

# **PROGRAM SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE**

**Program opracował:**

**Zespół Szkoły Promującej Zdrowie**

**działający w Gimnazjum nr 2 im. A. Prądzyńskiego we Wrześni**

Termin realizacji: 01.09.2013 r. – 30.05.2016 r.

Od wielu lat troska o zdrowie uczniów i pracowników jest priorytetem działań Gimnazjum nr 2 we Wrześni. Poniższy program jest zgodny z programem wychowawczym i profilaktycznym szkoły, stanowi jego rozwinięcie i uszczegółowienie.

### **Założenie:**

Edukacja zdrowotna jest ważnym elementem programu nauczania szkoły, gwarantuje lepszą jakość życia.

### **Cele:**

- uświadomienie jedności osoby ludzkiej jako składającej się z ciała ducha i umysłu oraz wzajemnego oddziaływania poszczególnych sfer – podejście holistyczne
- przekazanie wiedzy na temat zdrowia i czynników które mogą istotnie wpłynąć na jego stan
- kształtowanie aktywnej postawy względem własnego zdrowia
- rozwijanie umiejętności podejmowania właściwych decyzji celem poprawy jakości życia

### **Ewaluacja:**

Zbieranie informacji na temat stopnia realizacji programu i osiągnięcia wyznaczonych celów odbędzie się poprzez analizę dokumentów takich jak: protokoły, sprawozdania, wyniki ankiet, zapisy w dziennikach oddziałowych, a także rozmowy, obserwacje, autorefleksje uczestników projektu, prezentacje, wystawy, zdjęcia.

<b>Zagadnienie I Zdrowie</b>				
<b>Lp.</b>	<b>Zadania</b>	<b>Czynności i sposób realizacji</b>	<b>Odpowiedzialni</b>	<b>Terminy</b>
1.	Przekazanie uczniom niezbędnej wiedzy na tema zdrowia i czynników wpływających na jego utrzymanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prowadzenie lekcji wychowawczych poświęconych zdrowiu</li> <li>• gazetki</li> <li>• filmy</li> <li>• plakaty</li> </ul>	pielęgniarka, wychowawcy, nauczyciele w-f, techniki, biologii	cały czas realizacji projektu
2.	Przeprowadzenie rady szkoleniowej „Każdy nauczyciel promotorem zdrowia – realizacja wychowania zdrowotnego w szkole”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prelekcja</li> <li>• dyskusja</li> </ul>	dyrekcja	luty
3.	Propagowanie czytelnictwa z zakresu wiedzy o zdrowiu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyeksponowanie literatury prozdrowotnej w bibliotece szkolnej</li> <li>• zachęcanie do czytania artykułów na temat zdrowia</li> <li>• ciekawe artykuły prezentowane na godzinach wychowawczych</li> </ul>	nauczyciele bibliotekarze, wychowawcy, nauczyciele przedmiotów	cały czas realizacji projektu
4.	Przekazanie informacji na temat konieczności wykonywania badań profilaktycznych oraz pożytku płynącego ze szczepień ochronnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierowanie uczniów na szczepienia ochronne</li> <li>• pogadanka,</li> <li>• plakat</li> </ul>	pielęgniarka nauczyciele biologii	cały czas realizacji projektu
5.	Przeprowadzenie wśród uczniów badań okresowych i zapoznanie rodziców z ich wynikami	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ważenie, mierzenie</li> <li>• pomiar ciśnienia krwi</li> <li>• badanie wzroku</li> </ul>	pielęgniarka	cały czas realizacji projektu
6.	Udział uczniów w konkursie plastycznym na plakat o zdrowiu, w ramach	<ul style="list-style-type: none"> <li>• plakat</li> </ul>	nauczyciel plastyki	październik

	realizacja programu „Bądźmy zdrowi wiemy więc działamy”			
7.	Udział uczennic klas III w warsztatach z profilaktyki raka piersi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prelekcja</li> <li>• pogadanka</li> <li>• ćwiczenia na fantomie</li> <li>• spotkanie z przedstawicielkami Klubu Amazonek</li> </ul>	zespół szkoły promującej zdrowie	listopad
8.	Odwiedziny chorych w szpitalu, w ramach Światowego Dnia Chorego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowanie repertuaru piosenek</li> <li>• przygotowanie upominków</li> </ul>	nauczyciele muzyki, techniki	luty
9.	Organizacja obchodów Światowego Dnia Zdrowia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowanie scenariusza</li> <li>• przeprowadzenie happeningu</li> </ul>	nauczyciele j.polskiego, zespół szkoły promującej zdrowie	kwiecień

**Zagadnienie III  
Racjonalne odżywianie**

Lp.	Zadania	Czynności i sposób realizacji	Odpowiedzialni	Terminy
1.	Umożliwienie uczniom i pracownikom spożywania obiadów w stołówce szkolnej	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowanie posiłków urozmaiconych, zgodnych z obowiązującymi normami żywienia</li> <li>• układanie jadłospisów dekadowych uwzględniających w przygotowywanych posiłkach niezbędne składniki pokarmowe dla danej grupy wiekowej</li> <li>• podawanie kaloryczności poszczególnych potraw</li> <li>• zebranie niezbędnych funduszy</li> </ul>	kierownik stołówki szkolnej, intendentka, personel kuchni, rodzice, instytucje wspomagające dożywianie dzieci	cały czas realizacji projektu
2.	Umożliwienie uczniom z klas sportowych spożywania produktów mlecznych, dwa razy w tygodniu Dla wszystkich klas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zorganizowanie dostawy produktów mlecznych do szkoły</li> <li>• pozyskanie funduszy na ich zakup</li> </ul>	kierownik stołówki szkolnej, rodzice	cały czas realizacji projektu
3.	Wzbogacenie asortymentu sklepiku szkolnego o produkty zdrowej żywności (owoce, warzywa, jogurty, kefiry, soki)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zorganizowanie dostawy produktów zdrowej żywności do sklepiku</li> <li>• promocja zdrowej żywności wśród uczniów</li> </ul>	dyrekcja szkoły agent sklepiku, opiekunowie samorządu uczniowskiego	cały czas realizacji projektu
4.	Zmiana asortymentu automatu z napojami	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyeliminowanie napoi z kofeiną</li> <li>• wprowadzenie napoi mlecznych i soków owocowych</li> </ul>	dyrekcja szkoły agent automatu, opiekunowie samorządu uczniowskiego	cały czas realizacji projektu
5.	Przeprowadzenie degustacji produktów zdrowej żywności podczas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zorganizowanie dostawy produktów zdrowej żywności</li> </ul>	opiekunowie samorządu uczniowskiego	wrzesień, październik

	długich przerw	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przeprowadzenie degustacji</li> </ul>		
6.	Przeprowadzenie pedagogizacji rodziców na temat potrzeb żywieniowych dzieci w wieku dojrzewania oraz zagrożeń związanych ze spożywaniem napoi energetyzujących	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowanie i wygłoszenie referatu na spotkaniu z rodzicami</li> </ul>	zespół szkoły promującej zdrowie, wychowawcy	wrzesień
7.	Prowadzenie zajęć na temat zdrowego odżywiania i prawidłowych nawyków żywieniowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie scenariuszy zajęć z różnych przedmiotów</li> <li>• przeprowadzenie zajęć</li> <li>• emisja filmów</li> <li>• wykonanie gazetek ściennych</li> <li>• wykonanie prac plastycznych</li> <li>• prezentacji multimedialnych</li> <li>• artykułów w gazetce szkolnej</li> </ul>	wychowawcy, nauczyciele w-f, j. polskiego, j. obcych, matematyki, historii, religii, biologii, techniki	cały czas realizacji projektu
8.	Zapoznanie uczniów ze sposobami prawidłowego przechowywania i konserwacji żywności oraz zapoznanie ze skutkami błędów w przechowywaniu produktów spożywczych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanki</li> <li>• pokazy</li> </ul>	nauczyciele techniki	wrzesień
9.	Uczniowie poznają istotę wykorzystywania wysokiej jakości produktów świeżych do przyrządzania posiłków oraz wpływ obróbki cieplnej na produkty spożywcze	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanki</li> <li>• przygotowanie: surówek warzywnych sałatek owocowych, kanapek na ciemnym pieczywie, koreczków, koktajli owocowych i warzywnych</li> </ul>	nauczyciele techniki	październik
10.	Zapoznanie uczniów z budową i funkcją składników pokarmowych,	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanki</li> <li>• doświadczenia na wykrywanie</li> </ul>	nauczyciele techniki, biologii, chemii	październik – styczeń

	oraz z zasadami prawidłowego żywienia	węglowodanów, białek i tłuszczów w produktach spożywczych		
11.	Omówienie roli witamin i składników odżywczych oraz wskazanie różnic między żywnością ekologiczną a GMO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• referaty</li> <li>• pogadanki</li> <li>• prezentacje multimedialne</li> <li>• gazetki</li> </ul>	wychowawcy, nauczyciele biologii, techniki	październik
12.	Zapoznanie uczniów ze skutkami błędów żywieniowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanki</li> <li>• postery</li> <li>• prezentacje multimedialne</li> </ul>	pielęgniarka nauczyciele techniki, biologii	listopad
13.	Uczniowie analizują grupy produktów tworzących piramidę zdrowego żywienia oraz talerz zdrowia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• konkurs plastyczny na poprawną i jednocześnie najbardziej pomysłową piramidę zdrowego żywienia oraz talerz zdrowia</li> </ul>	nauczyciele techniki, biologii, wychowawcy	październik
14.	Zapoznanie uczniów z zasadami tworzenia prawidłowego jadłospisu z uwzględnieniem zapotrzebowania kalorycznego oraz wydatków energetycznych związanych z wykonywaniem określonych czynności	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanka</li> <li>• tworzenie jadłospisów</li> </ul>	nauczyciele techniki, intendentka, dietetyk	listopad
15.	Udział uczniów w konkursie Zdrowy Styl Życia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowanie i przeprowadzenie etapu szkolnego</li> <li>• pomoc uczniom w przygotowaniu do konkursu i znalezieniu dodatkowej literatury</li> </ul>	nauczyciele biologii	październik, grudzień
16.	Realizacja programu „Jedz smacznie i kolorowo”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• realizacja zadań wg programu organizatorów</li> </ul>	nauczyciele techniki	cały czas realizacji projektu
	Obchody Pierwszego Dnia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie</li> </ul>		

17.	Wiosny w ramach realizacji programu „Trzymaj Formę”	scenariusza Pierwszego Dnia Wiosny <ul style="list-style-type: none"> <li>• zaproszenie specjalistów z zakresu odżywiania</li> <li>• przygotowanie niezbędnych rekwizytów</li> <li>• konkurs na talerz zdrowia</li> <li>• konkurs na stół wielkanocny</li> </ul>	opiekunowie samorządu uczniowskiego, pracownik PSSE we Wrześni, wychowawcy klas	marzec
18.	Organizacja Festynu Rodzinnego w ramach realizacji programu „Trzymaj formę”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie scenariusza</li> <li>• zaproszenie firm ze zdrową żywnością</li> <li>• przeprowadzenie rywalizacji sportowych oraz zabaw i występów na świeżym powietrzu</li> </ul>	zespół szkoły promującej zdrowie	maj



**Zagadnienie IV  
Higiena ciała i umysłu**

<b>Lp.</b>	<b>Zadania</b>	<b>Czynności i sposób realizacji</b>	<b>Odpowiedzialni</b>	<b>Terminy</b>
1.	Kształtowanie wśród uczniów nawyków higienicznych	<ul style="list-style-type: none"> <li>zachęcanie do kąpieli w łaźniach szkolnych po lekcjach w-f</li> <li>pogadanki na temat higieny osobistej</li> </ul>	nauczyciele w-f, wychowawcy, pielęgniarka	cały czas realizacji projektu
2.	Zapoznanie uczniów z budową i funkcją skóry oraz chorobami wynikającymi z braku higieny	<ul style="list-style-type: none"> <li>pogadanki</li> <li>filmy</li> <li>prezentacje multimedialne</li> </ul>	nauczyciele biologii, w-f, pielęgniarka	wrzesień
3.	Przekazanie uczniom i rodzicom wiedzy na temat grypy, wszawicy i grzybicy uczniom oraz ich rodzicom	<ul style="list-style-type: none"> <li>pogadanka</li> <li>gazetka</li> </ul>	wychowawcy, pielęgniarka, nauczyciele biologii	styczeń
4.	Uświadomienie uczniom jak ważna dla ich zdrowia jest organizacja pracy i wypoczynku	<ul style="list-style-type: none"> <li>opracowanie i przeprowadzenie ankiety wśród młodzieży na temat organizacji pracy i wypoczynku</li> <li>przedstawienie wyników w gazetce szkolnej</li> <li>nauka podejmowania decyzji (doba ma 24 godz. na co je przeznaczysz?)</li> </ul>	opiekunowie samorządu, wychowawcy, psycholog, pedagogzy	styczeń
5.	Przekazanie informacji na temat stresu. Kształtowanie umiejętności radzenia sobie ze stresem	<ul style="list-style-type: none"> <li>warsztaty psychologiczne</li> <li>trening relaksacyjny</li> </ul>	psycholog szkolny, pedagogzy, wychowawcy	luty
6.	Omówienie konstruktywnych sposobów radzenia sobie z emocjami i ich wykorzystanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>warsztaty psychologiczne</li> <li>realizacja scenariuszy zajęć</li> </ul>	psycholog szkolny, pedagogzy, nauczyciele w-f, religii, wych. do życia w rodz.,	luty

			biologii	
7.	Praca nad kształtowaniem poczucia własnej wartości oraz tworzeniem dobrych relacji z innymi – postawa ja jestem ok i Ty jesteś ok	<ul style="list-style-type: none"> <li>warsztaty psychologiczno – pedagogiczne dla uczniów</li> </ul>	psycholog, pedagogzy	grudzień
8.	Poszerzanie kompetencji wychowawczych rodziców i wychowawców, szczególnie uczniów sprawiających problemy wychowawcze. Realizacja programu ART. – program zastępowania agresji	<ul style="list-style-type: none"> <li>warsztaty</li> </ul>	psycholog we współpracy z Poradnią Psychologiczno - Pedagogiczną	marzec
9.	Kształtowanie zgodnego z przyjętymi normami zachowania uczniów podczas lekcji. Realizacja programu ART. – program zastępowania agresji	<ul style="list-style-type: none"> <li>monitorowanie zajęć lekcyjnych, na których występują problemy związane z zachowaniem</li> <li>analiza zaburzonych zachowań, poszukiwanie ich przyczyn i eliminowanie</li> <li>warsztaty dla uczniów</li> </ul>	psycholog, pedagogzy, nauczyciele	cały czas realizacji projektu
10.	Kształtowanie kompetencji społecznych u uczniów wykazujących zaburzenia zachowania. . Realizacja programu ART. – program zastępowania agresji	<ul style="list-style-type: none"> <li>warsztaty</li> </ul>	psycholog, pedagogzy	październik
11.	Kształtowanie postawy tolerancji opartej na dostrzeganiu bogactwa w różnicach indywidualnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>realizacja zajęć z klasą europejską w ramach programu tolerancja</li> </ul>	psycholog wychowawca	Listopad - kwiecień
12.	Zapoznanie uczniów z zasadami higienicznego trybu życia	<ul style="list-style-type: none"> <li>pogadanka</li> <li>tworzenie zestawów ćwiczeń odprężających i pobudzających</li> <li>gazetka</li> <li>układanie harmonogramu dnia dla ucznia gimnazjum</li> </ul>	nauczyciele w-f, biologii, religii	listopad
	Organizacja letniego i	<ul style="list-style-type: none"> <li>opracowanie</li> </ul>	dyrekcja szkoły,	

13.	zimowego wypoczynku	<p>programu obozu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zabezpieczenie bazy noclegowej i żywieniowej</li> <li>• pozyskanie funduszy</li> </ul>	nauczyciele wf, j.angielskiego	luty, sierpień
14.	Uczniowie poznają jak istotne dla zdrowia jest utrzymanie czystości i porządku podczas przygotowywania posiłków	<ul style="list-style-type: none"> <li>• film</li> <li>• prezentacja multimedialna</li> <li>• instruktaż</li> <li>• pokaz</li> <li>• pogadanka</li> </ul>	nauczyciele techniki, kierownik świetlicy i stołówki szkolnej	październik
15.	Obchody Pierwszego Dnia Wiosny	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spotkanie z kosmetyczką</li> <li>• pogadanka połączona z pokazem jak dbać o skórę w wieku dojrzewania</li> </ul>	opiekunowie samorządu uczniowskiego, kosmetyczka, wychowawcy klas	marzec
16.	Uświadomienie uczniom, że powinni odnosić się z szacunkiem do własnego ciała i ducha	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozmowa kierowana</li> <li>• praca z tekstem</li> <li>• praca z obrazem</li> <li>• kolaż</li> <li>• wypełnianie kart pracy</li> </ul>	wszyscy nauczyciele, pracownicy szkoły	kwiecień
17.	Omówienie znaczenia dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami dla zdrowia własnego i innych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dyskusja</li> <li>• poster</li> </ul>	nauczyciele religii, w-f, wych. do życia w rodz., biologii, psycholog, pedagog	wrzesień
18.	Remont pomieszczeń szkolnych, sukcesywny zakup szafek dla uczniów	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pozyskanie niezbędnych środków finansowych</li> <li>• przygotowanie specyfikacji istotnych warunków zamówienia</li> </ul>	dyrekcja szkoły	cały czas realizacji projektu
19.	Wzbogacanie bazy dydaktycznej szkoły	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pozyskanie niezbędnych środków finansowych</li> <li>• przygotowanie specyfikacji istotnych warunków zamówienia</li> </ul>	dyrekcja szkoły	cały czas realizacji projektu

## Zagadnienie V Bezpieczeństwo

Lp.	Zadania	Czynności i sposób realizacji	Odpowiedzialni	Terminy
1.	Zapoznanie uczniów z podstawowymi zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy na poszczególnych zajęciach oraz najczęstszymi urazami podczas zajęć ruchowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• instruktaż</li> <li>• pogadanka</li> </ul>	nauczyciele techniki, chemii, fizyki, w-f, biologii,	wrzesień
2.	Zapoznanie uczniów z zasadami bezpiecznego funkcjonowanie w szkole (w izbach lekcyjnych, toaletach, na korytarzach, w świetlicy, stołówce i boisku)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• komunikat dyrektora szkoły</li> <li>• instruktaż</li> <li>• pogadanka</li> </ul>	dyrekcja szkoły wychowawcy	wrzesień
3.	Przekazanie informacji na temat odpowiedzialności karnej nieletnich podczas spotkań z policjantami i strażnikami miejskimi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prelekcja</li> <li>• dyskusja</li> </ul>	pedagodzy	październik
4.	Przekazanie informacji dotyczących niebezpieczeństw podczas ferii zimowych i wakacji letnich	<ul style="list-style-type: none"> <li>• instruktaż</li> <li>• pogadanka</li> </ul>	wychowawcy	styczeń, czerwiec
5.	Zapoznanie uczniów z zasadami bezpiecznego udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pokaz</li> <li>• instruktaż</li> <li>• pogadanka</li> <li>• ćwiczenie na fantomach</li> </ul>	nauczyciele edukacji dla bezpieczeństwa, ratownicy PCK	lutym - czerwiec
6.	Organizacja kursu pierwszej pomocy dla zainteresowanych uczniów	<ul style="list-style-type: none"> <li>• szkolenie</li> </ul>	opiekun Szkolnego Koła PCK, instruktorzy,	maj

			ratownicy PCK	
7.	Przekazanie wiedzy na temat skutków wychłódzeń, udaru ciepłego i słonecznego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanka</li> <li>• realizacja założeń programowych przedmiotu edukacja dla bezpieczeństwa</li> </ul>	nauczyciele edukacji dla bezpieczeństwa, ratownicy PCK	marzec
8.	Przekazanie uczniom niezbędnej wiedzy na temat bezpieczeństwa w sieci oraz bezpiecznych kontaktów przez Internet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanka</li> <li>• pokaz</li> </ul>	nauczyciele informatyki	wrzesień
9.	Kształtowanie odpowiedzialności za słowo. Wzbudzenie refleksji nad używaniem Internetu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• realizacja godzin wychowawczych w klasach drugich</li> </ul>	pedagodzy, psycholog	maj
10.	Realizacja programu „Wróć bez HIV” oraz udział w „Kampanii HIV/AIDS”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gazetka</li> <li>• audycja przez radiowęzeł</li> <li>• Turniej wiedzy o HIV i AIDS</li> </ul>	nauczyciele biologii	grudzień
11.	Wykorzystanie monitoringu wewnątrzszkolnego w celu zwiększenia poczucia bezpieczeństwa uczniów i pracowników szkoły	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rejestrowanie i przechowywanie kaset z monitoringu do 7 dni</li> </ul>	dyrekcja szkoły, pracownicy obsługi	cały czas realizacji projektu
12.	Opieka medyczna podczas zawodów sportowych (w dni powszednie i weekendy)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zapewnienie środków finansowych na realizację ochrony zdrowia</li> <li>• pozyskanie wykwalifikowanej kadry medycznej</li> </ul>	pielęgniarka dyrekcja szkoły	cały czas realizacji projektu

**Zagadnienie VI  
Przeciwdziałanie nałogom**

<b>Lp.</b>	<b>Zadania</b>	<b>Czynności i sposób realizacji</b>	<b>Odpowiedzialni</b>	<b>Terminy</b>
1.	Omówienie szkód zdrowotnych i społecznych związanych z nadużywaniem alkoholu, tytoniu i środków psychotropowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• film</li> <li>• pogadanka</li> <li>• gazetka</li> </ul>	nauczyciele w-f, biologii, religii, wych. do życia w rodz. pedagogzy	październik maj
2.	Zapoznanie uczniów ze sposobami kulturalnego ale stanowczego odmawiania. Ćwiczenie postaw asertywnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• warsztaty</li> <li>• pogadanki</li> </ul>	psycholog, pedagogzy wychowawcy	październik maj
3.	Udostępnianie rodzicom testów do wykrywania narkotyków lub informowanie gdzie można je nabyć	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozmowa profilaktyczna</li> <li>• instruktaż</li> </ul>	pedagogzy	cały czas realizacji projektu
4.	Badanie alkomatem, udostępnienie okularów promilowych, prezentacja atrapy narkotyków podczas Festynu Rodzinnego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pokaz</li> </ul>	zespół szkoły promującej zdrowie, policjanci	maj
5.	Zapewnienie młodzieży alternatywnych, tj. zdrowych sposobów spędzania czasu wolnego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zajęcia pozalekcyjne, kółka zainteresowań, wyjazdy do kina, teatru, organizacja wycieczek, rajdów</li> </ul>	Dyrekcja szkoły, nauczyciele przedmiotów, wychowawcy	cały czas realizacji projektu
6.	Propagowanie idei wolontariatu poprzez działania Szkolnego Koła Wolontariatu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• udział młodzieży w zbiórkach żywności, kwestach, organizacji imprez na rzecz krwiodawców, niepełnosprawnych,</li> </ul>	opiekunowie Szkolnego Koła Wolontariatu	cały czas realizacji projektu

		<p>dzieci, zwierząt</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• praca wolontariuszy w przedszkolach, schronisku dla zwierząt, Warsztatach Terapii zajęciowej</li> </ul>		
7.	<p>Realizacja scenariuszy godzin wychowawczych w ramach realizacji programu „Znajdź właściwe rozwiązanie” – zapobieganie skutkom palenia tytoniu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowanie scenariuszy</li> <li>• przeprowadzenie zajęć</li> </ul>	<p>nauczyciele biologii, wychowawcy, pedagodzy, psycholog</p> <p>zapraszanie osób z zewnątrz (specjalistów)</p>	<p>maj</p>
8.	<p>Realizacja programu „Zachowaj Trzeźwy umysł”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• realizacja zadań wg programu organizatorów</li> </ul>	<p>pedagodzy, nauczyciele zajęć artystycznych, wychowawcy</p>	<p>wrzesień październik listopad</p>
9.	<p>Udział przedstawicieli społeczności uczniowskiej w szkoleniu Młodzieżowych Liderów Zdrowia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• szkolenie</li> </ul>	<p>koordynator zdrowia</p>	<p>maj</p>
10.	<p>Udział uczniów w happeningu z okazji „Dnia Bez Papierosa”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie scenariusza happeningu</li> <li>• przygotowanie rekwizytów</li> <li>• przygotowanie uczniów do występu</li> </ul>	<p>nauczyciele j.polskiego</p>	<p>maj</p>
11.	<p>Kształtowanie postawy negatywnej w odniesieniu do palenia papierosów, opartej na wywołaniu dysonansu poznawczego i łagodzeniu buntu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• właściwe monitorowanie toalet</li> <li>• właściwe reagowanie na uczniów palących bez destrukcyjnej przesady i zbędnych emocji</li> <li>• przygotowanie plakatu stanowiącego antyreklamę palenia przez każdego ucznia i wyraźne podpisanie go</li> <li>• dokładna analiza plakatów podczas lekcji plastyki</li> <li>• wystawa prac na korytarzach szkolnych</li> </ul>	<p>pracownicy szkoły, nauczyciel plastyki</p>	<p>cały czas realizacji projektu</p>

--	--	--	--	--



**Zagadnienie II  
Aktywność fizyczna**

<b>Lp.</b>	<b>Zadania</b>	<b>Czynności i sposób realizacji</b>	<b>Odpowiedzialni</b>	<b>Terminy</b>
1.	Uświadomienie uczniom jakie zmiany i korzyści zachodzą w organizmie w czasie wysiłku fizycznego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• film</li> <li>• pogadanka</li> <li>• referat</li> <li>• artykuł w gazetce szkolnej</li> </ul>	nauczyciele w-f, biologii	październik
2.	Zachęcanie uczniów do doskonalenia swojej sprawności fizycznej i wykonywania ćwiczeń na miarę swoich możliwości.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gazetka</li> <li>• pogadanka</li> <li>• referaty</li> <li>• projekty edukacyjne</li> <li>• pochwała uczniów najbardziej aktywnych</li> </ul>	nauczyciele w-f	cały czas realizacji projektu
3.	Zachęcanie uczniów do udziału w dodatkowych zajęciach sportowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uatrakcyjnienie oferty kierowanej do uczniów</li> <li>• zajęcia rekreacyjne</li> </ul>	nauczyciele w-f	cały czas realizacji projektu
4.	Wdrażanie uczniów do organizacji oraz uczestnictwa w imprezach i zawodach sportowych,	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyznaczenie zadań dla uczniów uczestniczących w organizacji imprez i zawodów sportowych</li> <li>• rozmowy motywujące</li> </ul>	nauczyciele w-f	cały czas realizacji projektu
5.	Organizacja Dnia Sportu Szkolnego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie scenariusza</li> <li>• wyznaczenie odpowiedzialnych za poszczególne zadania</li> </ul>	nauczyciele w-f	czerwiec
6.	Organizacja rajdów i wycieczek szkolnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uczniowie pomagają planować wycieczki i wyznaczać trasy rajdów</li> <li>• przeprowadzenie rajdów, wycieczek</li> <li>• opracowanie mapy ciekawych miejsc</li> </ul>	nauczyciele geografii, w-f, wychowawcy	cały czas realizacji projektu

7.	Organizacja etapu szkolnego i powiatowego Maratonu Zdrowia i Sprawności Fizycznej w ramach realizacji programu „Bądźmy zdrowi wiemy więc działamy”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie scenariusza</li> <li>• przeprowadzenie konkursów i rywalizacji</li> </ul>	nauczyciele w-f, pedagog	czerwiec
8.	Organizacja Gry Miejskiej w ramach realizacji programu „Bądźmy zdrowi wiemy więc działamy”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie scenariusza,</li> <li>• zaliczanie punktów przez uczestników, happening, ognisko</li> </ul>	zespół szkoły promującej zdrowie	czerwiec
9.	Organizacja Rodzinnego Rajdu Rowerowego rodzic + dziecko	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opracowanie scenariusza</li> <li>• przeprowadzenie rajdu</li> </ul>	nauczyciele w-f, pedagog	wrzesień
10.	Powołanie do życia szkolnego Klubu Nordic Walking	<ul style="list-style-type: none"> <li>• propagowanie idei Nordic Walking</li> <li>• promowanie aktywności fizycznej wśród rodziców, uczniów i nauczycieli przez regularne spotkania klubowiczów</li> <li>• przeprowadzenie rajdu pieszego po okolicach Wrześni</li> </ul>	nauczyciele w-f, pedagog	cały czas realizacji projektu
11.	Integracyjny wyjazd w góry członków Rady Pedagogicznej	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pozyskanie środków</li> <li>• organizacja wyjazdu</li> </ul>	dyrekcja szkoły	październik