Szkolny Program Promujący Zdrowie na lata 2015 – 2018

Szkoła Podstawowa nr 22

z Oddziałami Integracyjnymi

im. Rafała Pomorskiego

w Tychach

Program opracowany przez Szkolny Zespół Promujący Zdrowie:
przewodnicząca Danuta Styczeń, B. Szyja, Anna Pęchalska, E. Zawada

**PROGRAM PROMUJĄCY ZDROWIE**

**SZKOŁY Podstawowej NR 22 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI W TYCHACH**

*Motto:*

„Zdrowie jest najpierwszym dobrem, uroda drugim, a bogactwo trzecim”

 Platon

WSTĘP

Szkoła Podstawowa nr 22 z Oddziałami Integracyjnymi mieści się przy ul. Harcerskiej 25 w Tychach. Obecnie w szkole jest

27oddziałóww  tym integracyjne, w których uczy się565uczniów.Procesem dydaktyczno - wychowawczym kieruje wykwalifikowana kadra nauczycielska, która dba o harmonijny rozwój każdego dziecka, jaki dokonuje się w procesie kształcenia.Program dydaktyczno - wychowawczy naszej szkoły zakłada rozwijanie zainteresowań dzieci. Jedną z form realizacji tego zadania jest udział uczniów w zajęciach pozalekcyjnych. Przeznaczone są one dla wszystkich dzieci: tych mających trudności w nauce, niezwykle zdolnych oraz dla tych, którzy chcą miło i ciekawie spędzić czas poza lekcjami.

Oferujemy również wycieczki, wyjścia do kin i teatrów oraz ciekawe zajęcia w czasie ferii zimowych i letnich. Posiadamy dwie sale komputerowe, centrum multimedialne, bibliotekę, 2 sale gimnastyczne i boiska sportowe. Dzieci przed lub po zajęciach mogą korzystać z zajęć opiekuńczo - wychowawczych w świetlicy szkolnej w godzinach od 7:30 do 16:30. Posiadamy również kuchnię i stołówkę. Uczniowie mają możliwość zjedzenia ciepłego posiłku. Chcemy, aby szkoła była dla dzieci ich drugim domem. Otaczamy swoich uczniów życzliwą opieką.

Tworzymy bezpieczną atmosferę sprzyjającą osiąganiu sukcesów, budowaniu poczucia własnej wartości.

Pomagamy wkraczać w fascynujący świat wiedzy. Działania zmierzające do indywidualizacji rozwoju każdego dziecka nauczyciele podejmują wspólnie z rodzicami. Kładziemy nacisk na: rozwijanie twórczego myślenia, wyrabianie analitycznego podejścia do otaczającej rzeczywistości, opanowanie języka obcego, umiejętność posługiwania się komputerem i korzystania z Internetu, umożliwianie uczniom prezentacji swojej wiedzy i umiejętności, czynny udział w życiu kulturalnym swojej małej ojczyzny. Otaczamy swoich wychowanków życzliwą opieką. Tworzymy bezpieczna atmosferę sprzyjającą osiąganiu sukcesów i budowaniu poczucia własnej wartości. Działania zmierzające

do indywidualizacji rozwoju każdego dziecka nauczyciele podejmują wspólnie z rodzicami.

 Diagnozą wstępną objęci byli uczniowie, nauczyciele i rodzice. Z ankiet wynikało, iż najważniejsza dla trzech grup badanych jest przyjazna atmosfera w szkole i klasie, dobre relacje międzyludzkie, a także promowanie zdrowego stylu życia. I ten ostatni obszar postanowiliśmy rozwinąć w naszym programie. Przystąpienie do Śląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie jest ze strony naszej szkoły posunięciem świadomym i wynika z kilku przyczyn.
 Po pierwsze, promocja zdrowia staje się w dzisiejszych czasach koniecznością. W dobie powszechności chorób cywilizacyjnych, zagrożeń wynikających z zanieczyszczenia środowiska, wielu niekorzystnych zjawisk społecznych mających wpływ na ludzką psychikę dbałość o własne zdrowie staje się ogromnie ważna. Istotną rolę w promowaniu zdrowego trybu życia i wiedzy na temat własnego zdrowia powinna odgrywać szkoła jako miejsce kształtujące młodych ludzi i przygotowujące ich do dorosłego życia.
 Po drugie, profil naszej szkoły obliguje nas do zwrócenia szczególnej uwagi na problematykę zdrowotną. Jako szkoła podstawowa

z oddziałami integracyjnymi przyjmujemy w swe progi uczniów niepełnosprawnych. Wydaje nam się istotne szerzenie wiedzy na temat istoty poszczególnych rodzajów niepełnosprawności, a także sposobów funkcjonowania osób niepełnosprawnych w społeczeństwie. Prawdziwa integracja dokonuje się tylko wtedy, gdy uczniowie są świadomi jej ważności, a świadomość tę buduje się na rzetelnej wiedzy.
 Po trzecie, zauważyliśmy wśród dzieci bardzo dużą potrzebę znajomości tematyki dotyczącej zdrowia. Jak wynika z ankiet przeprowadzonych, aby zdiagnozować ten problem, wiedza uczniów w tej dziedzinie jest wciąż niewystarczająca. Szczególnie dotyczy to profilaktyki zdrowotnej, zdrowego odżywiania, aktywności ruchowej i bezpieczeństwa w szkole, dlatego ten obszar postanowiliśmy w naszym programie uwypuklić.
Mamy nadzieję, że działania, jakie zamierzamy podjąć w ramach szkolnego programu promującego zdrowie, wpłyną istotnie na tryb życia
i sposób myślenia młodzieży o własnym zdrowiu, przyczynią się także do tego, aby społeczeństwo, w którym żyjemy, było zdrowsze.

STREFA AKTYWNOŚCI UCZNIOWSKIEJ:

* zajęcia edukacyjne
* godziny wychowawcze
* lekcje przedmiotowe
* zajęcia z pedagogiem
* spotkania profilaktyczno – edukacyjne ze specjalistami z instytucji, fundacji,  stowarzyszeń
* kampanie profilaktyczne
* koła zainteresowań

ADRESACI PROGRAMU:

* uczniowie klas I - VI
* rodzice
* nauczyciele i pracownicy szkoły
* środowisko lokalne, inni pracownicy szkoły
* instytucje współpracujące ze szkołą
* zaproszeni specjaliści

INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE PROGRAM:

* Stacja SANEPID - u
* Urząd Miasta Tychy
* Służba Zdrowia
* Instytucje i fundacje promujące zdrowie

CZAS REALIZACJI PROGRAMU:

 - trzy lata

ZAŁOŻENIA PROGRAMU:

Światowa Organizacja Zdrowia określiła zdrowie jako „stan pełnego, dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie tylko brak choroby lub zniedołężnienia. W ostatnich latach definicja ta została uzupełniona o sprawność do „prowadzenia produktywnego życia społecznego i ekonomicznego”. Odpowiedni stan zdrowia jest podstawą rozwoju i działania ludzi. Jest on nadrzędną wartością dla człowieka, dzięki któremu może realizować swoje własne aspiracje, zaspokajać potrzeby, radzić sobie ze środowiskiem. Dlatego tak ważne staje się propagowanie nawyków pro - zdrowotnych i aktywnego spędzania wolnego czasu zwłaszcza wśród dzieci i młodzieży. Program zmierza ku zwiększeniu potencjału zdrowia i zachowań pro - zdrowotnych. Sprzyja dobremu samopoczuciu członków społeczności szkolnej i rozwijaniu kompetencji do podejmowania przez nich działań na rzecz zdrowia własnego i innych ludzi oraz tworzenia zdrowego środowiska.

ZADANIA DYDAKTYCZNE PROGRAMU:

Szkoła Promująca Zdrowie dąży do osiągania celów i realizuje zadania określone w podstawie programowej kształcenia ogólnego

 i innych obowiązujących aktach prawnych a ponadto:

1. Pomaga członkom społeczności szkolnej (w tym rodzicom) zrozumieć i zaakceptować koncepcję Szkoły Promującej Zdrowie.
2. Zarządza projektami promocji zdrowia w sposób sprzyjający:

 1) uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu społeczności szkolnej (w tym rodziców) i społeczności lokalnej,

 2) skuteczności i długofalowości działań.

1. Prowadzi edukację zdrowotną uczniów i pracowników oraz dąży do zwiększenia jej jakości i skuteczności.
2. Tworzy klimat społeczny sprzyjający:

 1) satysfakcji z nauki i pracy w szkole, osiąganiu sukcesów oraz wzmacnianiu poczucia własnej wartości u uczniów i pracowników,

 2) zdrowiu i rozwojowi uczniów i pracowników,

 3) uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu członków społeczności szkolnej, rodziców i osób ze społeczności lokalnej.

 5. Tworzy środowisko fizyczne sprzyjające zdrowiu, bezpieczeństwu i dobremu samopoczuciu uczniów i pracowników.

CELE PROGRAMU:

 1. Promowanie zasad zdrowego żywienia.

2. Wspomaganie wszechstronnego i harmonijnego rozwoju wychowanków.

3. Nabywanie wiedzy o zdrowiu.

 4. Nabywanie umiejętności dbania o swoje zdrowie i bezpieczeństwo.

5. Ukształtowanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych ludzi.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

1. Wzbudzenie motywacji do prowadzenia zdrowego stylu życia.
2. Nabycie przez uczniów pro - zdrowotnych nawyków.
3. Przestrzeganie podstawowych zasad i sposobów utrzymania czystości, higieny osobistej i otoczenia.
4. Przestrzeganie zasad właściwego odżywiania się.
5. Wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego dla prawidłowego rozwoju i funkcjonowania organizmu.
6. Kształtowanie prawidłowej komunikacji wśród uczniów.
7. Kształtowanie pozytywnego obrazu samego siebie oraz uwrażliwienie na potrzeby innych ludzi.
8. Wdrażanie uczniów do aktywnego działania na rzecz zdrowia własnego i innych.

MODUŁY:

1. Edukacja zdrowotna.
2. Zdrowe odżywianie.
3. Aktywność ruchowa.
4. Bezpieczna szkoła

**MODUŁY REALIZOWANEGO PROGRAMU**

MODUŁ I: EDUKACJA ZDROWOTNA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** |
| Akcja „Sprzątanie Świata” | porządkowanie terenów przyszkolnych, projekcja filmów, warsztaty, karty pracy, apel | Uczeń dostrzega zmiany zachodzące w najbliższym otoczeniu, dostrzega wpływ degradacji środowiska na zdrowie człowieka, wskazuje zagrożenia środowiska naturalnego i podejmuje działania na rzecz jego ochrony |
| „Sprzątanie Świata” – weź sprawy w swoje ręce | porządkowanie terenu wokół szkoły | - zna zasady i reguły zdrowego stylu życia i codziennej higieny |
| Wzięcie udziału w programie ekologicznym pt. „Pan Sprzątalski”. | sprzątanie i dbanie o czystość | - potrafi dbać o swoje środowisko życia |
| Udział w akcji pod hasłem„Zamień śmieci w fajne rzeczy” | warsztaty edukacyjne | - potrafi wykonać rzeczy użyteczne z odpadów |
| Wietrzenie sal w czasie przerw i dbanie o estetykę sal lekcyjnych | otwieranie okien, porządkowanie stanowisk pracy, sali | - poprawia sprawność oddechową, wyrabia  nawyk pracy w estetycznych warunkach |
| Dbanie o higienę własnego ciała zwłaszcza w okresie dorastania | pogadanki, tablice poglądowe, filmy, przeźrocza | - dba o higienę ciała, przestrzega zasad  higieny intymnej, wyrabia nawyk częstego  mycia rąk |
| Ogólnopolski program dla szkół „Wzorowa łazienka” |  projekt plastyczno - techniczny | - projektuje w grupie przyjazne łazienki szkolne |
| Realizacja programu „Śnieżnobiały uśmiech” | pogadanka, ulotki, pokaz mycia zębów na modelu, konkurs rysunkowy | - zna sposoby walki z próchnicą |
| Badanie przesiewowe dzieci | pomiar wzrostu i masy ciała, badanie ortopedyczne, CT, pomiary postawy, mierzenie RR, badanie ostrości widzenia | - dąży do wykrycia nieprawidłowości  najczęstszych zaburzeń w rozwoju i stanie  zdrowia, wcześnie podejmuje odpowiednie  leczenie |
| Fluoryzacja zębów | systematyczna fluoryzacja zębów, pogadanki, pokaz ulotki | - walczy z próchnicą, wie jak prawidłowo szczotkować zęby i dba o higienę jamy  ustnej |
| Bilans sześcio – i dziesięciolatka | przesiewowe badania dzieci klas 0 - III i kierowane uczniów do przychodni rejonowych | - w przypadku wykrycia nieprawidłowości  najczęstszych zaburzeń w rozwoju i stanie  zdrowia wcześnie podejmuje odpowiednie  leczenie |
| Szczepienia ochronne | pogadanki na temat szczepień ochronnych, ulotki informacyjne, rozdanie skierowań | - zapobiega chorobom |
| Systematyczna kontrola prawidłowej postawy uczniów | badanie wzrostu i masy ciała oraz dzieci z grup dyspanseryjnych, prawidłowa postawa w ławce | - potrafi zadbać o prawidłową postawę  oraz właściwą masę ciała |
| Pracownia Terapii Integracji Sensorycznej | zajęcia indywidualne wg harmonogramu | - dąży do wzrostu aktywności ruchowej,  minimalizuje napięcia emocjonalne |
| Akcja „Trzymaj się prosto” | pomiary i badanie ortopedyczne, kierowanie uczniów na ćwiczenia korekcyjne i basen |  - koryguje wcześnie wykryte wady postawy |
| Prowadzenie gimnastyki korekcyjnej w klasach I – III | ćwiczenia korygujące wady postawy | - dba o prawidłową postawę ciała |
| Prowadzenie gimnastyki śródlekcyjnej | ćwiczenia relaksacyjno - sportowe | - dąży do poprawienia aktywności  intelektualnej i ruchowej |
| Systematyczne kontrolowanie prawidłowej postawy uczniów w ławkach | pogadanki, filmy na godzinach wychowawczych i innych przedmiotach | - wyrabia nawyk prawidłowego siedzenia w ławce, zapobiega skrzywieniom  kręgosłupa |
| Uroczyste Obchody Europejskiego Dnia Bez Samochodu | upowszechnienie informacji o negatywnych skutkach używania samochodu | - korzysta z transportu publicznego |
| Realizacja programu „Spójrz inaczej” | scenariusze zajęć, tematyka zgodna zapotrzebowaniem na godzinach wychowawczych lub zajęciach dodatkowych | - umie radzić sobie w różnych sytuacjach,  umie współżyć w grupie, zapobiegać  uzależnieniom |
| Udział w programie miejskim „Zdrowe Tychy” | spotkanie ze sportowcem | - prowadzi zdrowy stylu życia już od najmłodszych lat |
| Udział w projekcie "Szkoła promująca zalecenia Europejskiego kodeksu walki z rakiem” | warsztaty edukacyjne | - sam dochodzi do tego co jest zdrowei pożądane w życiu  |
| Choroby wynikające z niewłaściwego żywienia | prelekcje, pogadanki | - poprawia sposób odżywiania się, kształtuje  właściwe nawyki żywieniowe, eliminuje  nadwagę |
| Estetyka spożywania posiłków | filmy, pokazy, ćwiczenia, pogadanki | - dba o właściwe przygotowanie i spożywanie  posiłków, wyrabia nawyk częstego mycia rąk |
| Alkohol i papierosy a zdrowy styl życia | prelekcje, pogadanki dla uczniów na godzinach wychowawczych i lekcjach przyrody, dla rodziców na zebraniach rodzicielskich | - wzrasta jego świadomość zagrożeń w korzystaniu z używek, dostrzega szkodliwy wpływ używek na stan zdrowia  organizmu |
| Alkohol, narkotyki, papierosy i inne | pogadanki i zajęcia warsztatowe | - wzrasta poziom jego wiedzy dot. uzależnień  i sposobów radzenia sobie z nimi |
| Używki – zagrożenie dla organizmu | pogadanki, albumy, filmy scenki na odmawianie, drama, krzyżówki, dyskusje | - zachowuje się asertywnie wobec nakłaniania  do stosowania substancji psychoaktywnych |
| „W zdrowym ciele zdrowy duch” | prelekcje, pogadanki, zajęcia sportowo- rekreacyjne | - wzrasta jego świadomość zagrożeń w korzystaniu z używek, dostrzega  szkodliwy wpływ używek na zdrowie |
| Udział w akcji „Międzynarodowy Dzień Niewidomych” | wykonywanie scenek z elementami dramy mających na celu wczucie się w rolę osoby niewidomej | - wie jak zachować się w stosunku do osoby niewidomej |
| Udział w obchodach „Międzynarodowego Dnia Niesłyszących” | wykonywanie scenek z elementami dramy mających na celu wczucie się w rolę osoby niesłyszącej | - wie jak zachować się w stosunku do osoby niesłyszącej |
| Udział w akcji „Europejski Dzień Seniora” | wykonywanie kartek okolicznościowych dla podopiecznych Domu Pomocy św. Anny w Tychach | - szanuje ludzi starszych |
| Miejski konkurs „Wartości w moim życiu”w ZSP nr 3 w Tychach | konkurs plastyczny | - żyje zgodnie z zasadami etyki |
| Światowy Dzień Życzliwości i Pozdrowień | prelekcja, pogadanki | - życzliwie odnosi się do innych uczniów i osób dorosłych |
| „Grzeczność na co dzień”- prezentacja | przygotowanie prelekcji i pogadanki | - wie jak należy zachowywać się na terenie szkoły i poza nią |
| Udział w akcji pod hasłem "Klasa bez barier"  | warsztaty edukacyjne | - jest tolerancyjny w stosunku do innych ludzi |
| Rady nie od parady – opowiadania z morałem | wiersze, opowiadania, scenki, ćwiczenia, dramy | - umie radzić sobie w różnych sytuacjach,  umie korzystać z rad i przestróg |
| Konkursy plastyczne | wykonanie plakatów, rzeźb, praca grupowa i indywidualna | - rozbudza wyobraźnię plastyczną, dostrzega zależności między człowiekiem a przyrodą,  rozwija umiejętności plastyczne |
| Udział w akcji „Stop krzywdzeniu dzieci” | prelekcja | - potrafi współżyć z innymi ludźmi |
| Szkolny konkurs w ramach kampanii „Twoje milczenie oznacza zgodę” pt. „Widzisz krzywdę? Reaguj!” | konkurs plastyczny | - reaguje, gdy widzi krzywdę innych, chętnie udziela pomocy |
| Udział w kampanii przeciw krzywdzeniu dzieci – spektakl teatralny pt. „Kłopoty Misia Zdzisia | spektakl profilaktyczny | - nie krzywdzi innych, chętnie udziela potrzebującym pomocy |

MODUŁ II: ZDROWE ODŻYWIANIE

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** |
| Zdrowe odżywianie dziecka | prelekcje i pogadanki | Uczeń jest świadomy ważności zdrowego odżywiania |
| Szklanka mleka dla każdego ucznia | rozprowadzanie mleka w kartonikach | - dostarcza substancji białkowych i witamin,  kształci nawyk dostarczania materiału  budulcowego i wzmacniającego organizm |
| Kanapka na drugie śniadanie dla każdego ucznia | przygotowanie i sprzedaż kanapek, owoców, warzyw i soków | - kształci prawidłowe nawyki żywieniowe,  dostarcza organizmowi niezbędnych witamin  i soli mineralnych |
| „Jak prawidłowo zrobić śniadanie” - konieczność spożywania pierwszegoi drugiego śniadania | prelekcja, warsztaty kulinarne, degustacja potraw | - umie samodzielnie wykonać pożywną  kanapkę |
| Udział uczniów w akcji „Śniadanie daje moc” | wspólne śniadanie w szkole | - prowadzi zdrowy styl życia i codziennie je śniadanie |
| Wspólne śniadanie w ramach akcji „Śniadanie daje moc”. | prelekcja dotycząca zdrowych nawyków żywieniowych | - potrafi przygotować pełnowartościowe śniadanie zgodnie z zasadami zdrowego żywienia |
| „Odżywiam się zdrowo i kolorowo”- cykl zajęć edukacyjnych | prelekcja, prezentacja multimedialna | - współpracuje ze szkołą w realizacji zadań  programu „Jem kolorowo” |
| Udział w programie „Zdrowo jem, więcej wiem” | realizacja zadań | - wie, jak zdrowo odżywiać się |
| Udział uczniów w Akcji Fundacji BOŚ | poznanie zasad zdrowego odżywiania się | - wie, jak zdrowo odżywiać się |
| Obiady szkolne | przygotowanie posiłków dwudaniowych, spożywanie na stołówce szkolnej | - przestrzega zasad estetyki spożywania  posiłków, dostarcza organizmowi  niezbędnych składników pokarmowych  wynikających z jego potrzeb |
| Układamy jadłospis - konkurs na najlepszy i najzdrowszy tygodniowy jadłospis | ćwiczenia, praca z tabelami zawierającymi produkty spożywcze z zawartością podstawowych składników pokarmowych | - prawidłowo dobiera produkty spożywcze  z uwzględnieniem zapotrzebowania  dziennego na poszczególne składniki  pokarmowe |
| Udział w akcji Światowy Dzień Żywności | akcja ulotkowa, plakatowa przeciwko marnowaniu żywności | - ma świadomość istnienia globalnych problemów żywnościowych, nie marnuje żywności |
| Mikołaj - spotkanie integracyjne klas I - III | spotkanie z Mikołajem | - wspólna zabawa i integracja uczniów |
| Wigilie klasowe - spotkania integracyjne uczniów | wspólny posiłek | - kultywuje tradycję, wie jak zachować się przy stole |
| Udział uczniów w Eko – Kiermaszu Żywności lub innych imprezach organizowanych przez miasto Tychy | prelekcje, konkursy, warsztaty o zdrowym odżywianiu, prezentacja multimedialna, poczęstunek | - dokonuje przedświątecznych zakupów np.:  „ekologicznego” pieczywa, wędlin, serów (bez konserwantów), jajek z hodowli kur  na wolnym wybiegu itp. |
| Zaopatrujemy się w sklepach ze zdrową żywnością  | wycieczka  | - kupuje zdrowe produkty pochodzące z ekologicznej uprawy |
| „Jesteśmy świadomymi konsumentami” – warsztaty ekologiczne na temat substancji dodawanych do żywności | zapoznanie uczniów wybiórczo z niektórymi spośród wielu dodatków do żywności takich jak: benzoesan sodu czy regulator kwasowości E- 330, które są bardzo często dodawane do smakowych wód mineralnych i innych oranżad | - propaguje zdrowe odżywianie się, rozwija  umiejętności właściwego żywienia, kształci  właściwe nawyki żywieniowe |
| Warsztaty edukacyjne pod hasłem „Jak żyć zdrowo”– piramida zdrowego żywienia | zabawy edukacyjne dla uczniów klas I - II w oparciu o materiały edukacyjne | - zna piramidę zdrowego żywienia i stosuje  wiedzę w praktyce |
| Jak zdrowo się odchudzić?- spotkanie ze specjalistą  | prelekcja na temat zasad zdrowego odchudzania, diety i przepisówkulinarnych | - potrafi zastosować podstawowe zasady  zdrowego odchudzania |
| Żywienie na Wagę Zdrowia- rosnę zdrowo, bo jem kolorowo | realizacja działań na rzecz przeciwdziałania złym nawykom żywieniowym | - zdobywa wiedzę i doświadczenie  umożliwiające dobre odżywianie  |
| Akcja „Tydzień dla zdrowia” | degustacja warzyw i owoców, wspólna konsumpcja drugiego śniadania | - uczeń dba o właściwe przygotowanie  i spożywanie posiłków, kształci prawidłowe  nawyki żywieniowe |
| Debata na temat Zdrowo jeść to zdrowo żyć | poszerzanie zainteresowań zdrowym odżywianiem się | - zdrowo odżywia się, potrafi dyskutować na temat odżywiania się |
| Pokaz scenek rodzajowych na temat higieny i zdrowego odżywiania się | przygotowanie przez uczniów scenek rodzajowych i przedstawienie ich kolegom z różnych klas | - zna zasady właściwego odżywiania się |
| Gazetka na korytarzu lub galeria zdjęć na temat właściwego odżywiania się | prezentacja zdjęć, wierszy, jadłospisów, ciekawostek, porad | - aktywnie bierze udział w prezentowaniu informacji na temat  właściwego odżywiania się |
| ,,Żyj zdrowo” – konkurs międzyszkolny | zadania teoretyczne i praktyczne | - propaguje zdrowy styl życia, rozwija  umiejętności właściwego żywienia |
| Konkurs „Odżywiamy się zdrowo i estetycznie” | konkurs, zagadki, zgadywanki, krzyżówki,test | - propaguje zdrowy styl życia, właściwe  odżywianie się, przestrzega zasad higieny  spożywania posiłków |
| Konkurs plastyczny „Wiem co jem” na temat zdrowego odżywiania | wykonanie plakatów, rzeźb, praca grupowai indywidualna | - rozbudza wyobraźnię plastyczną, dostrzega zależności między człowiekiem a przyrodą,  rozwija umiejętności plastyczne |
| „Pokaż nam swojezdrowe śniadanie” |  konkurs fotograficzny | - zdrowo odżywia się, pamięta o zjedzeniu śniadania każdego dnia |
| Wycieczka do Pizzerii Dominium | udział w warsztatach Małego Pizzera  | - potrafi kulturalnie zachować się przy stole  |
| Wycieczka do „Muzeum Chleba” w Radzionkowie lub „Chlebowej Chaty”w Brennej | zwiedzanie muzeum, udział uczniów w warsztatach podczas samodzielnego wypieku chleba | - jest świadomy, że spośród najróżniejszych  wypieków nasz polski, tradycyjny chleb  nie ma sobie równego |

MODUŁ III: AKTYWNOŚĆ RUCHOWA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** |
| Omówienie regulaminów sali gimnastycznej i terenów sportowych wokół szkoły | zapoznanie uczniów z regulaminami obiektów sportowych |  Uczeń bezpiecznie i higienicznie zachowuje się na obiektach sportowych, kształci właściwe zachowania, dba o sprzęt i pomoce dydaktyczne w pracowniach |
| Omówienie regulaminów wycieczek szkolnych, wyjść, zajęć terenowych | zapoznanie uczniów z regulaminami, procedurami wyjść, imprez i wycieczek szkolnych | - przestrzega zasad bezpieczeństwa, stosuje się  do zasad zawartych w regulaminach  i przepisach BHP |
| Organizowanie Dnia Sportu | gry, zabawy sportowe, konkursy, szkolne rozgrywki | - integruje społeczność szkolną, współpracuje  w grupie, posiada umiejętność rywalizacji  sportowej |
| Tańce i zabawy KLANZA | zabawy ruchowe i tańce integrujące | - aktywnie spędza czas wolny na przerwach,  integruje grupę rówieśniczą, wspólnie  bawi się |
| Turniej Gier i zabaw ruchowych | gry, zabawy sportowe, konkursy, szkolne rozgrywki | - rywalizuje sportowo, chętnie reprezentuje  szkołę na zawodach sportowych |
| Szkolne konkursy sportowe w zakresie różnych dyscyplin | konkurencje sprawnościowe, gry i zabawy ruchowe | - integruje dzieci, umie organizować czas  wolny z pożytkiem dla własnego zdrowia |
| Zajęcia na basenie miejskim | ćwiczenia gimnastyczne w wodzie, elementy nauki pływania | - rozwija i doskonali sprawność fizyczną,  zapobiega wadom postawy |
| Udział w konkursach sportowych pozaszkolnych | konkurencje sprawnościowe, gry i zabawy ruchowe | - reprezentuje szkołę na zawodach sportowych  na terenie miasta |
| Zajęcia ruchowe dla dzieci świetlicy szkolnej | aerobik, turnieje sportowe, zabawy ruchowe | - poprawia swoją sprawność i aktywność ruchową wśród uczniów |
| Pozalekcyjne zajęcia rekreacyjno- sportowe dla klas IV - VI | zespołowe gry sportowe, tenis stołowy, gry i zabawy rekreacyjne | - podnosi swoją ogólną sprawność fizyczną,  poznaje nowe gry i zabawy ruchowe |
| Prowadzenie ćwiczeń relaksacyjnych w klasach integracyjnych | ćwiczenia relaksacyjne, ruchowe, muzykoterapia | - wycisza się, integruje się z grupą, eliminuje  agresywne zachowania, poprawia  koncentrację uwagi |
| Ćwiczenia relaksacyjne w klasach I - III | ćwiczenia Dennisona, gimnastyka mózgu | - wycisza się, integruje się z grupą, eliminuje  agresywne zachowania, poprawia  koncentrację uwagi, współpracuje w grupie |
| Międzyszkolny Konkurs Szkół Zaprzyjaźnionych „Rambit ekologiczno- sportowy” | konkurs dla uczniów Szkół Zaprzyjaźnionych – zadania konkursowe teoretycznez zakresu ekologii oraz konkurencje sportowe | - propaguje ideę ochrony przyrody, integruje  się z uczniami, poszerza wiedzę na temat  ochrony środowiska, wykorzystuje  podstawową wiedzę ekologiczną  i sozologiczną |
| Szkolne Koło Tenisa Stołowego | zajęcia sportowe | - integruje się z uczniami, zna zasady gry w tenisa stołowego, uczy się podstawowych  umiejętności technicznych i taktycznych  niezbędnych podczas gry, rozwija zdolności i umiejętności uczniów w celu lepszego  przygotowania ich do konkursów szkolnych i międzyszkolnych |
| Zajęcia terenowe dla klas II  | ścieżka zdrowia  | - umie poruszać się po najbliższej okolicy,  doskonali kondycję fizyczną  |
| Udział uczniów w Spartakiadzie Integracyjnej  | konkurencje sportowo – rekreacyjne | - integruje się z uczniami, zna zasady i reguły  obowiązujące w konkurencjach  |
| Rozwijanie aktywności fizycznej poprzez taniec  | zajęcia taneczne, wyrażanie siebie i własnych emocji poprzez taniec | – integruje się z grupą rówieśniczą,doskonali sprawność fizyczną, relaksuje się  poprzez taniec |
| Uczestnictwo uczniów w zawodach sportowych organizowanych przez MOSiR  | zawody pływackie i biegi przełajowe | - bierze udział w międzyszkolnej rywalizacji,  reprezentuje szkołę, rozwija swoją sprawność  fizyczną |
| Poznajemy sylwetki sławnych sportowców  | prezentacja multimedialna, gazetka tematyczna, album sławnych sportowców | – zna sławnych sportowców, którzy stanowią  dla niego wzór do naśladowania |
| W młodym ciele zdrowy duch - zajęcia najmłodszych  | zajęcia i zabawy rekreacyjne na szkolnym placu zabaw | – rozwija sprawność fizyczną, doskonali  umiejętność poruszania się na przyrządach  gimnastycznych |
| Ćwiczenia usprawniające w sali sensorycznej  | zajęcia dla dzieci integrujących  | - wykonuje ćwiczenia w zakresie  usprawniania zaburzonych funkcji w celu  zniwelowania deficytów rozwojowych |
| Udział w ogólnopolskiej akcji pod hasłem „WF z Klasą” | okrągły Stół - wybranie zadań do realizacji | - aktywnie uczestniczy w zajęciach sportowych |
| Dyskoteka dla uczniów klas IV-VI- spotkanie integracyjne | pląsy i zabawa przy muzyce | - integruje się z innymi uczniami  |
| Andrzejki - spotkanie integracyjne dla uczniów klas IV-VI | zabawa i wróżby andrzejkowe | - umie właściwie zachować się na imprezach szkolnych, kultywuje tradycję |
| Udział w przedstawieniuUkraińskiego Teatru Tańca | przedstawienie taneczne | - potrafi wspólnie z innymi bawić się  |
| Bal karnawałowy - spotkanie integracyjnedla uczniów klas I - III | tańce i pląsy przy muzyce | - integruje sie z innymi uczniami poprzez wspólną zabawę |
| Realizacja programu pod hasłem ,,Trzymaj formę” | Mistrzostwa Szkoły w piłce nożnej, rozgrywki międzyklasowe, gry i zabawy ruchowe | - zna zasady właściwego zachowania się w roli zawodnika, sędziego i kibica |
| Udział uczniów w programie,,Bezpieczna Szkoła”. | rozgrywki sportowe  | - zna zasady właściwego zachowania się w roli zawodnika, sędziego i kibica |
| Realizacja programu,,Zachowaj trzeźwy umysł” | gry i zabawy ruchowe | - spędza czas wolny z wykorzystaniem gier sportowych  |
| Aktywna działalność Szkolnego Towarzystwa Sportowego | zawody sportowe | - potrafi rywalizować i biorą udział w międzyszkolnych zawodach sportowych  |
| Współpraca szkoły z miejskim basenem w Tychach | zawody pływackie | - uczestniczy w zawodach pływackich amatorów od najmłodszych lat |

MODUŁ IV: BEZPIECZNA SZKOŁA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** |
| Omówienie regulaminów pracowni szkolnych | zapoznanie uczniów z regulaminami pracowni- pogadanki  | Uczeń przestrzega zasad bhp w pracowniach szkolnych, dba o sprzęt i pomoce dydaktyczne w pracowniach |
| Omówienie regulaminów wycieczek szkolnych, wyjść, zajęć terenowych | zapoznanie uczniów z regulaminami, procedurami wyjść, imprez i wycieczek szkolnych  | - przestrzega zasad bezpieczeństwa, stosuje się do zasad zawartych w regulaminach i przepisach BHP |
| Omówienie regulaminów na różne okoliczności np. zagrożenie pożarowe, podłożenie bomby, ulatnianie się gazu i inne | zapoznanie uczniów z instrukcjami BHP na różne sytuacje, omówienie dróg ewakuacyjnych- pogadanki, działanie praktyczne  | - prawidłowo zachowuje się w sytuacjach różnych zagrożeń, stosuje się do przepisów BHP, regulaminów i procedur |
| Spotkanie z policjantem „Bezpiecznie na drodze”  | przypomnienie zasad prawidłowego zachowania się na drodze w różnych sytuacjach, prezentacje multimedialne, wycieczki na skrzyżowania, spotkanie z policjantem  | - przestrzega przepisów ruchu drogowego i stosuje się do nich |
| Wycieczki na pobliskie skrzyżowanie i przejście dla pieszych – bezpieczeństwo w ruchu drogowym | bezpieczne przychodzenie przez ulicę, rondo, obserwacja znaków drogowych i sygnalizacji świetlnej na skrzyżowaniu  | - zna znaki drogowe i zasady bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię |
| Bezpieczeństwo w drodze do szkoły- wycieczka | wycieczka po najbliższej okolicy | - zna zasady zachowania się w miejscach niebezpiecznych |
|  „Bezpieczna droga do szkoły” - spotkanie ze Strażą Miejską | warsztaty z przedstawicielem Straży Miejskiej | - zna zasady ruchu drogowego |
| „Telefony alarmowe”- spotkanie ze Strażą Miejską | warsztaty z przedstawicielem Straży Miejskiej | - zna numery telefonów alarmowych i wie kiedy z nich korzystać |
| „Prawa dziecka” - gra planszowa | konkurs plastyczno - techniczny | - zna prawa dziecka i poprzez grę popularyzuje je wśród innych uczniów |
| Apel pod hasłem „Zima wokół nas” | prezentacja "Bezpieczne ferie zimowe" | - bezpieczne zachowuje się w różnych sytuacjach, integruje się z innymi uczniami w szkole |
|  Apel „Ferie - aktywnie i bezpiecznie” | prezentacja multimedialna  | - potrafi bezpiecznie spędzać czas podczas aktywności sportowej w czasie zimy |
| Apel „Bezpieczne zabawy zimowe” | przedstawienie, scenki przygotowane przez uczniów i nauczycieli | - zdobywa nową wiedzę, wie gdzie bezpiecznie bawić się i jak zachować się w wolnym czasie |
|  „Bezpieczne zabawy zimowe” - konkurs | konkurs plastyczny | - prezentuje bezpieczne zabawy zimowe, popularyzuje dziecięcą twórczość plastyczną |
| Realizacja ogólnopolskiego programu „Kraina Tauronka” | prelekcja przeprowadzona przez pracownika Taurona | - wie jak świadomie, bezpiecznie i oszczędnie korzystać z urządzeń elektrycznych |
| "Bezpieczny świetliczak" w domu i w szkole | konkurs wiedzy | - zna i stosuje zasady bhp w domu i w szkole |
| Uczestnictwo w projekcie „Bezpiecznie tu i tam” | prelekcje , pogadanki, filmy | - zna konsekwencje nadużywania komputera i Internetu |
| Stop przemocy.Jak zachowywać się w trudnych sytuacjach | prezentacja multimedialna | - potrafi zachować się w trudnych sytuacjach |
| Fundacja Orange Bezpiecznie Tu i Tam. Rywalizacja na słowa „Bezpiecznie tu i tam” | konkurs międzyszkolny | - dba o bezpieczeństwo swoje i innych |
| Realizacja programu „Bezpieczna i przyjazna szkoła” | zajęcia indywidualne i grupowe wg harmonogramu programu | - umie radzić sobie z zachowaniami agresywnymi, potrafi współżyć w grupie, zapobiega uzależnieniom |
| Bezpieczeństwo podczas gier i zabaw ruchowych | ćwiczenia, tablice poglądowe, apele | - przestrzega regulaminów w czasie zajęć sportowych |
| Żyjmy bezpiecznie  | scenki, pogadanki, praca z tekstem | - zdobywa nową wiedzę i doświadczeniao sobie samym |
| Dzień Bezpiecznego Internetu | prelekcje, scenki, prezentacje | - uświadamia sobie zagrożenia tkwiącew Internecie, umiejętne i bezpieczne korzystaz zasobów sieci internetowej |
| Lepszy Internet zależy od Ciebie - DBI | pogadanki, prezentacje, filmy; spotkanie z policjantem | - potrafi bezpiecznie korzystać z komputera i Internetu |
| **Watch Guard Technologies** | ogólnopolski konkurs plastyczny pt. „Strażnicy sieci” | - potrafi równoważyć czas spędzony online i offline |
| Egzamin na kartę rowerową | przygotowanie uczniów do egzaminu teoretycznego i praktycznego na kartę rowerową zapoznanie z procedurami otrzymania karty rowerowej | - przestrzega zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym |

 **HARMONOGRAM PROGRAMU ZDROWOTNEGO**

MODUŁ I: EDUKACJA ZDROWOTNA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** | **Odpowiedzialni** | **Terminy** |
| Akcja „Sprzątanie Świata” | porządkowanie terenów przyszkolnych, projekcja filmów, warsztaty, karty pracy, apel | - dostrzega zmiany zachodzące w najbliższym otoczeniu, dostrzega wpływ degradacji środowiska na zdrowie człowieka, wskazuje zagrożenia środowiska naturalnego i podejmuje działania na rzecz jego ochrony | nauczyciele przyrody, wychowawcy klas | wrzesień, kwiecień |
| „Sprzątanie Świata” – weź sprawy w swoje ręce | porządkowanie terenu wokół szkoły | - zna zasady i reguły zdrowego stylu życia i codziennej higieny | nauczyciele | wrzesień |
| Udział w programie ekologicznym pt. „Pan Sprzątalski” | sprzątanie i dbanie o czystość | - potrafi dbać o swoje środowisko życia | bibliotekarz | cały rok |
| Udział w akcji pod hasłem„Zamień śmieci w fajne rzeczy” | warsztaty edukacyjne | - potrafi wykonać rzeczy użyteczne z odpadów | wychowawcy, nauczyciele | marzec |
| Wietrzenie sal w czasie przerw i dbanie o estetykę sal lekcyjnych | otwieranie okien, porządkowanie stanowisk pracy, sali | - poprawia sprawność oddechową, wyrabia nawyk pracy w estetycznych warunkach | pracownicy szkoły | cały rok |
| Dbanie o higienę własnego ciała zwłaszcza w okresie dorastania | pogadanki, tablice poglądowe, filmy, przeźrocza | - dba o higienę ciała, przestrzega zasad higieny intymnej, wyrabia nawyk częstego mycia rąk | nauczyciele | cały rok |
| Ogólnopolski program dla szkół „Wzorowa łazienka” |  projekt plastyczno - techniczny | - projektuje w grupie przyjazne łazienki szkolne | nauczyciel przyrody | wrzesień – listopad |
| Realizacja programu „Śnieżnobiały uśmiech” | pogadanka, ulotki, pokaz mycia zębów na modelu, konkurs rysunkowy | - uczeń zna sposoby walki z próchnicą | pielęgniarka,wychowawcy klas | cały rok |
| Badanie przesiewowe dzieci | pomiar wzrostu i masy ciała, badanie ortopedyczne, CT, pomiary postawy, mierzenie RR, badanie ostrości widzenia | - uczeń dąży do wykrycia nieprawidłowości najczęstszych zaburzeń w rozwoju i stanie  zdrowia, wcześnie podejmuje odpowiednie  leczenie | pielęgniarka,wychowawcy klas | wrzesień,marzec |
| Fluoryzacja zębów | systematyczna fluoryzacja zębów, pogadanki, pokaz ulotki | - walczy z próchnicą, wie jak prawidłowo szczotkować zęby i dba o higienę jamy ustnej | pielęgniarka | cały rok |
| Bilans sześcio – i dziesięciolatka | przesiewowe badania dzieci klas 0 - III i kierowane uczniów do przychodni rejonowych | - w przypadku wykrycia nieprawidłowości najczęstszych zaburzeń w rozwoju i stanie zdrowia wcześnie podejmuje odpowiednie leczenie | pielęgniarka | cały rok |
| Szczepienia ochronne | pogadanki na temat szczepień ochronnych, ulotki informacyjne, rozdanie skierowań | - zapobiega chorobom | pielęgniarka,koordynator szczepienia w przychodni | cały rok |
| Systematyczna kontrola prawidłowej postawy uczniów | badanie wzrostu i masy ciała oraz dzieci z grup dyspanseryjnych, prawidłowa postawa w ławce | - uczeń potrafi zadbać o prawidłową postawę oraz właściwą masę ciała | pielęgniarka,wychowawcy klas | cały rok |
| Pracownia Terapii Integracji Sensorycznej | zajęcia indywidualne wg harmonogramu | - dąży do wzrostu aktywności ruchowej,  minimalizuje napięcia emocjonalne | terapeuta | cały rok |
| Akcja „Trzymaj się prosto” | pomiary i badanie ortopedyczne, kierowanie uczniów na ćwiczenia korekcyjne i basen |  - koryguje wcześnie wykryte wady postawy | pielęgniarka | październik,grudzień |
| Prowadzenie gimnastyki korekcyjnej w klasach I – III | ćwiczenia korygujące wady postawy | - dba o prawidłową postawę ciała | terapeuta | cały rok |
| Prowadzenie gimnastyki śródlekcyjnej | ćwiczenia relaksacyjno - sportowe | - dąży do poprawienia aktywności intelektualnej i ruchowej | nauczyciele | cały rok |
| Systematyczne kontrolowanie prawidłowej postawy uczniów w ławkach | pogadanki, filmy na godzinach wychowawczych i innych przedmiotach | - wyrabia nawyk prawidłowego siedzeniaw ławce, zapobiega skrzywieniom kręgosłupa | wychowawcy, nauczyciele | cały rok |
| Uroczyste Obchody Europejskiego Dnia Bez Samochodu | upowszechnienie informacji o negatywnych skutkach używania samochodu | - korzysta z transportu publicznego | nauczyciel przyrody | listopad |
| Realizacja programu „Spójrz inaczej” | scenariusze zajęć, tematyka zgodna zapotrzebowaniem na godzinach wychowawczych lub zajęciach dodatkowych | - umie radzić sobie w różnych sytuacjach, umie współżyć w grupie, zapobiegać uzależnieniom | nauczyciele, wychowawcy klas | cały rok |
| Udział w programie miejskim „Zdrowe Tychy” | spotkanie ze sportowcem | - prowadzi zdrowy stylu życia już od najmłodszych lat | nauczyciele | październik - luty |
| Udział w projekcie "Szkoła promująca zalecenia Europejskiego kodeksu walki z rakiem” | warsztaty edukacyjne | - sam dochodzi do tego co jest zdrowei pożądane w życiu  | pedagog | listopad |
| Choroby wynikające z niewłaściwego żywienia | prelekcje, pogadanki | - poprawia sposób odżywiania się, kształtuje właściwe nawyki żywieniowe, eliminuje nadwagę | nauczyciele | marzec |
| Estetyka spożywania posiłków | filmy, pokazy, ćwiczenia, pogadanki | - dba o właściwe przygotowanie i spożywanie posiłków, wyrabia nawyk częstego mycia rąk | nauczyciele | listopad |
| Alkohol i papierosy a zdrowy styl życia | prelekcje, pogadanki dla uczniów na godzinach wychowawczych i lekcjach przyrody, dla rodziców na zebraniach rodzicielskich | - wzrasta jego świadomość zagrożeń w korzystaniu z używek, dostrzegaszkodliwy wpływ używek na stan zdrowia organizmu | nauczyciele | marzec |
| Alkohol, narkotyki, papierosy i inne | pogadanki i zajęcia warsztatowe | - wzrasta poziom jego wiedzy dot. uzależnień i sposobów radzenia sobie z nimi | nauczyciele przyrody | kwiecień |
| Używki – zagrożenie dla organizmu | pogadanki, albumy, filmy scenki na odmawianie, drama, krzyżówki, dyskusje | - zachowuje się asertywnie wobec nakłaniania do stosowania substancji psychoaktywnych | nauczyciele przyrody | kwiecień |
| „W zdrowym ciele zdrowy duch” | prelekcje, pogadanki, zajęcia sportowo- rekreacyjne | - wzrasta jego świadomość zagrożeń w korzystaniu z używek, dostrzega szkodliwy wpływ używek na zdrowie | nauczyciele | czerwiec |
| Udział w akcji „Międzynarodowy Dzień Niewidomych” | wykonywanie scenek z elementami dramy mających na celu wczucie się w rolę osoby niewidomej | - wie jak zachować się w stosunku do osoby niewidomej | nauczyciele świetlicy | październik |
| Udział w obchodach „Międzynarodowego Dnia Niesłyszących” | - wykonywanie scenek z elementami dramy mających na celu wczucie się w rolę osoby niesłyszącej | - wie jak zachować się w stosunku do osoby niesłyszącej | nauczyciele świetlicy | październik |
| Udział w akcji „Europejski Dzień Seniora” | wykonywanie kartek okolicznościowych dla podopiecznych Domu Pomocy św. Anny w Tychach | - szanuje ludzi starszych | nauczyciele świetlicy | październik |
| Miejski konkurs „Wartości w moim życiu”w ZSP nr 3 w Tychach | konkurs plastyczny | - żyje zgodnie z zasadami etyki | bibliotekarz, nauczyciele świetlicy | wrzesień |
| Światowy Dzień Życzliwości i Pozdrowień | prelekcja, pogadanki | - życzliwie odnosi się do innych uczniów i osób dorosłych |  |  |
| „Grzeczność na co dzień”- prezentacja | przygotowanie prelekcji i pogadanki | - wie jak należy zachowywać się na terenie szkoły i poza nią | wychowawcy | wrzesień |
| Udział w akcji pod hasłem "Klasa bez barier"  | warsztaty edukacyjne | - jest tolerancyjny w stosunku do innych ludzi | pedagog | marzec |
| Rady nie od parady – opowiadania z morałem | wiersze, opowiadania, scenki, ćwiczenia, dramy | - umie radzić sobie w różnych sytuacjach, umie korzystać z rad i przestróg | bibliotekarz | cały rok |
| Konkursy plastyczne | wykonanie plakatów, rzeźb, praca grupowa i indywidualna | - rozbudza wyobraźnię plastyczną, dostrzegazależności między człowiekiem a przyrodą, rozwija umiejętności plastyczne | nauczyciel plastyki, przyrody | kwiecień, maj |
| Udział w akcji „Stop krzywdzeniu dzieci” | -prelekcja | - potrafi współżyć z innymi ludźmi | październik | wychowawcy klas |
| Szkolny konkurs w ramach kampanii „Twoje milczenie oznacza zgodę” pt. „Widzisz krzywdę? Reaguj!” | konkurs plastyczny | - reaguje, gdy widzi krzywdę innych, chętnie udziela pomocy | listopad | wychowawcy klas |
| Udział w kampanii przeciw krzywdzeniu dzieci – spektakl teatralny pt. „Kłopoty Misia Zdzisia | spektakl profilaktyczny  | - nie krzywdzi innych, chętnie udziela potrzebującym pomocy  | listopad | wychowawcy klas |

MODUŁ II: ZDROWE ODŻYWIANIE

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** | **Odpowiedzialni** | **Terminy** |
| Zdrowe odżywianie dziecka | prelekcje i pogadanki | - rodzice i dzieci świadomi ważności zdrowego odżywiania | wychowawcy | cały rok |
| Szklanka mleka dla każdego ucznia | rozprowadzanie mleka w kartonikach | - dostarcza substancji białkowych i witamin, kształci nawyk dostarczania materiału budulcowego i wzmacniającego organizm | intendentka, wychowawcy klas | cały rok |
| Kanapka na drugie śniadanie dla każdego ucznia | przygotowanie i sprzedaż kanapek, owoców, warzyw i soków | - kształci prawidłowe nawyki żywieniowe, dostarcza organizmowi niezbędnych witamin i soli mineralnych | kierownik świetlicy, pracownice kuchni | cały rok |
| „Jak prawidłowo zrobić śniadanie” - konieczność spożywania pierwszegoi drugiego śniadania | prelekcja, warsztaty kulinarne, degustacja potraw | - umie samodzielnie wykonać pożywną  kanapkę | nauczyciele | wrzesień |
| Udział uczniów w akcji „Śniadanie daje moc” | wspólne śniadanie w szkole | - prowadzi zdrowy styl życia i codziennie je śniadanie | wychowawcy | wrzesień |
| Wspólne śniadanie w ramach akcji „Śniadanie daje moc”. | - prelekcja dotycząca zdrowych nawyków żywieniowych | - potrafi przygotować pełnowartościowe śniadanie zgodnie z zasadami zdrowego żywienia | wychowawcy | wrzesień |
| „Odżywiam się zdrowo i kolorowo”- cykl zajęć edukacyjnych | prelekcja, prezentacja multimedialna | - współpracuje ze szkołą w realizacji zadań programu „Jem kolorowo” | nauczyciel przyrody, wychowawcy klas | cały rok |
| Udział w programie „Zdrowo jem, więcej wiem” | realizacja zadań | - wie, jak zdrowo odżywiać się | nauczyciel przyrody | jesień |
| Udział uczniów w Akcji Fundacji BOŚ | - poznanie zasad zdrowego odżywiania się | - wie, jak zdrowo odżywiać się | nauczyciel przyrody | wiosna |
| Obiady szkolne | przygotowanie posiłków dwudaniowych, spożywanie na stołówce szkolnej | - przestrzega zasad estetyki spożywania posiłków, dostarcza organizmowi niezbędnych składników pokarmowychwynikających z jego potrzeb | kierownik świetlicy, pracownice kuchni | cały rok |
| Układamy jadłospis - konkurs na najlepszy i najzdrowszy tygodniowy jadłospis | ćwiczenia, praca z tabelami zawierającymi produkty spożywcze z zawartością podstawowych składników pokarmowych | - prawidłowo dobiera produkty spożywcze z uwzględnieniem zapotrzebowania dziennego na poszczególne składniki pokarmowe | nauczyciele przyrody i techniki | II semestr |
| Udział w akcji Światowy Dzień Żywności | akcja ulotkowa, plakatowa przeciwko marnowaniu żywności | - ma świadomość istnienia globalnych problemów żywnościowych, nie marnuje żywności | nauczyciele świetlicy | październik |
| Mikołaj - spotkanie integracyjne klas I - III | spotkanie z Mikołajem | - wspólna zabawa i integracja uczniów.  | wychowawcy klas | grudzień |
| Wigilie klasowe - spotkania integracyjne uczniów | wspólny posiłek | - kultywuje tradycję, wie jak zachować się przy stole | wychowawcy klas | grudzień |
| Udział uczniów w Eko – Kiermaszu Żywności lub innych imprezach organizowanych przez miasto Tychy | prelekcje, konkursy, warsztaty o zdrowym odżywianiu, prezentacja multimedialna, poczęstunek | - dokonuje przedświątecznych zakupów np.: „ekologicznego” pieczywa, wędlin, serów(bez konserwantów), jajek z hodowli kur na wolnym wybiegu itp. | nauczyciele przyrody | październik, kwiecień |
| Zaopatrujemy się w sklepach ze zdrową żywnością  | wycieczka  | - kupuje zdrowe produkty pochodzące z ekologicznej uprawy | społeczność szkolna | cały rok |
| „Jesteśmy świadomymi konsumentami” – warsztaty ekologiczne na temat substancji dodawanych do żywności | zapoznanie uczniów wybiórczo z niektórymi spośród wielu dodatków do żywności takich jak: benzoesan sodu czy regulator kwasowości E- 330, które są bardzo często dodawane do smakowych wód mineralnych i innych oranżad | - propaguje zdrowe odżywianie się, rozwija umiejętności właściwego żywienia, kształci właściwe nawyki żywieniowe | nauczyciele przyrody | marzec, kwiecień |
| Warsztaty edukacyjne pod hasłem „Jak żyć zdrowo”– piramida zdrowego żywienia | zabawy edukacyjne dla uczniów klas I - II w oparciu o materiały edukacyjne | - zna piramidę zdrowego żywienia i stosuje wiedzę w praktyce | nauczyciele przyrody | marzec, kwiecień |
| Jak zdrowo się odchudzić?- spotkanie ze specjalistą  | prelekcja na temat zasad zdrowego odchudzania, diety i przepisówkulinarnych | - potrafi zastosować podstawowe zasady zdrowego odchudzania | nauczyciele przyrody | marzec, kwiecień |
| Żywienie na Wagę Zdrowia- rosnę zdrowo, bo jem kolorowo | realizacja działań na rzecz przeciwdziałania złym nawykom żywieniowym | - zdobywa wiedzę i doświadczenie umożliwiające dobre odżywianie  | nauczyciele przyrody | marzec, kwiecień |
| Akcja „Tydzień dla zdrowia” | degustacja warzyw i owoców, wspólna konsumpcja drugiego śniadania | - uczeń dba o właściwe przygotowanie i spożywanie posiłków, kształci prawidłowe nawyki żywieniowe | nauczyciele przyrody, techniki | marzec |
| Debata na temat Zdrowo jeść to zdrowo żyć | - poszerzanie zainteresowań zdrowym odżywianiem się | - zdrowo odżywia się, potrafi dyskutować na temat odżywiania się | nauczyciele | marzec |
| Pokaz scenek rodzajowych na temat higieny i zdrowego odżywiania się | przygotowanie przez uczniów scenek rodzajowych i przedstawienie ich kolegom z różnych klas | - zna zasady właściwego odżywiania się | nauczyciele | marzec |
| Gazetka na korytarzu lub galeria zdjęć na temat właściwego odżywiania się | prezentacja zdjęć, wierszy, jadłospisów, ciekawostek, porad | - aktywnie bierze udział w prezentowaniu informacji na temat właściwego odżywiania się | nauczyciele | cały rok |
| ,,Żyj zdrowo” – konkurs międzyszkolny | zadania teoretyczne i praktyczne | - propaguje zdrowy styl życia, rozwija umiejętności właściwego żywienia | nauczyciel przyrody | marzec |
| Konkurs „Odżywiamy się zdrowo i estetycznie” | konkurs, zagadki, zgadywanki, krzyżówki,test | - propaguje zdrowy styl życia, właściwe odżywianie się, przestrzega zasad higieny spożywania posiłków | nauczyciel przyrody | marzec |
| Konkurs plastyczny „Wiem co jem” na temat zdrowego odżywiania | wykonanie plakatów, rzeźb, praca grupowai indywidualna | - rozbudza wyobraźnię plastyczną, dostrzegazależności między człowiekiem a przyrodą, rozwija umiejętności plastyczne | nauczyciele | kwiecień |
| „Pokaż nam swojezdrowe śniadanie” |  konkurs fotograficzny | - zdrowo odżywia się, pamięta o zjedzeniu śniadaniakażdego dnia | nauczyciele | październik |
| Wycieczka do Pizzerii Dominium | udział w warsztatach Małego Pizzera  | - potrafi kulturalnie zachować się przy stole  | nauczyciele | wrzesień |
| Wycieczka do „Muzeum Chleba” w Radzionkowie lub „Chlebowej Chaty”w Brennej | zwiedzanie muzeum, udział uczniów w warsztatach podczas samodzielnego wypieku chleba | - jest świadomy, że spośród najróżniejszych  wypieków nasz polski, tradycyjny chleb  nie ma sobie równego | nauczyciele | kwiecień |

MODUŁ III: AKTYWNOŚĆ RUCHOWA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** | **Odpowiedzialni** | **Terminy** |
| Omówienie regulaminów sali gimnastycznej i terenów sportowych wokół szkoły | zapoznanie uczniów z regulaminami obiektów sportowych | - uczeń bezpiecznie i higienicznie zachowuje się na obiektach sportowych, kształci właściwe zachowania, dba o sprzęt i pomoce dydaktyczne w pracowniach | nauczyciele | wrzesień, cały rok |
| Omówienie regulaminów wycieczek szkolnych, wyjść, zajęć terenowych | zapoznanie uczniów z regulaminami, procedurami wyjść, imprez i wycieczek szkolnych | - przestrzega zasad bezpieczeństwa, stosuje się do zasad zawartych w regulaminach i przepisach BHP | nauczyciele | cały rok |
| Zorganizowanie Dnia Sportu | gry, zabawy sportowe, konkursy, szkolne rozgrywki | - integruje społeczność szkolną, współpracuje w grupie, posiada umiejętność rywalizacji sportowej | nauczyciele wychowania fizycznego, nauczania zintegrowanegoi wychowawcy | wrzesień |
| Tańce i zabawy KLANZA | zabawy ruchowe i tańce integrujące | - aktywnie spędza czas wolny na przerwach, integruje grupę rówieśniczą, wspólnie bawi się | nauczyciele nauczania zintegrowanego | cały rok |
| Turniej Gier i zabaw ruchowych | gry, zabawy sportowe, konkursy, szkolne rozgrywki | - rywalizuje sportowo, chętnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych | nauczyciele wychowania fizycznego | marzec |
| Szkolne konkursy sportowe w zakresie różnych dyscyplin | konkurencje sprawnościowe, gry i zabawy ruchowe | - integruje dzieci, umie organizować czas wolny z pożytkiem dla własnego zdrowia | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Zajęcia na basenie miejskim | ćwiczenia gimnastyczne w wodzie, elementy nauki pływania | - rozwija i doskonali sprawność fizyczną, zapobiega wadom postawy | nauczyciele nauczania zintegrowanego | cały rok |
| Udział w konkursach sportowych pozaszkolnych | konkurencje sprawnościowe, gry i zabawy ruchowe | - reprezentuje szkołę na zawodach sportowych  na terenie miasta | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Zajęcia ruchowe dla dzieci świetlicy szkolnej | aerobik, turnieje sportowe, zabawy ruchowe | - poprawia swoją sprawnośći aktywność ruchową wśród uczniów | wychowawcy świetlicy | drugi semestr |
| Pozalekcyjne zajęcia rekreacyjno- sportowe dla klas IV - VI | zespołowe gry sportowe, tenis stołowy, gry i zabawy rekreacyjne | - podnosi swoją ogólną sprawność fizyczną, poznaje nowe gry i zabawy ruchowe | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Prowadzenie ćwiczeń relaksacyjnych w klasach integracyjnych | ćwiczenia relaksacyjne, ruchowe, muzykoterapia | - wycisza się, integruje się z grupą, eliminuje agresywne zachowania, poprawia koncentrację uwagi | dodatkowo zatrudnieni nauczyciele w celu współorganizowania kształcenia integracyjnego | cały rok |
| Ćwiczenia relaksacyjne w klasach I - III | ćwiczenia Dennisona, gimnastyka mózgu | - wycisza się, integruje się z grupą, eliminuje agresywne zachowania, poprawia koncentrację uwagi, współpracuje w grupie | nauczyciele nauczania zintegrowanego | cały rok |
| Międzyszkolny Konkurs Szkół Zaprzyjaźnionych „Rambit ekologiczno- sportowy” | konkurs dla uczniów Szkół Zaprzyjaźnionych – zadania konkursowe teoretycznez zakresu ekologii oraz konkurencje sportowe | - propaguje ideę ochrony przyrody, integruje się z uczniami, poszerza wiedzę na temat ochrony środowiska, wykorzystuje podstawową wiedzę ekologiczną i sozologiczną | nauczyciele przyrody, wychowania fizycznego, informatyki, plastyki | kwiecień |
| Szkolne Koło Tenisa Stołowego | zajęcia sportowe | - integruje się z uczniami, zna zasady gryw tenisa stołowego, uczy się podstawowych umiejętności technicznych i taktycznych niezbędnych podczas gry, rozwija zdolnościi umiejętności uczniów w celu lepszego przygotowania ich do konkursów szkolnychi międzyszkolnych | nauczyciel wychowania fizycznego | cały rok |
| Zajęcia terenowe dla klas II  | ścieżka zdrowia  | - umie poruszać się po najbliższej okolicy, doskonali kondycję fizyczną  | nauczyciele nauczania zintegrowanego | cały rok |
| Udział uczniów w Spartakiadzie Integracyjnej  | konkurencje sportowo – rekreacyjne | - integruje się z uczniami, zna zasady i reguły obowiązujące w konkurencjach  | nauczyciel wychowania fizycznego | czerwiec |
| Rozwijanie aktywności fizycznej poprzez taniec  | zajęcia taneczne, wyrażanie siebie i własnych emocji poprzez taniec | – integruje się z grupą rówieśniczą,doskonali sprawność fizyczną, relaksuje się poprzez taniec | nauczyciel wychowania fizycznego | listopad, luty |
| Uczestnictwo uczniów w zawodach sportowych organizowanych przez MOSiR  | zawody pływackie i biegi przełajowe | - bierze udział w międzyszkolnej rywalizacji, reprezentuje szkołę, rozwija swoją sprawność fizyczną | nauczyciele nauczania zintegrowanego | cały rok |
| Poznajemy sylwetki sławnych sportowców  | prezentacja multimedialna, gazetka tematyczna, album sławnych sportowców | – zna sławnych sportowców, którzy stanowią dla niego wzór do naśladowania | nauczyciele | cały rok |
| W młodym ciele zdrowy duch - zajęcia najmłodszych  | zajęcia i zabawy rekreacyjne na szkolnym placu zabaw | – rozwija sprawność fizyczną, doskonali umiejętność poruszania się na przyrządach gimnastycznych | nauczyciele | cały rok |
| Ćwiczenia usprawniające w sali sensorycznej  | zajęcia dla dzieci integrujących  | - wykonuje ćwiczenia w zakresie usprawniania zaburzonych funkcji w celu zniwelowania deficytów rozwojowych | terapeuta | cały rok |
| Udział w ogólnopolskiej akcji pod hasłem „WF z Klasą” | okrągły Stół - wybranie zadań do realizacji | - aktywnie uczestniczy w zajęciach sportowych | nauczyciele wychowania fizycznego | październik - luty |
| Dyskoteka dla uczniów klas IV-VI- spotkanie integracyjne | pląsy i zabawa przy muzyce | - integruje się z innymi uczniami  | Samorząd Uczniowski | listopad |
| Andrzejki - spotkanie integracyjne dla uczniów klas IV-VI | zabawa i wróżby andrzejkowe | - umie właściwie zachować się na imprezach szkolnych, kultywuje tradycję | nauczyciele świetlicy | listopad |
| Udział w przedstawieniuUkraińskiego Teatru Tańca | przedstawienie taneczne | - potrafi wspólnie z innymi bawić się  | nauczyciele wychowania fizycznego | styczeń |
| Bal karnawałowy - spotkanie integracyjnedla uczniów klas I - III | tańce i pląsy przy muzyce | - integruje sie z innymi uczniami poprzez wspólną zabawę | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Realizacja programu pod hasłem ,, Trzymaj formę” | Mistrzostwa Szkoły w piłce nożnej, rozgrywki międzyklasowe, gry i zabawy ruchowe | - zna zasady właściwego zachowania się w roli zawodnika, sędziego i kibica | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Udział uczniów w programie,,Bezpieczna Szkoła”. | rozgrywki sportowe  | - zna zasady właściwego zachowania się w roli zawodnika, sędziego i kibica | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Realizacja programu,,Zachowaj trzeźwy umysł” | gry i zabawy ruchowe | - spędza czas wolny z wykorzystaniem gier sportowych  | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Aktywna działalność Szkolnego Towarzystwa Sportowego | zawody sportowe | - potrafi rywalizować i biorą udział w międzyszkolnych zawodach sportowych  | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |
| Współpraca szkoły z miejskim basenem w Tychach | zawody pływackie | - uczestniczy w zawodach pływackich amatorów od najmłodszych lat | nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok |

MODUŁ: BEZPIECZNA SZKOŁA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadania/Treści** | **Procedury osiągania celów** | **Efekty** | **Odpowiedzialni** | **Terminy** |
| Omówienie regulaminów pracowni szkolnych | zapoznanie uczniów z regulaminami pracowni- pogadanki  | - przestrzega zasad bhp w pracowniach szkolnych, dba o sprzęt i pomoce dydaktyczne w pracowniach  | nauczyciele, wychowawcy | wrzesień |
| Omówienie regulaminów wycieczek szkolnych, wyjść, zajęć terenowych | zapoznanie uczniów z regulaminami, procedurami wyjść, imprez i wycieczek szkolnych  | - przestrzega zasad bezpieczeństwa, stosuje się do zasad zawartych w regulaminach i przepisach BHP | nauczyciele, wychowawcy | wrzesień |
| Omówienie regulaminów na różne okoliczności np. zagrożenie pożarowe, podłożenie bomby, ulatnianie się gazu i inne | zapoznanie uczniów z instrukcjami BHP na różne sytuacje, omówienie dróg ewakuacyjnych- pogadanki, działanie praktyczne  | - prawidłowo zachowuje się w sytuacjach różnych zagrożeń, stosuje się do przepisów BHP, regulaminów i procedur | nauczyciele, wychowawcy | wrzesień |
| Spotkanie „Bezpiecznie na drodze”  | przypomnienie zasad prawidłowego zachowania się na drodze w różnych sytuacjach, prezentacje multimedialne, wycieczki na skrzyżowania, spotkanie z policjantem  | - przestrzega przepisów ruchu drogowego i stosuje się do nich | policjant | wrzesień |
| Wycieczki na pobliskie skrzyżowanie i przejście dla pieszych – bezpieczeństwo w ruchu drogowym | bezpieczne przychodzenie przez ulicę, rondo, obserwacja znaków drogowych i sygnalizacji świetlnej na skrzyżowaniu  | - zna znaki drogowe i zasady bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię | nauczyciele | wrzesień |
| Bezpieczeństwo w drodze do szkoły- wycieczka | wycieczka po najbliższej okolicy | - zna zasady zachowania się w miejscach niebezpiecznych | nauczyciele | wrzesień |
|  „Bezpieczna droga do szkoły” - spotkanie ze Strażą Miejską | warsztaty z przedstawicielem Straży Miejskiej | - zna zasady ruchu drogowego | nauczyciele | wrzesień, październik |
| „Telefony alarmowe”- spotkanie ze Strażą Miejską | warsztaty z przedstawicielem Straży Miejskiej | - zna numery telefonów alarmowych i wie kiedy z nich korzystać | nauczyciele | listopad |
| „Prawa dziecka” - gra planszowa | konkurs plastyczno - techniczny | - zna prawa dziecka i poprzez grę popularyzuje je wśród innych uczniów | nauczyciele | listopad, grudzień |
| Apel pod hasłem „Zima wokół nas” | prezentacja "Bezpieczne ferie zimowe" | - bezpieczne zachowuje się w różnych sytuacjach, integruje się z innymi uczniami w szkole | wychowawcy,nauczyciele | styczeń |
|  Apel „Ferie - aktywnie i bezpiecznie” | prezentacja multimedialna  | - potrafi bezpiecznie spędzać czas podczas aktywności sportowej w czasie zimy | wychowawcy,nauczyciele | styczeń |
| Apel „Bezpieczne zabawy zimowe” | przedstawienie, scenki przygotowane przez uczniów i nauczycieli | - zdobywa nową wiedzę, wie gdzie bezpiecznie bawić się i jak zachować się w wolnym czasie | wychowawcy,nauczyciele | styczeń |
|  „Bezpieczne zabawy zimowe” - konkurs | konkurs plastyczny | - prezentuje bezpieczne zabawy zimowe, popularyzuje dziecięcą twórczość plastyczną | wychowawcy,nauczyciele | luty |
| Realizacja ogólnopolskiego programu „Kraina Tauronka” | prelekcja przeprowadzona przez pracownika Taurona | - wie jak świadomie, bezpiecznie i oszczędnie korzystać z urządzeń elektrycznych | wychowawcy,nauczyciele | cały rok |
| "Bezpieczny świetliczak" w domu i w szkole | konkurs wiedzy | - zna i stosuje zasady bhp w domu i w szkole | nauczyciele świetlicy | listopad |
| Uczestnictwo w projekcie „Bezpiecznie tu i tam”. | - prelekcje , pogadanki, filmy | - zna konsekwencje nadużywania komputerai Internetu | wychowawcy | cały rok |
| Stop przemocy.Jak zachowywać się w trudnych sytuacjach | - prezentacja multimedialna | - potrafi zachować się w trudnych sytuacjach | nauczyciel przyrody | październik |
| Fundacja Orange Bezpiecznie Tu i Tam. Rywalizacja na słowa „Bezpiecznie tu i tam” | - konkurs międzyszkolny | - dba o bezpieczeństwo swoje i innych | nauczyciele świetlicy | listopad |
| Realizacja programu „Bezpieczna i przyjazna szkoła” | zajęcia indywidualne i grupowe wg harmonogramu programu | - umie radzić sobie z zachowaniami agresywnymi, potrafi współżyć w grupie, zapobiega uzależnieniom | nauczyciele | listopad |
| Bezpieczeństwo podczas gier i zabaw ruchowych | ćwiczenia, tablice poglądowe, apele | - przestrzega regulaminów w czasie zajęć sportowych. | nauczyciele | cały rok |
| Żyjmy bezpiecznie  | scenki, pogadanki, praca z tekstem | - zdobywa nową wiedzęi doświadczenia o sobie samym | nauczyciele | listopad |
| Dzień Bezpiecznego Internetu | prelekcje, scenki, prezentacje | - uświadamia sobie zagrożenia tkwiącew Internecie, umiejętnie i bezpiecznie korzystaz zasobów sieci internetowej | nauczyciele informatyki,wychowawcy | luty |
| Lepszy Internet zależy od Ciebie - DBI | pogadanki, prezentacje, filmy; spotkanie z policjantem | - potrafi bezpiecznie korzystać z komputera i Internetu | nauczyciele informatyki,wychowawcy | luty |
| **Watch Guard Technologies** | Ogólnopolski konkurs plastyczny pt. „Strażnicy sieci” | - potrafi równoważyć czas spędzony online i offline | nauczyciele informatyki,wychowawcy | luty |
| Egzamin na kartę rowerową | przygotowanie uczniów do egzaminu teoretycznego i praktycznego na kartę rowerową zapoznanie z procedurami otrzymania karty rowerowej | - przestrzega zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym | nauczyciel techniki | czerwiec |

PROCEDURY OCENY SKUTECZNOŚCI DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH:

* monitoring efektów działań profilaktycznych w obrębie zespołu klasowego
* ocena i monitoring całokształtu działań profilaktycznych zawartych w programie
* opracowanie zakresu, celów, narzędzi i metod ewaluacji
* opracowanie wyników badań ewaluacyjnych
* przedstawienie RP, rodzicom i uczniom raportu z wyników ewaluacji
* opracowanie załącznika do Programu w oparciu o wnioski ewaluacyjne na następny rok.

OCZEKIWANE EFEKTY PROGRAMU:

Po zrealizowaniu powyższego programu uczniowie powinni:

* + zachować bezpieczeństwo podczas nauki, zabawy i odpoczynku
	+ przestrzegać zasad bezpieczeństwa w różnych sytuacjach
	+ przestrzegać nawyków higienicznych i dbać o higienę osobistą
	+ podejmować działania proekologiczne we własnym życiu i w najbliższym otoczeniu
	+ czuć się odpowiedzialnym za środowisko, w którym żyją
	+ racjonalnie zachowywać się i współpracować z rówieśnikami
	+ wykorzystać zdobytą wiedzę i dzielić się nią z innymi ludźmi oraz umieć ją wykorzystać podczas różnorodnych doświadczeń.

EWALUACJA PROGRAMU:

Celem ewaluacji programu będzie skuteczność stosowanych metod, atrakcyjność programu, praktyczność i użyteczność zagadnień.
Ewaluacja programu będzie polegała na systematycznym monitorowaniu zaplanowanych zadań.
Informacje niezbędne do ewaluacji pozyskiwane będą przez:

* rozmowy i wywiady z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły
* obserwację uczniów w różnych sytuacjach
* wymianę uwag, spostrzeżeń i własnych doświadczeń podczas spotkań Szkolnego Zespołu Wychowawczego,
 Zespołu do Spraw Promocji Zdrowia
* analizę dokumentów szkolnych
* sprawozdania i ewaluację projektów edukacyjnych
* ankiety
* analizę wytworów pracy uczniowskiej i ich zaangażowanie w działania promujące zdrowy styl życia
* porównanie wyników przed i po zakończeniu zajęć.

REALIZATORZY PROGRAMU:

* uczniowie
* dyrekcja szkoły
* nauczyciele i wychowawcy
* pedagog szkolny
* zespół ds. promocji zdrowia
* rodzice i opiekunowie.

BIBLIOGRAFIA:

1. Bondarowicz M., Zabawy i gry ruchowe. Podstawy metodyczne, AWF, Warszawa 1996, wyd. VI.

2. Kutzner – Kozińska M., Korekcja wad postawy, WSiP. Warszawa 1986.

3. Kutzner – Kozińska M., Wlaźnik K., Gimnastyka korekcyjna dla dzieci 6 – 10 letnich WSiP, Warszawa1995.

4. Trześniowski R., Zabawy i gry ruchowe, WSiP, Warszawa 1995.

5. Bondarowicz M., Zabawy w grach sportowych. WSiP, Warszawa 1995, wyd. II.

6. red. Jarosz M. Zasady prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży oraz wskazówki dotyczące zdrowego stylu życia.

 IŻŻ 2008, 12;241 - 252; 271 – 272.

7. red. Jarosz M, Bułhak – Jachymczyk B. Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych.

 Wydawnictwo Lekarskie PZWL i IŻŻ, Warszawa 2008, 432 - 446.

8. red. Jarosz M. Obiady szkolne z uwzględnieniem zasad Dobrej Praktyki Higienicznej oraz systemu HACCP dla posiłków szkolnych.

 IŻŻ Warszawa 2008, 53-55.

9. red. Gawęcki J. i Hryniewiecki L. Żywienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. PWN 2000, 450 - 460.

****