

Harmonogram

prac realizowanych w ramach programu

Szkoły Promującej Zdrowie

w Zespole Szkół Technicznych w Kolbuszowej

w roku szkolnym 2022/2023

„Promocja zdrowia to nauka i sztuka pomagania ludziom, by zmieniali swój styl życia na sprzyjający zdrowiu”

CEL GŁÓWNY:

Tworzenie warunków sprzyjających zdrowemu stylowi życia członków całej społeczności szkolnej.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- Kształtowanie dobrych relacji między: pracownikami i uczniami, uczniami, szkołą i rodzicami oraz społecznością lokalną;
- Kształtowanie pozytywnego obrazu samego siebie oraz uwrażliwianie na potrzeby innych
- Nabywanie przez uczniów prozdrowotnych nawyków żywieniowych
- Przestrzeganie zasad właściwego zachowania w szkole i poza nią
- Wdrażanie uczniów do spędzania czasu wolnego w sposób aktywny i bezpieczny oraz działań na rzecz zdrowia własnego i innych
- Zapewnienie odpowiednich warunków do pracy i nauki
- Umożliwienie uczniom rozwoju ich potencjału fizycznego, psychicznego, społecznego i duchowego oraz wzmacnianie ich poczucia własnej wartości
- Wyposażanie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania właściwych wyborów
- Włączanie do działań szkoły, szkolną służbę zdrowia, zwłaszcza do edukacji zdrowotnej
- Objęcie uczniów ze specjalnymi potrzebami pomocą psychologiczno-pedagogiczną

| Lp. | Planowane działania | Termin realizacji | Osoby odpowiedzialne |
|------------|--|----------------------------------|--|
| 1. | Opracowanie harmonogramu prac realizowanych w ramach Szkoły Promującej Zdrowie na rok szkolny 2022/2023 | Wrzesień 2022 | Koordynator E. Gut |
| 2. | Powołanie spośród nauczycieli ZST Szkolnego Zespołu Szkoły Promującej Zdrowie oraz spośród uczniów ZST Zespołu Szkolnych Liderów Zdrowia | Wrzesień 2022 | Koordynator E. Gut |
| 3. | Zapobieganie zakażeniom przenoszonym się drogą kropelkową, ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki zakażeń koronawirusem SARS CoV-2 oraz grypy; - promowanie i utrwalanie zasad profilaktyki i zasad higieny osobistej; - propagowanie szczepień p/grypie, profilaktyka szczepień przeciwko SARS-CoV-2 - pogadanki z uczniami na godzinach wychowawczych i lekcjach przedmiotowych, wzbudzanie odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje i innych. | Wrzesień 2022 – Czerwiec 2023 | Dyrektor szkoły, pedagog szkolny, wychowawcy klas, nauczyciele |
| 4. | Zapobieganie urazom i wypadkom w szkole, jej otoczeniu i w drodze do szkoły, kontrola obiektów szkolnych pod kątem BHP, próbna ewakuacja. Konsekwencje niewłaściwych zachowań w świetle prawa. Odpowiedzialność prawna nieletnich. Bezpieczeństwo w ruchu drogowym. Bezpieczne korzystanie z portali społecznościowych. - pogadanki na godzinach wychowawczych - spotkania z policjantem | Wrzesień 2022 – Czerwiec 2023 | Dyrekcja szkoły, Wychowawcy klas, zainteresowani nauczyciele, cała społeczność szkolna |
| 5. | Eliminowanie objawów wulgarności, przemocy w zachowaniach uczniów – określenie zasad współczesnego savoir vivre. Integracja i adaptacja w środowisku | Wrzesień 2022 – Styczeń 2023 | Nauczyciele, wychowawcy klas, uczniowie |

| | | | |
|----|--|----------------------------------|---|
| | <p>rówieśniczym. Prawa ucznia a odpowiedzialność za własne czyny.</p> <p>-ułożenie przez klasy zasad współczesnego savoir-vivre</p> <p>- przeprowadzenie pogadank na lekcjach wychowawczych</p> <p>- Organizacja „Szkołnego Dnia Życzliwości i Uśmiechu”</p> <ul style="list-style-type: none"> zebranie przez klasy cytatów i myśli na temat serdeczności, przyjaźni i życzliwości i wykonanie plakatu w formacie A2 <p>Konkurs na najciekawszy plakat</p> | Październik 2022 | |
| 6. | <p>Rozpoznawanie i rozwiązywanie problemów związanych z agresją i przemocą wśród uczniów:</p> <p>- ankiety wśród uczniów i rodziców</p> <p>- obserwacja uczniów podczas przerw i zajęć lekcyjnych</p> <p>- pogadanki na lekcjach wychowawczych</p> | Wrzesień 2022 – Czerwiec 2023 | Pedagog szkolny, pedagog specjalny, psycholog, wychowawcy klas |
| 7. | <p>Diagnoza stanu zdrowotnego uczniów (badanie młodzieży w gabinecie higienistki szkolnej): ważenie, mierzenie, obliczanie wskaźnika BMI, bieżące rozwiązywanie problemów zdrowotnych.</p> | Wrzesień 2022 – Czerwiec 2023 | Higienistka szkolna |
| 8. | <p>Udział w Ogólnopolskich programach prozdrowotnych:</p> <ul style="list-style-type: none"> „Znamię? Znam je! Z zakresu profilaktyki czerniaka „Podstępne WZW” z zakresu profilaktyki WZW typu C „Wybierz Życie – Pierwszy | Wrzesień 2022 – Czerwiec 2023 | Nauczyciele biologii i wdż, wychowawcy klas |

| | | | |
|-----|---|--|--|
| | <p>Krok” z zakresu profilaktyki raka szyjki macicy</p> <ul style="list-style-type: none"> „Ars – czyli jak dbać o miłość” z zakresu profilaktyki uzależnień | | |
| 9. | <p>Dbając o Ziemię dbasz o zdrowie.</p> <p>Angażowanie uczniów w działania na rzecz poprawy jakości środowiska, rozwijanie proekologicznych nawyków i zachowań.</p> <p>- segregowanie odpadów, organizacja zbiórek baterii, makulatury, nakrętek</p> | Wrzesień 2022 – Czerwiec 2023 | Nauczyciele biologii, geografii, wychowawcy klas, zainteresowani nauczyciele |
| 10. | <p>Przeprowadzenie ankiet w kl. I na temat nawyków żywieniowych uczniów.</p> | Październik -listopad 2022 | Wychowawcy klas I, pedagog szkolny, Zespół Szkolnych Liderów Zdrowia |
| 11. | <p>Promowanie wśród uczniów zdrowych nawyków żywieniowych poprzez akcje promujące zdrowie:</p> <ul style="list-style-type: none"> „Wiem co jem” – konkurs wiedzy dla klas 1 „Tropem witamin „– prezentacja multimedialna dla zainteresowanych uczniów | Cały rok szkolny 2022-2023 | Wychowawcy klas, nauczyciele biologii, |
| | | Listopad 2022 | |
| | | Marzec 2023 | |
| 12. | <p>Propagowanie „Zdrowego Stylu Życia” poprzez włączenie tematyki prozdrowotnej do lekcji wychowawczych:</p> <p>- Narkotyki i dopalacze - Walka z nadwagą</p> | Cały rok szkolny | Wychowawcy klas, nauczyciele biologii, pedagog szkolny, Zespół Szkolnych Liderów Zdrowia |
| 13. | <p>Udział w ogólnopolskich akcjach: Międzynarodowy Dzień Walki z WZWC (1X) Światowy Dzień Walki z Cukrzycą (14 XI) Światowy Dzień Życzliwości i Pozdrowień (21 XI) Światowy Dzień AIDS (1 XII), Światowy Dzień Zdrowia (7 IV), Światowy Dzień bez Papierosa (31 V), Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych (03.XII);</p> | 1 X 2022 14 XI 2022 21 XI 2022 1 XII 2022 7 IV 2023 31 V 2023 3 XII 2022 | Zainteresowani uczniowie i nauczyciele |
| 14. | Ruch to zdrowie. | Cały rok | Nauczyciele |

| | | | |
|-----|---|-----------------------|--|
| | Zawody i Zajęcia sportowo rekreacyjne w różnych dyscyplinach | | wychowania fizycznego |
| 15. | Konkurs szkolny na temat zdrowego odżywiania się: <ul style="list-style-type: none"> Konkurs wiedzy o żywności i żywieniu | Marzec, kwiecień 2023 | Zainteresowani nauczyciele i uczniowie klas |
| 16. | Udział w konkursach z zakresu zdrowia oraz profilaktyki organizowanych przez inne szkoły i instytucje | Cały rok szkolny | Zainteresowani uczniowie i nauczyciele |
| 17. | Współpraca z Poradnią Pedagogiczno-Psychologiczną, Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną i Szpitalem Powiatowym w Kolbuszowej | Cały rok szkolny | Pedagog szkolny i zainteresowani nauczyciele |
| 18. | Realizacja zadań zawartych w Szkolnym Programie Profilaktyki | Cały rok szkolny | Nauczyciele realizujący zadania z programu profilaktyki |
| 19. | Publiczne przekazywanie informacji o zadaniach realizowanych w ramach Szkoły Promującej Zdrowie i zamieszczanie ich na stronie internetowej szkoły i w lokalnej prasie. | Na bieżąco | Nauczyciele i uczniowie realizujący poszczególne zadania |
| 20. | Opracowanie sprawozdania z realizacji zadań ujętych w harmonogramie Szkoły Promującej Zdrowie za rok szkolny 2022/2023 | Czerwiec 2023 | Koordynator E. Gut |

Program może ulec modyfikacji w zależności od potrzeb wynikłych w ciągu roku.

Opracowała: Elżbieta Gut- szkolny koordynator

Szkoły Promującej Zdrowie