

# PLAN PRACY SZKOLNEGO ZESPOŁU PROMOCJI ZDROWIA NA ROK SZKOLNY 2011/2012 W SZKOLE PODSTAWOWEJ IM. ARKADEGO FIEDLERA W PRZEŹMIEROWIE

**Cel:** Poprawić poziom prawidłowych zachowań w zakresie odżywiania i aktywności fizycznej wśród uczniów.  
Zwiększyć bezpieczeństwo w życiu codziennym uczniów (bezpieczeństwo w szkole, w domu, na drodze, pierwsza pomoc).

**Kryterium sukcesu:** 50% uczniów zmieni niezdrowe nawyki żywieniowe i zwiększy swoją aktywność ruchową.  
Zwiększy się świadomość bezpieczeństwa wśród uczniów.

Zadanie	Metody realizacji i terminy	Wykonawcy	Sposób dokumentacji
1. Propagowanie idei Szkoły Promującej Zdrowie wśród uczniów.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konkurs na maskotkę własnego projektu dla Szkoły Promującej Zdrowie. Zaprojektowanie logo. Uszycie pluszaka wg zwycięskiego projektu (kwiecień-maj 2012)</li> <li>• Zorganizowanie kącika zdrowia i zagospodarowanie gazetki ściennej „Szkoła Promująca Zdrowie”</li> </ul>	<p>M. Socha – opiekun samorządu uczniowskiego Zespół Promocji Zdrowia</p> <p>L. Popielska</p>	<p>-logo -maskotka -protokół konkursu -gazetki ścienne w szkole</p>
2. Spotkania z dietetykiem w klasach I i V.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorganizowanie spotkań dietetyka z klasami I: „Zdrowe czy niezdrowe? Piramidy żywieniowe.” (1.03)</li> <li>• Zorganizowanie spotkań dietetyka z poradni „Mój dietetyk” w klasach V. „Siatki centylowe. Odżywianie w okresie</li> </ul>	<p>L. Popielska Wychowawcy klas I</p> <p>M. Ruta-Burdajewicz (n-l przyrody)</p>	<p>-zdjęcia ze spotkań -ulotki -plakaty</p>

	dojrzewania.” (29.02)		
3. Konkurs na plakat promujący zdrowy styl życia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zorganizowanie konkursu plastycznego w klasach II (marzec 2012)</li> </ul>	M. Zimna	<ul style="list-style-type: none"> <li>-plakaty</li> <li>-gazetka ścienna</li> </ul>
4. Konkurs na wierszyk, rymowaną propagujący zdrowy styl życia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ogłoszenie konkursu szkolnego (luty, marzec 2012)</li> </ul>	J. Malec Wychowawcy klas	-zamieszczenie wierszyka na stronie internetowej szkoły
5. Zorganizowanie akcji pod hasłem „Tydzień Zdrowego Żywienia”.	<ul style="list-style-type: none"> <li>W ramach „Tygodnia Zdrowego Żywienia” (21-25 maja 2012):</li> <li>Kiermasz zdrowej żywności (stoiska z kanapkami)</li> <li>Przedstawienie „Na straganie” w wykonaniu klas IV</li> <li>„Gra w kolory” - dzieci z poszczególnych klas na poziomie przebierają się za owoce, warzywa.</li> </ul>	Szkolny Zespół Promocji Zdrowia  Samorząd Uczniowski i opiekunowie (M. Socha, I.Kuźniarek)  Wychowawcy klas	<ul style="list-style-type: none"> <li>-zdjęcia</li> <li>-slajdy</li> </ul>
6. Przygotowanie zdrowych kanapek.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Przygotowywanie kanapek przez koło przyrodniczo-ekologiczne (cały rok)</li> </ul>	M.Ruta- Burdajewicz (n-l przyrody)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-zdjęcia</li> <li>-zapisy w dzienniku lekcyjnym</li> </ul>
7. Prezentacja zdrowych jadłospisów, przepisów przez kółko kulinarne.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prowadzenie gazetki szkolnej (cały rok)</li> </ul>	Opiekun kółka kulinarnego M. Mieloch	<ul style="list-style-type: none"> <li>-przepisy</li> <li>-zdjęcia</li> <li>-gazetka ścienna</li> </ul>
8. Zaopatrywanie sklepiku szkolnego w zdrowe produkty ( owoce, jogurty, soki).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utworzenie listy asortymentu sklepiku szkolnego. Monitorowanie zaopatrzenia sklepiku szkolnego (cały rok)</li> </ul>	Dyrektor Szkoły	-lista asortymentu sklepiku szkolnego
9. Organizowanie rajdów pieszych,	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ustalenie tras rajdów i</li> </ul>	Wychowawcyklas	-karty wycieczek

wycieczek rowerowych dla dzieci w celu zwiększenia aktywności ruchowej.	wycieczek rowerowych i ich organizacja przez wychowawców klas (maj, czerwiec 2012) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorganizowanie rajdu pieszego: „Na powitanie wiosny” dla klas III (marzec 2012)</li> </ul>	Wychowawcy klas III	
10. Dbalność o higienę pracy uczniów.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wprowadzenie ćwiczeń śródlekcyjnych we wszystkich klasach (cały rok)</li> </ul>	Wszyscy nauczyciele	
11. Realizacja programów zewnętrznych promujących zdrowe odżywianie i aktywność ruchową.	Realizacja programów: <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Zdrowo jemy nie tyjemy”</li> <li>• „Szklanka mleka”</li> <li>• „Bądźmy zdrowi”</li> <li>• „Trzymaj formę”</li> <li>• „Pięć porcji warzyw i owoców”</li> <li>• „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy”</li> <li>• „Owoce w szkole”</li> </ul>	Zespół nauczycieli w-f i przyrody, Dyrektor Szkoły, zespół nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej	-certyfikaty potwierdzające udział szkoły w projektach
12. „Ratujemy i uczymy ratować”-zajęcia dla dzieci klas I-III	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorganizowanie zajęć udzielania pierwszej pomocy dla dzieci młodszych: <ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki</li> <li>- pokaz filmu</li> <li>- ćwiczenia praktyczne (kwiecień 2012)</li> </ul> </li> </ul>	Przeszkoleni nauczyciele ( M. Zimna, J. Malec, L. Popielska) Wychowawcy klas I	-sprawozdanie dla WOŚP
13. Udział w programie - „Klub Bezpiecznego Puchatka”.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Przeprowadzenie zajęć w klasach I według materiałów programu: „Klub Bezpiecznego Puchatka”</li> </ul>	L. Popielska, Wychowawcy klas I	-certyfikat potwierdzający udział.

14.Konkurs plastyczny dla klas I: „Bezpieczna droga do szkoły”.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorganizowanie konkursu plastycznego dla uczniów klas I.</li> <li>• Ekspozycja prac na holu szkolnym.</li> </ul> (listopad 2011)	L. Popielska, Wychowawcy klas I	-zdjęcia, dyplomy.
14. Bezpieczeństwo w życiu codziennym.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanki, opowiadania, historyjki(całyrok)</li> <li>• Udział w VI edycji programu „Szkoła bez Przemocy”</li> <li>• Realizacja projektu: „Tydzień bez Przemocy” (28 maja-2 czerwca)</li> </ul>	Wszyscy nauczyciele  Opiekun SU-Mariola Socha  Zespół psychologiczno-pedagogiczny	-zapisy w dziennikach lekcyjnych  -certyfikat udziału  -plan działań zespołu
15.Spotkania z Policją, Strażą Gminną, Strażą Pożarną.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorganizowanie spotkań dla klas I i V</li> </ul>	Dyrektor Szkoły, wychowawcy klas	-zapisy w dziennikach lekcyjnych
16.Zwiększenie aktywności ruchowej uczniów.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Udział w zajęciach sportowych na pływalni w Szamotułach</li> <li>• Nauka i doskonalenie pływania dla klas I-IV</li> <li>• Przeprowadzenie egzaminu na Kartę Pływacką (cały rok)</li> </ul>	Dyrektor Szkoły, nauczyciele w-f	-terminarz wyjazdów na pływalnię

**Cel:** Kształtowanie właściwych nawyków związanych z żywieniem, trybem życia wśród nauczycieli i pracowników szkoły.

**Kryterium sukcesu:** 50% pracowników szkoły stwierdzi, że zmieniło niezdrowe nawyki żywieniowe i zwiększyło swoją aktywność ruchową w ciągu ostatniego roku.

Zadanie	Metody realizacji, terminy	Wykonawcy	Sposób dokumentowania
1. Przygotowanie nowych propozycji asortymentu sklepiku szkolnego.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spotkanie zespołu SZPZ z agentem i wypracowanie oferty szkolnego sklepiku.</li> <li>Spotkanie warsztatowe klas, przygotowanie oferty, wykonanie plakatów.</li> </ul>	-Szkolny Zespół Promocji Zdrowia  -wychowawcy klas IV-VI M.Ruta- Burdajewicz, I. Kuźniarek	-wypracowana oferta -prezentacja plakatów (dokumentacja fotograficzna oraz lista uczniów biorących udział)
2. Udział nauczycieli i pracowników szkoły w szkoleniach, konferencjach związanych z profilaktyką prozdrowotną: <ul style="list-style-type: none"> <li>Konferencja Sz. P.Z. wPoznaniu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Udział nauczycieli w Wielkopolskiej Konferencji Szkół Promujących Zdrowie</li> <li>Rada szkoleniowa dla nauczycieli (listopad 2011)</li> <li>Opracowanie metod promowania zdrowego trybu życia (rada warsztatowa)</li> <li>Warsztaty dotyczące szkodliwości używek</li> <li>Zajęcia ruchowe dla pracowników, nauczycieli (aerobik, zumba lub gimnastyka)</li> <li>Udział w kursie pierwszej pomocy (marzec 2012)</li> <li>Szkolenie dla nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej</li> </ul>	Szkolny Zespół Promocji Zdrowia  L. Popielska J. Malec Szkolny Zespół Promocji Zdrowia  Zespół Promocji Zdrowia  M. Zimna  L. Popielska J. Malec  L. Popielska, J.Malec	-zaproszenie na konferencję,protokół posiedzenia Rady Pedagogicznej   -dokumentacja fotograficzna  -certyfikaty  -protokoły szkoleń  -zaświadczenie o odbytym szkoleniu
<ul style="list-style-type: none"> <li>”Ratujemy i uczymy się ratować”</li> </ul>			

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Szkolenie w zakresie mediacji</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• (kwiecień 2012)</li> <li>• Szkolenie dla wszystkich nauczycieli (styczeń 2012)</li> </ul>	Dyrektor Szkoły, wszyscy nauczyciele	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Profilaktyka wad postawy”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Szkolenie dla nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i wychowania przedszkolnego (marzec 2012)</li> </ul>	Nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej i wychowania przedszkolnego	-zaświadczenie o odbytym kursie

**Cel: Propagowanie idei Szkoły Promującej Zdrowie wśród rodziców.**

Promowanie zdrowego stylu życia i odżywiania wśród rodziców.

Zwiększyć zaangażowanie rodziców w realizację projektów prozdrowotnych.

**Kryterium sukcesu: 50% rodziców wykaże się znajomością idei Szkoły Promującej Zdrowie oraz zasadami zdrowego trybu życia propagowanymi przez Szkołę Promującą Zdrowie.**

Zadanie	Metody realizacji, terminy	Wykonawcy	Sposób dokumentowania
1. Zapoznanie rodziców z ofertą zajęć ruchowych pozalekcyjnych, organizowanych przez szkołę.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zamieszczenie oferty zajęć na tablicy ogłoszeń.</li> <li>• Poinformowanie rodziców na zebraniach.</li> </ul>	Dyrektor szkoły, wychowawcy klas	-dzienniki zajęć pozalekcyjnych
2. Zwiększenie świadomości wśród rodziców dotyczącej zdrowego odżywiania.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorganizowanie spotkania z dietetykiem połączone z pokazem multimedialnym i konsultacjami. (luty 2012)</li> <li>• Promocja zdrowego odżywiania</li> </ul>	L. Popielska Wychowawcy klas (chętni)  Szkolny Zespół Promocji Zdrowia	-protokoły spotkań z rodzicami -lista osób obecnych na zebraniu -zdjęcia

	poprzez zamieszczanie informacji na stronie internetowej. (cały rok).		
3.Propagowanie idei Sz.P.Z. wśródrodziców.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Założenie zakładki Szkoły Promującej Zdrowie na stronie internetowej szkoły.</li> <li>• Cykliczne zamieszczanie informacji o realizacji projektów prozdrowotnych. ( cały rok )</li> </ul>	Szkolny Zespół Promocji Zdrowia	-strona internetowa szkoły
4.Zapoznanie rodziców z ideą programów realizowanych w szkole.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozdanie ulotek, informacji dotyczących realizowanych projektów. Omówienie na zebraniach z rodzicami. (cały rok)</li> </ul>	Wychowawcy klas	-protokoły zebrań z rodzicami
5.Zapoznanie rodziców z ofertą badań profilaktycznych organizowanych przez szkołę.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profilaktyka próchnicy (fluoryzacja zębów, przeglądy stomatologiczne) w kl. I</li> <li>• Profilaktyka wad postawy w kl. I</li> <li>• Badanie słuchu w kl. I</li> </ul>	Pielęgniarka szkolna-M. Bińkowska Dyrektor Szkoły	-terminarz pielęgniarki szkolnej