Rady Pedagogicznej.

**Skład zespołu ds. promocji zdrowia:**

Koordynator – Iwona Grudzińska

Członkowie: Aneta Rabczuk-Szarmach, Margareta Moritz, Iwona Walendzik, Alicja Wąsowska, Mariusz Bełczacki, Karolina Szlachcikowska, Lucyna Szczypior, Monika Spych, Sławomir Reszka.

Samorząd Uczniowski i pielęgniarka szkolna.

**Dokumentacja z przebiegu pracy: raport.**

- na bieżąco : strona internetowa szkoły.

Opracowała: Iwona Grudzińska