**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 toaletach2. Przeprowadzenie przeglądu pomieszczeń i sprzętów pod względem BHP3. 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 | DyrekcjaDyrekcjaKomisja ds BHPWszyscy nauczycieleCały personel szkoły Wychowawcy klas, zaproszeni gościeDyrektor szkoły |
| II. Przestrzeganie porządku i dbałość o estetykę otoczenia. | 1. Utrzymanie porządku w pomieszczeniach szkolnych i otoczeniu szkoły2. Systematyczna zmiana wystroju klas i korytarzy, troska o estetykę otoczenia, eksponowanie materiałów służących promocji zdrowia i zdrowego stylu życia3. Systematyczne uzupełnianie mydła i papieru toaletowego w toaletach szkolnych.4. Konkurs dla klas IV-VIII"Najczystsza klasa"  | Cały rok szk. Cały rok szk. Cały rokII | Uczniowie, nauczyciele, pracownicy obsługiNauczyciele, uczniowie, SU, pedagog szkolny, pielęgniarka szkolna.Pracownicy obsługiSU, A. Kądziela, J. Bucka. |
| III. Uświadomienie znaczenia prawidłowego odżywiania sięIV.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 szkoleniach4. 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-VII7. 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 festiwaluCały rok szkolnyWg harmonogramu XX XI IX   XIW ciągu roku szkolnegoCały rok | Dyrekcja szkoły, pedagog, Agencja Rynku Rolnego, M.Chodór.Dyrekcja szkoły, M.Chodór, wyznaczone klasy i nauczyciele.Nauczyciele, pielęgniarka szkolna, zaproszeni goście,M.ChodórWychowawcy, pielęgniarka, zaproszeni goście.M. Molisak, J. BuckaA. GrzelecA.GrzelecM. Drabik, A.Kądziela I.Trelińska,J..Ładowska,E. Czerwińska.Wychowawcy klasWychowawcy 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 rok15 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 psychicznego2. 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-III5. Konkurs plastyczny "Zdrowa Ziemia - zdrowy człowiek" dla uczniów klas IV-VIII6.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 szkolnyVVIVXV Cały rok | Pielęgniarka szkolna, wychowawcy, n-le przyrody, w-fu, uczniowie, zaproszeni gościeA.MichalskaB. ŻelazkoM. ChodórI.Trelińska, J.Ładowska, E. CzerwińskaA. RasińskaM.ChodórM.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 uczniów4.Poszerzenie wiedzy nauczycieli i rodziców nt prawidłowego rozwoju i zaburzeń zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży5. Dyżury pedagoga szkolnego, konsultacje pedagoga i psychologa, terapia prowadzona przez psychologa szkolnego6. 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 harmonogramuCały rok szk. 2018/2019Wg harmonogramuWg harmonogramuWg potrzeb | Pedagogszkolny, psycholog, wych. klasDyrekcja, pedagog szkolnyPsycholog szk. Pedagog i psycholog szkolny, wychowawcyTrenerzy, wychowawcy, pedagog i psycholog szkolnyPedagog, psycholog szkolnyPedagog, 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 uczniów2. Realizacja innowacji pedagogicznej „Mały badmintonista”3. Szkolny Turniej BadmintonaKlasy IV-VKlasy VII-VIII4. Pływanie na wesoło- konkurs dla klas III4.Apel profilaktyczny dla klas 0-IV- Aktywnie i bezpiecznie w czasie ferii zimowych5.Apel profilaktyczny "Bezpieczne wakacje"6. Dzień Dziecka na sportowo7. Dzień Sportu Szkolnego8. Turniej Mini Piłki Siatkowej Dziewcząt kl IV-VI9. Turniej Piłki Ręcznej Chłopców o Puchar Dyrektora Szkoły10. Szkolne Święto Siatkówki | Cały rok szkolny zgodnie z planem i harmonogramem zajęć pozalekcyjnychRok szkolny 2018/2019VVV-VIIVIVI VIIIIIIIII | Nauczyciele W-fB. MączyńskiA. PolniakB. MączyńskiM.MajewskiK.NowakE.AugustowskaM.Wiktorowska-Śledź, A.ŻurekB.Mączyński,L.Malczewski,R.KuzaR.KuzaP.MajcherR.Kuza |

Opracowała Marzena Chodór