Zespół Szkół Sportowych im. Janusza Kusocińskiego w Zabrzu

41-806 Zabrze ul. Płaskowickiej 2

Tel/fax. 32 2711823

www.zsszabrze.com **sekretariat@zsszabrze.com**

Program promocji zdrowia pt.

W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH – POPIERAMY KAŻDY RUCH.

w Zespole Szkół Sportowych w Zabrzu

na lata 2018-2021

(jako kontynuacja poprzedniego programu promocji zdrowia pt. ZDROWO NA SPORTOWO na lata 2014-2017) . Otrzymanie Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie: 16.02.2018


Śląska Sieć Szkół Promujących Zdrowie

Zespół Szkół Sportowych im. Janusza Kusocińskiego w Zabrzu

otrzymuje

Certyfikat

Szkoły Promującej Zdrowie

przyznany na okres

1 lutego 2018 r. – 31 stycznia 2021 r.

Urszula Bauer
Śląski Kurator Oświaty

Tomasz Wojtasik
p.o. Wojewódzkiego Koordynatora Sieci Szkół Promujących Zdrowie

Małgorzata Ochędzan-Siodlak
Członek Zarządu Województwa Śląskiego

Certyfikat nr: 446/02-2018

Śląskie. Metis

Certyfikat nadany przez koordynatora projektu Śląska Sieć Szkół Promujących Zdrowie: Regionalny Ośrodek Metodyczny – Edukacyjny Metis w Katowicach – jednostkę oświaty Samorządu Województwa Śląskiego, akredytowaną przez Śląskiego Kuratora Oświaty.

Szkolni koordynatorzy programu promocji zdrowia:

mgr Aleksandra Pułtorak **mgr Małgorzata Maniewska-Pownuk**

tel. 691824175

Wstęp

„ Zdrowie wymaga stanu równowagi między wpływami środowiska, sposobem życia oraz różnymi elementami ludzkiej natury

Hipokrates (460-377 p.n.e.)

Informacje o szkole

Zespół Szkół Sportowych w Zabrzu to placówka zlokalizowana w dzielnicy Zabrza, Zaborzu. W skład Zespołu wchodzą szkoły: Szkoła Podstawowa nr 19, Szkoła Mistrzostwa Sportowego, Gimnazjum nr 19, Gimnazjum Mistrzostwa Sportowego oraz XII Liceum Ogólnokształcące, obejmujące łącznie 22 oddziały. Pod względem administracyjnym, organizacyjnym i społecznym od początku swojego istnienia Zespół funkcjonuje jak jedna szkoła obejmująca trzy etapy edukacyjne – szkołę podstawową, gimnazjum i liceum. Ci sami nauczyciele pracują z uczniami szkoły podstawowej, gimnazjalistami i licealistami, działa jedna Rada Rodziców i jeden Samorząd Uczniowski. Wszystkie działania podejmowane przez nauczycieli np. zajęcia pozalekcyjne, pomoc psychologiczno-pedagogiczna, doradztwo zawodowe, itp. są adresowane do uczniów Zespołu. Rozgraniczenie na uczniów różnych poziomów występuje wyłącznie w przypadkach związanych ze specyfiką kształcenia na danym poziomie edukacyjnym uwarunkowaną przede wszystkim realizacją podstawy programowej kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół. Wszystkie szkoły wchodzące w skład Zespołu realizują Szkolny Program Profilaktyki i Szkolny Program Wychowawczy. Dokumenty te zostały opracowane przez nauczycieli Zespołu, a adresatem opisanych w nich działań są uczniowie szkoły podstawowej, gimnazjum i liceum. Wśród uczniów znajdują się osoby o wybitnych predyspozycjach sportowych i obok sfery dydaktycznej, ich szkolne życie wypełniają wielogodzinne treningi, zawody i turnieje, co wiąże się z ogromnym obciążeniem, niejednokrotnie sytuacjami stresogennymi, brakiem czasu, zmęczeniem czy zniechęceniem. Pomimo wzmożonego wysiłku osiągają wysokie wyniki w nauce, dlatego jednym z naszych dotychczasowych celów było i nadal jest pochylenie się na nimi i pomoc, by potrafili sobie poradzić ze wzmożonym częstokroć stresem czy brakiem czasu na odreagowanie. Dlatego zarówno ważne jest wspomaganie każdego ucznia we wszechstronnym rozwoju, jak i pomoc we wzmacnianiu motywacji. Priorytetami w naszym środowisku szkolnym są również zagadnienia związane ze zdrowym odżywianiem i ze względu na specyfikę szkoły z aktywnością ruchową.

Między innymi takie działania podjęliśmy jako szkoła w związku z realizacją programu związanego z przystąpieniem do Sieci Szkół Promujących Zdrowie i otrzymaniem Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie w dniu 16.02.2018.
Certyfikat ten szkoła otrzymała na okres od 1.02.2018-31.01.2021.
W związku z czym w roku szkolnym 2018/2019 zaczynamy realizować działania ujęte w nowym programie promocji zdrowia będącym kontynuacją poprzedniego programu i mającego na celu **uzyskanie Krajowego Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie**.

CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU.
Program **„**W zdrowym ciele zdrowy duch- popieramy każdy ruch**”** powstał w oparciu o główny cel Szkoły Promującej Zdrowie, jakim jest promowanie zdrowego stylu życia całej społeczności szkolnej i lokalnej.
Podstawą prawną programu jest:
Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 maja 2014 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół. (Dz.U. 2014 poz. 803)
Program oparty jest na założeniach i celach edukacji prozdrowotnej umieszczonych w:

- Podstawie programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej , gimnazjum i liceum
- Narodowym Programie Zdrowia
- Programie Szkoła Promująca Zdrowie
- Programie Rozwoju Szkoły
- Szkolnym Programie Wychowawczym
- Szkolnym Programie Profilaktycznym
- Szkolnym Programie Rozwoju Szkoły

Cel główny:
Kształtowanie motywacji, wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia, a także podejmowanie działań na rzecz własnego zdrowia.
***Cele szczegółowe*:**
1. Kształtowanie prozdrowotnego stylu życia społeczeństwa;
2. Kształtowanie umiejętności samodzielnego dokonywania przez uczniów wyboru zachowań właściwych dla własnego zdrowia oraz zdrowia innych ludzi;
3. Kształtowanie umiejętności postaw w zakresie kulturalnego i bezpiecznego uczestnictwa w ruchu drogowym;

4. Wskazywanie negatywnych konsekwencji podejmowania zachowań ryzykownych, związanych z paleniem papierosów, piciem alkoholu i zażywaniem środków psychoaktywnych;
5. Kształtowanie umiejętności radzenia sobie z własną złością oraz z przejawami agresji innych;
6.Wspieranie rozwoju i zdrowia fizycznego, psychospołecznego oraz zapobieganie najczęstszym problemom dzieci i młodzieży;
7.Aktywizowanie jednostek samorządu terytorialnego i organizacji pozarządowych do działań na rzecz zdrowia,
8.Tworzenie środowiska życia, pracy i nauki sprzyjającego zdrowiu;
9.Zwiększenie skuteczności edukacji zdrowotnej społeczeństwa oraz działań w zakresie promocji zdrowia.

<u>Cel ogólny programu</u>

Stworzenie szkoły zdrowej, bezpiecznej i przyjaznej, zapewniającej wszechstronny rozwój , w której uczniowie świadomie podejmują działania na rzecz promocji zdrowia, są zmotywowani do prowadzenia zdrowego trybu życia.

Hasłem przewodnim naszego programu jest „W zdrowym ciele zdrowy duch- popieramy każdy ruch**” .** Program ma charakter stałych, długofalowych oddziaływań, możliwych do realizacji w codziennym kontakcie z uczniami, bowiem tylko takie działania przyniosą pożądane efekty. Jest on kontynuacją poprzedniego programu. Jest dostosowany do potrzeb i problemów uczniów. Dotyczy zagadnień występujących w szkole oraz zagrożeń, które mogą zakłócić prawidłowy rozwój osobowości ucznia. Realizowany będzie na wszystkich poziomach edukacyjnych, w całym procesie dydaktyczno-wychowawczym, przez całą społeczność szkolną.

<u>Kierunki działań</u>

Po dokonaniu wstępnej diagnozy potrzeb i oczekiwań wynikających z wniosków płynących z raportów z trzyletniego okresu działań na rzecz promocji zdrowia, obserwacji otoczenia, opinii uczniów, nauczycieli i rodziców ustalono problemy priorytetowe na kolejne lata aplikowania o Krajowy Certyfikat Szkół Promujących Zdrowie.

Diagnozie zostały poddane **głównie aspekty zdrowia psychicznego** a w **szczególności zdrowia emocjonalnego uczniów** czyli zdolności do rozpoznawania uczuć i wyrażania ich w odpowiedni sposób **oraz zdrowia społecznego uczniów** czyli zdolności do nawiązywania, podtrzymywania i rozwijania prawidłowych relacji z innymi ludźmi.

<u>Zadania założone w programie promocji zdrowia, realizowane według przyjętych priorytetów i zawarte w trzech modułach:</u>

I. **SZKOŁA ZARAŻAJĄCA EMPATIĄ pod hasłem „ Nie jestem obojętny, widzę i działam”**
II. **SZKOŁA DOBRYCH MANIER I POKOJOWEGO ROZWIĄZYWANIA KONFLIKTÓW pod hasłem „ Budujemy mosty a nie mury”**
III. **BEZPIECZNA SZKOŁA pod hasłem „ Kręci mnie bezpieczeństwo”**

<u>Treści programu i efekty wynikające z ich realizacji</u>

Moduł I Szkoła zarażająca empatią

Zadania szkoły w tym module mają na celu wypracować u uczniów zdolność do współodczuwania stanów emocjonalnych drugiego człowieka, zrozumienia jego decyzji , postaw i działań. Zdolność ta zależy nie tylko od relacji z rodzicami w okresie dzieciństwa ale i od środowiska w którym dzieci wzrastają.

Większości uczniom wydaje się że świat kręci się wokół nich, nie są w stanie na daną sytuację spojrzeć z innej perspektywy niż swoja (postawa egocentryczna). Wynika to w głównej mierze ze specyfiki szkoły i związanej z nią rywalizacji sportowej. Działania nasze jako szkoły w zakresie tego problemu będą polegały głównie na wytłumaczeniu uczniom pojęcia empatii, egocentryzmu i altruizmu poprzez zaangażowanie uczniów w różne akcje charytatywne.

Realizując nasze zadania planujemy współpracę z takimi instytucjami jak:

- *Polska Akcja Humanitarna*
- *Śląskie Centrum Chorób Serca w Zabrzu*
- *Schronisko dla bezdomnych zwierząt Psitul mnie w Zabrzu- Biskupicach*
- *Państwowa Inspekcja Sanitarna- Inspektorat w Gliwicach*
- *Centrum Edukacji i Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w Zabrzu*
- *Ogólnopolska Organizacja na rzecz walki z rakiem szyjki macicy i rakiem jajnika KWIAT KOBIECOŚCI*

Treści/zadania	Sposoby realizacji zadań	Zamierzone efekty wynikające z realizacji zadań
Pojęcie empatii, co to jest i dlaczego jest tak ważne?	Lekcje wychowawcze we wszystkich oddziałach szkolnych	Zrozumienie pojęcia empatii, egocentryzmu i altruizmu
Udział w kampanii Polskiej Akcji Humanitarnej pt „Zamiast kwiatka niosę pomoc”	Przeprowadzanie zajęć edukacyjnych na temat pomocy humanitarnej oraz warsztatów na temat wojny i pokoju Wystawa zdjęć z misji PAH w Somalii Zbiórka pieniędzy w akcji -zamiast kwiatka z okazji Dnia Kobiet i zakończenia roku szkolnego	Zdobycie podstawowej wiedzy na temat humanitaryzmu, wojny i pokoju Ukazanie kryzysu humanitarnego związanego z głodem w Somalii Uwrażliwienie uczniów, rodziców i nauczycieli na niesienie pomocy w wymiarze globalnym, wspieranie pomocy humanitarnej w Somalii
Udział w projekcie TAK DLA TRANSPLANTACJI	Obchody Światowego Dnia Serca- prelekcja i warsztaty na temat świadomego dawstwa i transplantacji	Popularyzacja idei transplantacji, poznanie historii transplantacji w Polsce, historii ludzi po przeszczepie serca i pracy wolontariuszy fundacji
Dni tolerancji i integracji „ Jesteśmy tacy sami”	Prezentacja multimedialna i warsztaty w ramach projektu profilaktycznego „ HIV/AIDS- jestem świadomy, nie ryzykuję”	Zrozumienie różnicy pomiędzy HIV a AIDS, świadomość czynników ryzyka zakażenia, znajomość podstawowej profilaktyki, zrozumienie na czym polega okno serologiczne

	Działania szkolnego klubu wolontariatu Obchody Światowego Dnia Różnorodności Kulturowej: prezentacja multimedialna „ Wszyscy jesteśmy różni, każdy z nas jest wyjątkowy”	Naoczne poznanie wartości akceptacji i tolerancji będących podstawą poszanowania drugiego człowieka Wpojenie zasad tolerancji rasowej, religijnej, kulturowej, przypomnienie i utrwalenie informacji na temat podstawowych praw człowieka
Zwierzęta też czują”…- akcja dobroczynna	Zbiórka kocy, zabawek i karmy dla zwierząt ze schroniska Psitul mnie w Zabrzu- Biskupicach Zorganizowanie międzyszkolnego konkursu plastyczno-literackiego „ Kochajmy zwierzęta” Nabór dla wolontariuszy wśród uczniów przez pracowników schroniska dla bezdomnych zwierząt Konkurs fotograficzny „Mój pupil”	Zrozumienie ze zwierzę to istota żyjąca, zdolna do odczuwania cierpienia i nie jest rzeczą Uwrażliwienie uczniów na potrzebę poszanowania, ochronę i opiekę nad zwierzętami Wspieranie działań Towarzystwa Opieki nad Zwierzętami
Program edukacyjny Wybierz Życie- Pierwszy Krok	Zorganizowanie prelekcji na temat profilaktyki raka szyjki macicy przeprowadzonej przez Prezesa organizacji KWIAT KOBIECOŚCI p. Idę Karpińską, zdobycie tytułu ambasadora tej fundacji	Edukacja uczniów ostatnich klas gimnazjalnych i licealnych oraz ich rodziców i opiekunów a także kadry pedagogicznej w celu zwiększenia poziomu wiedzy na temat raka szyjki macicy, roli wirusa HPV w jego powstawaniu oraz

		motywowania kobiet do regularnego poddawania się badaniom profilaktycznym przez całe życie

Moduł 2 Szkoła dobrych manier i pokojowego rozwiązywania konfliktów

Zadania szkoły w tym module mają na ***celu nauczenie swoich wychowanków trudnej sztuki życia*** *na którą to składają się:*

- ***dobre maniery*** *widoczne w gestach, słowach i wyglądzie zewnętrznym*
- ***poziom kultury człowieka***
  Człowiek kulturalny potrafi normalnie rozmawiać, bez używania wulgaryzmów a przy wyrażaniu swojej opinii nie obraża innych. Swoimi działaniami szkoła chce wykształcić u młodego człowieka właściwe zachowania w każdej sytuacji życia codziennego.

Szkoła ma za zadanie ***nauczyć swoich podopiecznych sposobów pokojowego rozwiązywania konfliktów*** *w życiu społecznym tj.* ***negocjacji, mediacji****,* ***arbitrażu, dyplomacji, współpracy czy kompromisu.*** *Bardzo ważnym zadaniem jest wpojenie uczniom znaczenia tzw.* ***gestów zgody*** *np. przyznanie się do błędu, przeproszenie, wyrażenie skruchy i pokory, zaproponowanie ustępstw, mówienie o własnych potrzebach i emocjach oraz propozycje współpracy.*

Realizując nasze zadania planujemy współpracę z takimi instytucjami jak:

- *Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Zabrzu*
- *Gliwickie Centrum Mediacji Szkolnych*
- *Centrum Edukacji i Profilaktyki Dialog w Katowicach*

Treści/zadania	Sposoby realizacji	Zamierzone efekty wynikające z realizacji zadań
Kampania Szkolna -Mediacja Rówieśnicza pod hasłem „ Nie biję , rozmawiam" w ramach obchodów Międzynarodowego Dnia Mediacji	Spotkanie informacyjne w zakresie mediacji dla pracowników szkoły, rodziców i uczniów Utworzenie Szkolnego Centrum Mediacji Lekcje wychowawcze , prelekcje i prezentacje multimedialne z wykorzystaniem symulacji mediacji rówieśniczej Konkurs plastyczny pt. „ Mediacje, Rozmowa, Zrozumienie, Rozwiązanie"	Wpisanie mediacji rówieśniczej do Statutu Szkoły i innych dokumentów wewnątrzszkolnych Rozwiązywanie sporów przez mediatorów na linii uczeń-uczeń lub uczeń-nauczyciel Propagowanie wiedzy na temat mediacji i związanych z nią korzyści np. wypracowanie u dzieci i młodzieży umiejętności zarządzania złością i emocjami, przeciwdziałania konfliktom, komunikowania się bez agresji oraz rozwiązywania sytuacji problemowych
Kobiety dla Pokoju i Pokojowa Nagroda Nobla	Akademia tematyczna i prezentacja multimedialna pt. „ One wpłynęły na losy świata" w ramach obchodów Światowego Dnia Pokoju	Zdobycie wiedzy nt. pokojowego rozwiązywania problemów w skali globalnej
Światowy Dzień Życzliwości i Pozdrowień – Znajdź się wśród życzliwych-	Zorganizowanie w szkole Tygodnia Uprzejmości i Życzliwości: warsztaty edukacyjne, klasowe kodeksy uprzejmości, szkolna poczta pozdrowień,	Tworzenie klimatu społecznego sprzyjającego dobremu samopoczuciu całej społeczności szkolnej

	galeria życzliwości, gazetki klasowe z sentencjami i cytatami nt. uśmiechu, dobroci i życzliwości, emblematy z uśmiechem, słoneczkiem, kartki pocztowe z pozdrowieniami, Księga Życzliwości, przerwy ciszy, konkurs na piosenkę, wiersz, rymowankę lub scenkę rodzajową Warsztaty profilaktyczne realizujące ideę – Mniej dokuczania więcej życzliwości Ogólnopolska akcja Tydzień Dobrych Uczynków- zorganizowanie takiej akcji w szkole	 Wzmocnienie pozytywnych postaw wobec drugiego człowieka Budowanie relacji opartych na wzajemnym szacunku i zaufaniu
Kultura i szacunek tworzą Twój dobry wizerunek	Dzień kultury słowa pod hasłem „ Stop wulgaryzmom” Konkurs na utwór promujący kulturalne zachowanie Opracowanie i ekspozycja gazetek ściennych w klasach i na korytarzach „Magiczne słowa”	Propagowanie właściwych wzorców zachowań Podniesienie kultury osobistej wśród uczniów Ukształtowanie prawidłowych postaw społecznych

	Szkolny test wiedzy „ Mistrz savoir vivre” Ogólnoszkolny projekt „ Wybór ucznia z klasą”	Wyposażenie uczniów w wiedzę nt. zasad savoir- vivre
Nietykieta czyli o kulturze w internecie	Lekcje wychowawcze o zasadach dobrego wychowania w komunikacji internetowej	Poznanie elementarnych zasad kultury na forach internetowych, przestrzeganie zasad grzeczności i ortografii w czasie pisania sms-ów i e- maili

Moduł 3 Bezpieczna Szkoła- realizacja inicjatyw profilaktycznych i edukacyjnych w obszarze bezpieczeństwa

Bezpieczeństwo ucznia w szkole było i jest jednym z fundamentalnych zadań każdej szkoły. W budowaniu bezpiecznej i przyjaznej szkoły uczestniczą zarówno nauczyciele, uczniowie jak i ich rodzice a także środowisko lokalne.

Niektóre zadania zawarte w tym module są kontynuacją działań z lat poprzednich i dotyczą ściśle profilaktyki zdrowotnej w myśl zasady „ Jestem zdrowy- jestem bezpieczny”.

Szkoła bezpieczna dla nas to szkoła :

- *wolna od agresji i przemocy*
- *w której uczniowie potrafią zadbać o zdrowie swoje i najbliższych oraz potrafią wykazać się asertywnością w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia*
- *reagująca na każdy przejaw zachowań niezgodnych z powszechnie przyjętymi normami*
- *na bieżąco rozwiązująca konflikty i problemy*
- *współpracująca z instytucjami, które wspierają ją w zakresie bezpieczeństwa*
- *w której nauczyciele są przyjaciółmi uczniów, a nie ich wrogami*
- *w której wszyscy dbają o swój „ wspólny dom”*

Realizując nasze zadania planujemy współpracę z następującymi instytucjami:

- *Państwowa Inspekcja Sanitarna- delegatura w Gliwicach*
- *Teatr Profilaktyczny Kurtyna w Krakowie*
- *Sekcja Ruchu Drogowego Miejskiej Komendy Policji*
- *Straż Miejska w Zabrzu*
- *Służba Celna*
- *Śląskie Centrum Profilaktyki i Psychoterapii w Rudzie Śląskiej*
- *Fundacja DZIECI NICZYJE i Cartoon Network*

Treści/zadania	***Sposoby realizacji zadań***	***Zamierzone efekty wynikające z realizacji zadań***
Profilaktyczne programy edukacyjne- kontynuacja działań, cykliczność: **„ Smak życia- czyli debata o dopalaczach”** **„HIV/AIDS- jestem świadomy, nie ryzykuję”** **„Podstępne WZW”** **„Znamię! Znam je?- o czerniaku”** **„ Bezpieczni w sieci- o cyberprzemocy**”	Warsztaty edukacyjne, prezentacje multimedialne, zorganizowanie miedzyszkolnego konkursu pt. „Profilaktyka oczami młodzieży”, Spektakle profilaktyczne- Krakowski Teatr Profilaktyczny Kurtyna	Zapoznanie uczniów ze skutkami zażywania dopalaczy, narkotyków, alkoholu, ryzykownych zachowań w okresie dojrzewania, zasadami higieny i profilaktyki antynowotworowej a także zagrożeniami wynikającymi z korzystania z Internetu i uzależnienia od wirtualnego świata
Tytoń- choroby serca i nowotwory.	Obchody Światowego Dnia bez Tytoniu: gazetka ścienna, ulotki informacyjne o nałogu, akademia szkolna, prezentacja multimedialna,	Zapoznanie uczniów z zagrożeniami wynikającymi z czynnego i biernego palenia tytoniu, upowszechnienie mody na niepalenie wśród dzieci, młodzieży i dorosłych,

	konkurs plastyczny na plakat antynikotynowy, prozdrowotny happening – PAPIEROSOM MÓWIMY NIE -	propagowanie postaw antynikotynowych
Ochrona danych osobowych	Przystąpienie do Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego GIODO „ Twoje dane- Twoja sprawa”	Upowszechnienie wiedzy o ochronie danych osobowych i prawa do prywatności wśród uczniów i nauczycieli
Bezpieczeństwo w czasie wolnym	Spotkanie z przedstawicielami Straży Miejskiej- pogadanka nt. bezpiecznych wakacji i ferii zimowych Spotkanie z funkcjonariuszami Służby Celnej- pogadanka nt. bezpiecznej podróży	Upowszechnienie wiedzy uczniów nt. skutków ryzykownych zachowań w czasie wolnym
Wychowanie komunikacyjne w szkole- Szkolna Edukacja Komunikacyjna	Obchody Europejskiego Dnia Bezpieczeństwa Drogowego: spotkania z przedstawicielami Policji i Straży Miejskiej- pogadanki nt. bezpiecznego poruszania się pieszo i na rowerze po drodze publicznej Przystąpienie do programu Odblaskowa Szkoła: stworzenie odblaskowego patrolu, gazetka ścienna- „Kto nosi odblaski dostaje oklaski”, odblaskowe disco, ogólnoszkolny konkurs plastyczny nt. bezpieczeństwa w ruchu	Zwiększenie wiedzy uczniów nt. zasad bezpiecznego zachowania na drodze i poboczu oraz utrwalenie prawidłowych nawyków z tym związanych Wyposażenie uczniów w elementy odblaskowe, promowanie inicjatyw ograniczających zagrożenia w ruchu drogowym, zwrócenie uwagi dorosłych na konieczność kontrolowania ustawowego obowiązku korzystania przez dzieci z elementów odblaskowych,

	drogowym pt. Odblaskowa biżuteria”, odblaskowe wycieczki rowerowe klas starszych, Konkurs na szkolną maskotkę- Strażnik Bezpieczeństwa, szkolny konkurs o znakach drogowych Zorganizowanie Międzyszkolnego Turnieju Wiedzy „Bezpieczne dziecko” Udział w Ogólnopolskim Turnieju Bezpieczeństwa w Ruchu Drogowym dla szkół podstawowych	wyrobienie nawyku odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych Promocja bezpieczeństwa w szkole Promocja bezpieczeństwa poza szkołą Promocja bezpieczeństwa w szkole
Chronimy nasze dzieci- przemoc i agresja rówieśnicza	Udział w kampanii społecznej Rzecznika Praw Dziecka „ Powiedzmy STOP szkolnej agresji”: zajęcia profilaktyczne dla uczniów , rodziców i nauczycieli z zakresu przemocy i agresji rówieśniczej, przystąpienie do ogólnopolskiej kampanii społecznej „Bądź kumplem- nie dokuczaj”	Nagłośnienie problemu przemocy rówieśniczej, zmiana postaw dzieci i młodzieży, prowadząca do obniżenia poziomu agresji dzieci w szkole, zdobycie certyfikatu placówek realizujących standardy ochrony dzieci przed przemocą, promowanie koleżeńskich zachowań

Adresaci programu:

- uczniowie szkoły podstawowej, gimnazjum i liceum
- rodzice
- nauczyciele i pracownicy szkoły
- środowisko lokalne

Realizatorzy programu:

- uczniowie
- dyrekcja szkoły
- nauczyciele, wychowawcy
- pedagog szkolny
- zespół ds. promocji zdrowia
- rodzice i opiekunowie
- pielęgniarka
- pracownicy szkoły
- instytucje współpracujące ze szkołą
- zaproszeni specjaliści

Osoby i instytucje wspierajgce działalność programowg

- Samorząd Uczniowski
- Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna
- Rada Rodziców
- Powiatowa Stacja SANEPID-u
- Służba Zdrowia
- Policja i Straż Miejska
- Instytucje i fundacje promujące zdrowie

Oczekiwane rezultaty uczestnictwa społeczności szkolnej w realizacji programu

Udział w programie ma zwiększyć motywację społeczności szkolnej i spowodować poszerzenie wiedzy oraz zmian zachowań w zakresie aktywności fizycznej, zdrowego odżywiania, higieny i bezpieczeństwa oraz zdrowia psychospołecznego.

Zakłada się, że po realizacji programu uczniowie będą świadomie dbać o higienę osobistą i otoczenia.

Włączą się w walkę z nałogami i innymi zagrożeniami cywilizacyjnymi w najbliższym środowisku. Działania w ramach promocji zdrowia są skierowane do wszystkich uczniów naszej szkoły, tak aby już od najmłodszych lat uświadamiać dzieci jak ważne jest dbanie o nasze zdrowie i konieczność niesienia pomocy innym.

***<u>Przewidywane efekty to</u>*:**

- Świadomy i samodzielny wybór przez uczniów zdrowego stylu życia.
- Zdobycie wiadomości ułatwiających prozdrowotne zachowania.
- Rzetelna diagnoza potrzeb uczniów i całej społeczności szkolnej.
- Satysfakcja płynąca z osiągania zamierzonych celów
- Kształtowanie motywacji wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia, a także podejmowanie działań na rzecz zdrowia własnego i innych.
- Zmniejszenie powszechności występowania zaburzeń psychosomatycznych,
- Wzrost świadomości potrzeby dbania o zdrowie swoje i innych.
- Umiejętność planowania zdrowego stylu życia i podejmowania skutecznych działań w tym zakresie
- Podniesienie kompetencji zawodowych nauczycieli
- Promocja szkoły i tworzenie tradycji

<u>Monitorowanie i ewaluacja programu.</u>

Program podlega ocenie skuteczności, czyli ewaluacji.
Rodzaj ewaluacji:
- Ewaluacja procesu (monitoring)
- Ewaluacja końcowa

Ewaluacja programu będzie polegała na systematycznym monitorowaniu zaplanowanych zadań. Informacje niezbędne do ewaluacji pozyskiwane będą przez:

- rozmowy i wywiady z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły
- obserwację uczniów w różnych sytuacjach
- wymianę uwag, spostrzeżeń i własnych doświadczeń podczas spotkań zespołu do spraw promocji zdrowia
- analizę dokumentów szkolnych
- ankiety skierowane do uczniów, rodziców i nauczycieli
- analizę wytworów pracy uczniowskiej
- zaangażowanie uczniów w działania promujące zdrowy styl życia (tytuł - klasa promująca zdrowie)

Każdy zakończony rok pracy będzie podsumowany w raporcie działań podjętych w ramach promocji zdrowia. Zastanie on przedstawiony Radzie Pedagogicznej oraz umieszczony do wiadomości całej społeczności szkolnej na szkolnej stronie internetowej.

Dokumentacja programu

- Informacje na stronie internetowej szkoły
- Zapisy w dziennikach lekcyjnych.
- Informacje, ulotki, plansze, aktualne hasła w gablocie szkolnej.
- Sprawozdania z podejmowanych działań bieżących
- Sprawozdania roczne na konferencji podsumowującej

Bibliografia:

1.Gumowska J., *ABC dobrego zachowania*, Warszawa 1959
2.Kamyczek B., *Grzeczność na co dzień*, Warszawa 1978
3. *Encyklopedia zdrowia*, Polska Oficyna Wydawnicza BGW, wyd. Media Rodzina, Poznań 1993
4. *Pedagogika zdrowia* -Demel wyd. WSiP, Warszawa 1980
5.Woynarowska B., *Szkoła promująca zdrowie w społeczności lokalnej*, wyd. CEM 1999
6. Woynarowska B., *Edukacja zdrowotna*, PZWL, Warszawa 2007

opracowanie:
Aleksandra Pułtorak- koordynator programu Promocji Zdrowia