**Harmonogram działań w roku szkolnym 2018/2019**

w zakresie realizacji Programu Promocji Zdrowia

w Publicznej Szkole Podstawowej nr 3 w Busku – Zdroju

Zaplanowane działania związane z Programem Promocji Zdrowia w roku szkolnym 2018/2019 są kontynuacją zadań realizowanych w poprzednich latach i rozszerzone o treści związane z realizacją zadań ogólnopolskiego programu edukacyjnego "5 porcji owoców, warzyw lub soku".Korekta zadań nastąpiła również na podstawie wniosków zredagowanych po zakończeniu roku szkolnego 2017/2018, a także w związku z uwzględnieniem zapisów z Dziennika Ustaw, które zostały naniesione w szkolnym Programie Profilaktyczno - Wychowawczym, jak również wniosków do dalszej pracy na rok szkolny 2018/2019.

**Wnioski do pracy na rok szkolny 2018/2019**

Wnioski zredagowano na podstawie rekomendacji uzyskanych w związku z ewaluacją Programu, która odbyła się w ubiegłym roku szkolnym.

1. W ubiegłym roku szkolnym przeprowadzono bardzo wiele przedsięwzięć promujących zdrowie, w których zaangażowana była cała społeczność szkolna, w tym wielu rodziców uczniów. Uczniowie chętnie i bardzo licznie brali udział we wszystkich zaproponowanych działaniach .

2. Zorganizowano dla uczniów szereg zajęć wyrównawczych, rozwijających, a także związanych z pomocą psychologiczno - pedagogiczną .

3. Zorganizowano warsztaty profilaktyczne dotyczące komunikacji społeczno- emocjonalnej uczniów prowadzone przez trenerów z pracowni "Krokus" w Krakowie dla uczniów klas IV-VII. Ich tematyka jest bezpośrednio związana z zauważonymi problemami wychowawczymi pojawiającymi się wśród uczniów- zgłoszonymi przez nauczycieli, ich rodziców, a także samych uczniów. Na podstawie sformułowanych wniosków do dalszej pracy - w roku szkolnym 2018/2019, należy podjąć decyzję o przeprowadzeniu podobnych zajęć w przyszłorocznych klasach czwartych naszej szkoły.

4. W każdej klasie prowadzono pogadanki dotyczące zagrożeń i konsekwencji nadmiernego korzystania z i uzależnienia od komputera i telewizji. Zostały przeprowadzone też w tym zakresie warsztaty prowadzone przez p. psycholog zatrudnioną w szkole.

5. W ubiegłym roku uczniowie naszej szkoły uczestniczyli w bardzo wielu zawodach sportowych, odbyło się również wiele konkursów promujących aktywność fizyczną.

6. W dalszym ciągu należy zwracać uwagę i prowadzić zajęcia mające na celu ograniczenie poziomu hałasu w czasie przerw, a także właściwe zachowanie uczniów w toaletach szkolnych, promować i wyposażać uczniów w wiedzę i umiejętności dotyczące właściwego odżywiania, znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia.

7. W bieżącym roku szkolnym szczególną uwagę zwracać będziemy na problematykę radzenia sobie uczniów z emocjami i agresją, przemocą słowną, nauczyciele i rodzice poszerzą wiedzę na temat prawidłowego rozwoju i zaburzeń psychicznych dzieci i młodzieży, a także rozpoznawania wczesnych objawów używania przez uczniów środków i substancji psychoaktywnych.

**Wybieramy zdrowie!**

Cele programu:

1. Zapewnienie optymalnych warunków pracy i wypoczynku dla uczniów.
2. Kształtowanie zdrowego stylu życia, sprzyjającemu zachowaniu i utrzymaniu zdrowia - w tym zdrowia psychicznego.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Zadania | Formy/Metody | Termin | Odpowiedzialni |
| I. Dbałość o dobre i bezpieczne warunki nauki, pracy | 1. Przeprowadzenie prac remontowych w wybranych salach lekcyjnych i toaletach  2. Przeprowadzenie przeglądu pomieszczeń i sprzętów pod względem BHP  3. Rzetelne prowadzenie dyżurów w czasie przerw, ze szczególnym zwróceniem uwagi na problem hałasu, a także bezpiecznego zachowania uczniów.  4. Konsekwentna, wg przyjętych zasad postępowania reakcja na niewłaściwe zachowania uczniów zagrażające ich zdrowiu, a także zdrowiu i bezpieczeństwu innych.  5. Pogadanki z uczniami, pedagogizacja rodziców nt. zasad higieny i utrzymania porządku wokół siebie przez dzieci, a także prawidłowego używania przez nich toalety.  6. Wydłużenie najkrótszej 5 minutowej przerwy do 10 minut | Do 01.09.2017r.  Cały rok | Dyrekcja  Dyrekcja  Komisja ds BHP  Wszyscy nauczyciele  Cały personel szkoły    Wychowawcy klas, zaproszeni goście  Dyrektor szkoły |
| II. Przestrzeganie porządku i dbałość o estetykę otoczenia. | 1. Utrzymanie porządku w pomieszczeniach szkolnych i otoczeniu szkoły  2. Systematyczna zmiana wystroju klas i korytarzy, troska o estetykę otoczenia, eksponowanie materiałów służących promocji zdrowia i zdrowego stylu życia  3. Systematyczne uzupełnianie mydła i papieru toaletowego w toaletach szkolnych.  4. Konkurs dla klas IV-VIII  "Najczystsza klasa" | Cały rok szk.  Cały rok szk.  Cały rok  II | Uczniowie, nauczyciele, pracownicy obsługi  Nauczyciele, uczniowie, SU, pedagog szkolny, pielęgniarka szkolna.  Pracownicy obsługi  SU, A. Kądziela, J. Bucka. |
| III. Uświadomienie znaczenia prawidłowego odżywiania się  IV.  Profilaktyka antyuzależnieniowa | 1. Programy: „Owoce i warzywa szkole”, „Szklanka mleka”,  "5 porcji warzyw, owoców i soku", "Ikard. Mistrzowie kodowania .Junior dla zdrowia."  3. Udział szkoły w Festiwalu Zdrowia i towarzyszących mu warsztatach oraz szkoleniach  4. Rozpowszechnianie treści na temat zdrowego żywienia, realizowane w trakcie zajęć w klasach I – III, oddziale „0”, na lekcjach wszystkich kierunków edukacyjnych, w klasach IV-VIII na lekcjach wychowawczych, przyrody, biologii, W-F, informatyki, plastyki. Realizacja programów: "5 porcji owoców, warzyw i soku", "Ikard ,Mistrzowie kodowania. Junior dla zdrowia"  5. Prelekcje na temat zdrowego odżywiania się – pielęgniarka szkolna (w małych grupach w klasach I – III)  6.Przeprowadzenie apeli i konkursów promujących zdrowe odżywianie.  - Dzień dyniowy  -Konkurs plastyczny „Woda to zdrowie” kl I – III, kl. IV- VII  -Konkurs  "Śniadanie najważniejszy posiłek  dnia" - klasy II-III  klasy IV-VII  7. Tydzień Powietrza"- konkurs "Zdrowa planeta-zdrowy człowiek"  8. Wykonanie w klasach soków owocowych, "zdrowych kanapek", sałatek warzywnych.  1. Pogadanki, prelekcje na temat negatywnych skutków zdrowotnych: fizycznych psychicznych uzależnień: nikotynizm, alkoholizm, narkomania, substancje psychoaktywne, suplementy diet i leków.  Rozumienie przez uczniów zachowania postawy asertywnej, umiejętności mówienia "nie". | Wg harmonogramu    Zgodnie z kalendarzem festiwalu  Cały rok szkolny  Wg harmonogramu    X  X  XI  IX    XI  W ciągu roku szkolnego  Cały rok | Dyrekcja szkoły, pedagog, Agencja Rynku Rolnego, M.Chodór.  Dyrekcja szkoły, M.Chodór, wyznaczone klasy i nauczyciele.  Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, zaproszeni goście,  M.Chodór  Wychowawcy, pielęgniarka, zaproszeni goście.  M. Molisak, J. Bucka  A. Grzelec  A.Grzelec  M. Drabik, A.Kądziela  I.Trelińska,J..Ładowska,  E. Czerwińska.  Wychowawcy klas  Wychowawcy klas,  Pedagog, psycholog, policja, zaproszeni goście |
| V. Kultura i higiena spożywania posiłków | 1. Dbanie o estetykę kącików do spożywania II śniadania, usytuowanych na korytarzach szkolnych.  2. Światowy Dzień Czystych Rąk | Cały rok  15 X 2018 | A. Grzelec, nauczyciele.  Wychowawcy, pielęgniarka, zaproszeni goście. |
| VI. Rozwijanie postaw prozdrowotnych | 1. Usystematyzowanie wiedzy dotyczącej zdrowego stylu życia: znaczenie snu, higieny, wypoczynku, ruchu, wypoczynku, nieulegania nałogom, a także zdrowia psychicznego  2. Konkurs literacki dla uczniów klas I-III, "Moja ulubiona dyscyplina sportu"  3.Konkurs plastyczny dla klasI-III "Moja ulubiona dyscyplina sportu"  4. Szkolny Konkurs Ekologiczny z elementami promocji zdrowia dla uczniów klas II-III  5. Konkurs plastyczny "Zdrowa Ziemia - zdrowy człowiek" dla uczniów klas IV-VIII  6.Konkurs fotograficzny "Moja rodzina na sportowo"  7. Realizacja innowacji pedagogicznej "Rozumiem, wiem, jestem dumny", w tym zajęcia " IKARD Mistrzowie Kodowania Junior dla zdrowia" , "Mamo, tato nie pal przy mnie" | Cały rok szkolny  V  V  IV  X  V  Cały rok | Pielęgniarka szkolna, wychowawcy, n-le przyrody, w-fu, uczniowie, zaproszeni goście  A.Michalska  B. Żelazko  M. Chodór  I.Trelińska, J.Ładowska, E. Czerwińska  A. Rasińska  M.Chodór  M.Wiktorowska-Śledź |
| VII. Tworzenie atmosfery sprzyjającej zdrowiu psychicznemu | 1. Doskonalenie umiejętności interpersonalnych, kształtowanie właściwych relacji w grupie rówieśniczej – pogadanki, prelekcje, warsztaty prowadzone przez pedagoga i psychologa szkolnego w klasach, w czasie spotkań z rodzicami,      2.Warsztaty profilaktyczne prowadzone przez trenerów z zewnątrz  3. Jak pomóc sobie radzić z emocjami i agresją?- szkolenia, pogadanki dla uczniów  4.Poszerzenie wiedzy nauczycieli i rodziców nt prawidłowego rozwoju i zaburzeń zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży  5. Dyżury pedagoga szkolnego, konsultacje pedagoga i psychologa, terapia prowadzona przez psychologa szkolnego  6. Realizacja szkolnej interwencji psychologicznej w przypadku podejmowania przez ucznia zachowań ryzykownych. | Cały rok szk. (w zależności od potrzeb zespołów klasowych zgłaszanych przez wychowawców lub uczniów)  Wg harmonogramu  Cały rok szk. 2018/2019  Wg harmonogramu  Wg harmonogramu  Wg potrzeb | Pedagog  szkolny, psycholog, wych. klas  Dyrekcja, pedagog szkolny  Psycholog szk.  Pedagog i psycholog szkolny, wychowawcy  Trenerzy, wychowawcy, pedagog i psycholog szkolny  Pedagog, psycholog szkolny  Pedagog, psycholog szkolny |
| VIII. Aktywne spędzanie wolnego czasu, | 1. Zajęcia sportowe: zajęcia fakultatywne z wych. fizycznego zgodne z wyborem rodziców i uczniów od klasy IV, program „Mały mistrz”, nauka pływania w kl. III, pozalekcyjne zajęcia sportowe zgodne z zainteresowaniami uczniów  2. Realizacja innowacji pedagogicznej „Mały badmintonista”  3. Szkolny Turniej Badmintona  Klasy IV-V  Klasy VII-VIII  4. Pływanie na wesoło- konkurs dla klas III  4.Apel profilaktyczny dla klas 0-IV- Aktywnie i bezpiecznie w czasie ferii zimowych  5.Apel profilaktyczny "Bezpieczne wakacje"  6. Dzień Dziecka na sportowo  7. Dzień Sportu Szkolnego  8. Turniej Mini Piłki Siatkowej Dziewcząt kl IV-VI  9. Turniej Piłki Ręcznej Chłopców o Puchar Dyrektora Szkoły  10. Szkolne Święto Siatkówki | Cały rok szkolny zgodnie  z planem  i harmonogramem zajęć pozalekcyjnych  Rok szkolny 2018/2019  V  V  V-VI  I  VI  VI    VI  II  III  III | Nauczyciele W-f  B. Mączyński  A. Polniak  B. Mączyński  M.Majewski  K.Nowak  E.Augustowska  M.Wiktorowska-Śledź, A.Żurek  B.Mączyński,  L.Malczewski,  R.Kuza  R.Kuza  P.Majcher  R.Kuza |

Opracowała Marzena Chodór