

REALIZACJA PLANOWANYCH DZIAŁAŃ

SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE

WE WRZEŚNIU 2020 ROKU

„DAMY RADE!”



ZADANIA:

- Zapoznanie społeczności szkolnej z priorytetem SzPZ w roku szkolnym 2020/2021.

KRYTERIUM SUKCESU:

- Uczniowie, nauczyciele i rodzice znają priorytet SzPZ w roku szkolnym 2020/2021.
- Rodzice uczniów klas pierwszych zostali zapoznani z koncepcją i strategią SzPZ.

W związku z pandemią COVID-19 będziemy wyrabiać nawyki dbania o zdrowie własne i innych, uczyć zasad przestrzegania higieny, zachowania dystansu społecznego, ponadto poruszymy tematy związane z odpornością i alergiami. Będziemy zachęcać do aktywności fizycznej, dbać o dobre samopoczucie wszystkich członków szkolnej społeczności oraz na bieżąco reagować na zmieniającą się sytuację związaną z pandemią.

Zadania

We wrześniu przedstawiliśmy całej społeczności szkolnej priorytetowe przedsięwzięcia Szkoły Promującej Zdrowie zaplanowane na rok szkolny 2020/21. Nauczyciele zapoznali się z harmonogramem zadań do realizacji, uczniowie omawiali najważniejsze zagadnienia na

zajęciach z wychowawcami. Następnie podczas zebrań wychowawcy klas przedstawili rodzicom działania SzPZ przewidziane na bieżący rok szkolny oraz wykaz programów oświatowo-zdrowotnych proponowanych przez Wielkopolskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego i innych programów oraz akcji przyjętych w naszej szkole do realizacji w obecnym roku szkolnym.

PROGRAM „TRZYMAJ FORMĘ”



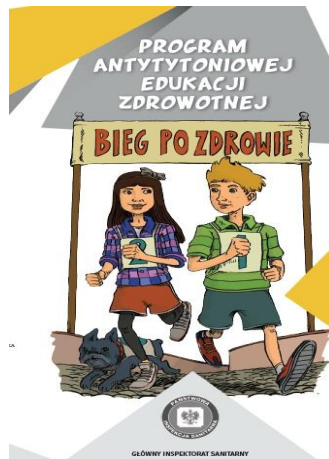
Program „Trzymaj formę” jest adresowany dla klas piątych, ale jego elementy są realizowane także w pozostałych klasach. Dzięki niemu uczniowie znają zasady prawidłowego żywienia (Piramida Zdrowego Żywienia). Potrafią zakwalifikować produkty żywnościowe do właściwych grup. Rozumieją, dlaczego należy spożywać mniej lub więcej produktów z określonej grupy. Uczniowie wiedzą, jaki jest ich własny model żywienia (w tym regularność spożywania posiłków). Potrafią opracować zbilansowany jadłospis. Znają wartości kaloryczne poszczególnych produktów żywnościowych i zapotrzebowanie energetyczne organizmu w okresie dojrzewania.

PROGRAM DLA SZKÓŁ SZKOŁA Z WITAMINĄ



W ramach tego programu uczniowie klas I –V otrzymują w szkole owoce i warzywa oraz piją mleko i przetwory mleczne, w ten sposób kształtują właściwe nawyki żywieniowe, eliminujące ze śniadań niezdrowe przekąski.

BIEG PO ZDROWIE!



W trzech klasach czwartych będzie realizowany program antytytoniowej edukacji zdrowotnej, dzięki której uczniowie zwiększają wiedzę i umiejętności na temat zdrowia w kontekście szkodliwości palenia papierosów i e-papierosów. Dzięki udziałowi w programie uczniowie nie podejmują inicjacji tytoniowej, poznają atrakcyjne życie w środowisku wolnym od dymu tytoniowego, uczą się odmawiać w sytuacjach nakłaniania do palenia papierosów.

Rodzice uczniów klas I zostali ponadto wyposażeni w wiedzę dotyczącą koncepcji i strategii SzPZ. W holu szkoły została wyeksponowana gazetka prezentująca hasło SzPZ na bieżący rok szkolny



AKCJA ZDROWIAKI



Nadeszła jesień. W sadach drzewa uginają się od dojrzałych owoców. W ogródkach pełno jest dorodnych warzyw. Ludzie zbierają plony i cieszą się z nich bardzo. Z początkiem października "światliki" wykonały swój mały sadownik, robiły pieczątki z ziemniaków i dowiedziały się czym są wykopki, przez co doceniana jest bardziej praca rolników.