

RAPORT (2014-2015)

PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA

w ramach „Śląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie”

Zespół Szkół Sportowych

Sportowa Szkoła Podstawowa nr 2 im. KEN

44-310 Radlin

ul. Rogozina 55

nr tel./fax 032-4558330

www.zss.radlin.pl

Szkolny koordynator: Elżbieta Marek

Aleksandra Patas

CEL GŁÓWNY PROGRAMU:

Propagowanie zdrowego stylu życia

MODUŁ 1: Jestem odpowiedzialny

Szczegóły modułu	Procedura osiągnięcia celów (metody)	Uzyskane efekty (cele szczegółowe)	Sposoby ewaluacji	Grupa zainteresowanych (ilość osób)	Data realizacji
Bezpieczeństwo w szkole i w życiu codziennym	Zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa obowiązującymi w szkole – pogadanki.	Uczniowie znają i stosują zasady bezpieczeństwa w szkole; reagują na sytuacje zagrażające zdrowiu i życiu.	Analiza ilości wypadków w szkole.	Klasy 1- 6	IX 2014 oraz w miarę potrzeb
	Zapoznanie z przepisami ruchu drogowego – pogadanki, wycieczki na skrzyżowanie.	Uczniowie: - potrafią bezpiecznie przejść przez drogę, - znają zasady poruszania się poboczem drogi, - potrafią wymienić pojazdy uprzywilejowane.	Analiza ilości wypadków w drodze do i ze szkoły.	Klasy 1-6	IX – X 2014 oraz w miarę potrzeb
	Zorganizowanie zajęć przygotowujących do egzaminu na kartę rowerową dla klas IV. Zorganizowanie egzaminu.	90 % uczestników zdało egzamin na kartę rowerową.	Analiza wyników.	Uczniowie klas IV	III – V 2015 VI 2015
Bezpieczna aktywność fizyczna	Zapoznanie uczniów z regulaminem sal gimnastycznych i boisk.	Uczniowie znają i przestrzegają regulaminu sal sportowych oraz obiektów sportowych.	Analiza ilości wypadków w szkole. Obserwacja.	Uczniowie klas 2-6	IX 2014
	Teoretyczne i praktyczne zajęcia dotyczące asekuracji i samoasekuracji.	Uczniowie prawidłowo stosują asekurację.	Obserwacja.	Uczniowie klas 4-6	Cały rok
	Teoretyczne i praktyczne zajęcia dotyczące ekonomicznego i ergonomicznego przenoszenia sprzętu.	Uczniowie prawidłowo przenoszą sprzęt.	Obserwacja.	Uczniowie klas 4-6	Cały rok

Bezpieczny wypoczynek	<p>Cykl pogadarek dla klas 4-6 nt.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem, - odpowiedzialnego i bezpiecznego zachowanie się nad wodą i w górach, - bezpiecznych zabaw latem i zimą. 	<p>Uczniowie potrafią:</p> <ul style="list-style-type: none"> - omówić i zaprezentować kilka sposobów ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem, - wymienić kilka czynników zapobiegających udarom, - wymienić kilka przykładów zagrożeń podczas pobytu w górach i nad wodą, - zaprezentować kilka zabaw na świeżym powietrzu z zachowaniem zasad bezpieczeństwa. 	<p>Obserwacja, wywiad.</p>	<p>Uczniowie klas 4-6</p>	<p>Cały rok</p>
	<p>Konkurs plastyczny nt. bezpiecznych zabaw.</p>	<p>Uczniowie wykonują prace plastyczne o tematyce bezpiecznych zabaw.</p>	<p>Analiza prac.</p>	<p>Uczniowie klas 1 -6</p>	<p>IX-X 2014</p>
Bezpieczna i przyjazna świetlica szkolna	<p>Konkurs "Dobre zachowanie".</p>	<p>Uczniowie kształtują postawy prospołeczne.</p>	<p>Analiza wyników konkursu.</p>	<p>Uczniowie klas 1-3</p>	<p>III – V 2015</p>
	<p>"Zdrowy i aktywny styl życia" - zajęcia ruchowe na powietrzu.</p>	<p>Uczniowie aktywnie i bezpiecznie bawią się i grają.</p>	<p>Obserwacja.</p>	<p>Uczniowie klas 1-3</p>	<p>IV-V 2015</p>
	<p>Pogadanki nt. "Jestem bezpieczny i bezpiecznie korzystam z Internetu".</p>	<p>Uczniowie wiedzą, jak bezpiecznie korzystać z Internetu oraz jakie kryją się zagrożenia w sieci.</p>	<p>Wywiad.</p>	<p>Uczniowie klas 1-3</p>	<p>1.05.2015</p>
	<p>"Świetlica otwarta na potrzeby środowiska lokalnego" – wyjście do ochronki parafialnej.</p>	<p>Uczniowie są wrażliwi na potrzeby innych, potrafią się dzielić i pomagać.</p>	<p>Obserwacja, wywiad.</p>	<p>Uczniowie klas 1-3</p>	<p>1.05.2015</p>

MODUŁ 2: Jestem aktywny

Szczegóły modułu	Procedura osiągnięcia celów (metody)	Uzyskane efekty (cele szczegółowe)	Sposoby ewaluacji	Grupa zainteresowanych (ilość osób)	Data realizacji
Diagnoza własnej sprawności fizycznej oraz ocena postawy	Diagnoza własnej sprawności fizycznej.	Uczniowie: - znają kilka testów oceniających sprawność fizyczną, - potrafią prawidłowo wykonać próby i zinterpretować wyniki, - wiedzą, jakie ćwiczenia kształtują poszczególne zdolności motoryczne.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 4-6	IX-X 2014
	Wprowadzenie momentów kontroli i poprawy postawy ciała na zajęciach ruchowych klasy 1-6.	Uczniowie potrafią skontrolować i skorygować własną postawę ciała.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 1-6	Cały rok
	Zwracanie uwagi na postawę dziecka w różnych sytuacjach, np. odpowiedź przy tablicy, siedzenie w ławce - klasy 1-6.	Uczniowie potrafią skontrolować i skorygować własną postawę ciała.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 1-6	Cały rok
	Prowadzenie zajęć gimnastyki korekcyjnej – uczniowie ze skierowaniem.	Wyselekcjonowani uczniowie aktywnie i systematycznie uczestniczą w zajęciach z gimnastyki korekcyjnej.	Analiza dokumentacji szkolnej.	Uczniowie klas 1-6	Cały rok
	Teoretyczne i praktyczne ćwiczenia pomiaru tętna przed wysiłkiem oraz po wysiłku klasy 4-6. Analiza i interpretacja wyników.	Uczniowie potrafią zmierzyć tętno własne i współwiczającego oraz zinterpretować wyniki.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 4-6	IX-X 2014 V-VI 2015
Uczestnictwo w różnorodnych formach aktywności	Debata sportowa - na temat preferowanych aktywności fizycznych oraz sposobów uatrakcyjnienia zajęć w-f.	Uczniowie potrafią wypowiedzieć się na temat własnej aktywności fizycznej oraz swoich oczekiwań odnośnie	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 4-6	IX 2014

fizycznej		zajęć z w-f.			
	Stworzenie oferty zajęć sportowych.	Uczniowie klas niesportowych posiadają wyższy poziom własnych umiejętności, dzięki czemu mają szansę wziąć udział w zawodach międzyszkolnych.	Wywiad.	Uczniowie klas 4-6	IX 2014
	Organizacja zajęć pozalekcyjnych w dogodnych porach dla młodszych dzieci.	Uczniowie chętnie i licznie uczestniczą w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym.	Obserwacja, wywiad, analiza dokumentacji.	Uczniowie klas 1-6	Cały rok
	Informacje dla rodziców związane ze zwolnieniami z w-f oraz ich konsekwencjami.	Rodzice rozumieją zagrożenia dla zdrowia dziecka wynikające z częstych bezzasadnych zwolnień z w-f.	Wywiad.		IX 2014
	Konkurs plastyczny dla klas 4-6 „Różne oblicza sportu”.	Uczniowie potrafią treści oraz zachowania związane z bezpieczeństwem zaprezentować w formie pracy plastycznej.	Analiza prac.	Uczniowie klas 6	1.05.2015
Wdrażamy do przestrzegania higieny osobistej	Pogadanki z higienistką na temat higieny osobistej klasy 4-6.	Uczniowie wiedzą, jak ważne jest mycie rąk.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 4-6	
	Lekcje dla klas 1-6 na temat sposobów przestrzegania higieny osobistej – regularne mycie włosów, codzienna zmiana bielizny, systematyczna zmiana stroju na zajęcia wychowania fizycznego.	Uczniowie wiedzą, jak ważne jest przestrzeganie higieny oraz dbają o czystość włosów, rąk i paznokci.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 1-6	IX – XII 2014
	Systematyczna zmiana stroju na zajęcia w-f.	Uczniowie dbają o czysty i schludny strój na lekcje w-f.	Obserwacja, analiza dokumentacji.	Uczniowie klas 1-6	Cały rok
	Zapewnienie odpowiednich warunków do przestrzegania higieny – mydło, papierowe	Uczniowie myją ręce po skorzystaniu z toalety.	Obserwacja.	Uczniowie klas 1-6	Cały rok

	ręczniki w toaletach.				
--	-----------------------	--	--	--	--

Moduł 3: Odżywiam się zdrowo

Szczegóły modułu	Procedura osiągnięcia celów (metody)	Uzyskane efekty (cele szczegółowe)	Sposoby ewaluacji	Grupa zainteresowanych (ilość osób)	Data realizacji
Poszerzenie wiedzy na temat zdrowego odżywiania	Akcja „Mleko w szkole” – klasy 1-3.	Uczniowie wiedzą, jakie wartości odżywcze posiada mleko i owoce	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 1-3	Cały rok
	Akcja „Owoc w szkole” – klasy 1-3.	Uczniowie wiedzą, jakie wartości odżywcze posiada mleko i owoce.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 1-3	Cały rok
	Udział w projekcie „Śniadanie daje moc”.	Uczniowie wiedzą, jak ważne jest drugie śniadanie.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klasy 1	Cały rok
	Owocowy turniej sportowy.	Uczniowie aktywnie uczestniczą w zawodach i kibicowaniu.		Uczniowie klas 1-3	VI 2015

Moduł 4: W harmonii ze środowiskiem

Szczegóły modułu	Procedura osiągnięcia celów (metody)	Uzyskane efekty (cele szczegółowe)	Sposoby ewaluacji	Grupa zainteresowanych (ilość osób)	Data realizacji
Uwrażliwienie uczniów na treści proekologiczne	Cykl pogadarek i prezentacji nt.: 1. Znaczenie segregacji w ochronie środowiska, 2. „Gasząc światło chronię przyrodę”, 3. „Paląc śmieci trujesz dzieci”.	Uczniowie: - wyrzucają śmieci do odpowiednich pojemników, - aktywnie uczestniczą w zbiórkach surowców wtórnych.	Obserwacja, wywiad.	Uczniowie klas 1- 4 Członkowie LOP	Cały rok

	Udział w akcji „Dzień Ziemi”.	Uczniowie aktywnie uczestniczą w akcji Dzień Ziemi.	Obserwacja.	Uczniowie klas 1-3	IV 2015
	Udział w kampanii „Sprzątanie Świata”.	Uczniowie aktywnie uczestniczą w akcji Sprzątanie Świata.	Obserwacja.	Uczniowie klas 1-6	IX 2014
	Udział w podchodach ekologicznych – konkurs powiatowy.	Uczniowie aktywnie uczestniczą w konkursie i prezentują swoją wiedzę ekologiczną.	Analiza przebiegu konkursu.	Uczniowie klas 4-6	VI 2015
	Realizacja programu profilaktycznego dotyczącego palenia "Znajdź właściwe rozwiązanie".	Uczniowie wiedzą, co to asertywność i jak szkodliwe jest palenie.	Wywiad.	Uczniowie klas 5-6	III-IV 2015
	Realizacja warsztatów przyrodniczych "Bliżej przyrody" w Wolińskim Parku Narodowym.	Uczniowie w praktyce stosują obserwację, wywiad, prowadzenie dziennika obserwacji i prezentowanie własnych działań.	Wywiad, obserwacja, analiza prac.	20 osób	V 20015
	Konkurs "Z ekologią na ty".	Uczniowie znają podstawowe pojęcia ekologiczne i działania proekologiczne.	Analiza przebiegu konkursu.	Uczniowie klas 1-3	IV 2015
	Spotkanie z myśliwym z kółka łowieckiego.	Uczniowie mają świadomość konieczności dbania o zwierzęta zimą, dbania o środowisko.	Wywiad.	Uczniowie klas 1	II 2015
	Prelekcja "Dokarmiamy ptaki zimą".	Uczniowie mają świadomość konieczności dbania o zwierzęta zimą, dbania o środowisko.	Wywiad.	Uczniowie klas 1-3	II 2015
	Wyjścia na tężnię.	Uczniowie wiedzą, co to tężnia i jakie niesie korzyści dla zdrowia.	Wywiad.	Członkowie LOP	IX-X 2014 III-VI 2015