

**SPRAWOZDANIE Z DZIAŁAŃ PODJĘTYCH W ZAKRESIE REALIZACJI PROJEKTU**  
**”SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”**  
w roku szkolnym 2015/2016 w I półroczu

*Obszar działania: Promocja zdrowia i zachowań prozdrowotnych*

<b>L.P.</b>	<b>NAZWA DZIAŁANIA KRÓTKA CHARAKTERYSTYKA / OPIS DZIAŁANIA (CELE)</b>	<b>OSOBY ZAANGAŻOWANE</b>	
1.	Opracowanie planu pracy na rok szkolny 2015/2016.	Po konsultacjach z nauczycielami, w sierpniu opracowano projekt planu działań, który został zatwierdzony do realizacji przez Radę Pedagogiczną.  CEL: Wybranie działań priorytetowych, wskazanie osób odpowiedzialnych za ich realizację.	Zespół ds. promocji zdrowia: mgr Danuta Rosiek, mgr Dorota Żelasko, mgr Agnieszka Sułkowska, mgr Barbara Jabłońska
2.	Kampania informacyjna - Zapoznanie uczniów klas pierwszych i ich rodziców z projektem „Szkoła Promująca Zdrowie”.	We wrześniu przygotowano gazetkę ścienną z najważniejszymi informacjami o celach i formach realizacji projektu. Wychowawcy klas przeprowadzili lekcje wychowawcze, na których zapoznali uczniów z planem działań projektowych, rodziców informowano na spotkaniach z rodzicami Opracowano zakładkę „Szkoła Promująca Zdrowie” na szkolnej stronie internetowej, gdzie umieszczane są informacje dotyczące realizacji projektu.  CEL: Upowszechnianie wśród młodzieży wiedzy na temat celu i form realizacji działań projektowych. Promocja zdrowia i profilaktyki prozdrowotnej.	Zespół ds. promocji zdrowia, wychowawcy klas, mgr Jolanta Zapała
3.	Promowanie założeń projektu wśród społeczności szkolnej.	Zorganizowano Konkurs na szkolne logo i hasło projektu Szkoła Promująca Zdrowie. Laureaci konkursu otrzymali nagrody książkowe. Prace konkursowe prezentowane są na gazetce ściennej. Termin realizacji październik – grudzień.  CEL: Upowszechnianie wśród młodzieży wiedzy na temat projektu , zachęcenie do aktywnego włączania się w działania realizowane na terenie szkoły. Promocja zdrowia i profilaktyki prozdrowotnej.	mgr Danuta Rosiek , mgr Maria Kędra, mgr Jolanta Zapała , mgr Anna Golonka, Samorząd Uczniowski, Rada Rodziców

4 Stawiam na zdrowie – wiem, umiem, pomagam.	<p>Wdrożenie innowacji pedagogicznej „Stawiam na zdrowie – wiem, umiem, pomagam” w klasach biologiczno – chemicznych.</p> <p>Prowadzenie „nietypowych lekcji biologii” m.in. zajęcia edukacyjne w Poradni „K” Szpitala Powiatowego w Limanowej, zajęcia edukacyjne w Laboratorium Ścieków i Wody.</p> <p>CEL: Wdrażanie uczniów do zdrowego i aktywnego stylu życia, kształtowanie u młodego człowieka właściwych nawyków zdrowotnych i higienicznych. Uświadomienie uczniom znaczenia zdrowia dla człowieka i społeczeństwa. Przygotowanie do współpracy młodzieży i dorosłych w tworzeniu zdrowego środowiska lokalnego, promowaniu zdrowia i zdrowego stylu życia.</p>	mgr Agnieszka Sułkowska	
---	---	-------------------------	--

*Obszar działania: Promocja zasad zdrowego żywienia*

1.	<p>Zaburzenia odżywiania</p> <p>W październiku zorganizowano prelekcję dla młodzieży nt. „Zaburzeń odżywiania”, na którą zaproszona została pani Wiesława Bubula – dietetyczka Szpitala Powiatowego w Limanowej. Przygotowano informację dla rodziców o prawidłowym żywieniu i problemach zdrowotnych młodzieży z którymi zgłaszają się do pielęgniarki szkolnej. Informacje te zostały przekazane przez pielęgniarkę p. Janinę Marcisz w czasie listopadowego spotkania z rodzicami</p> <p>Przygotowano prezentację multimedialną pt. „Na bakier z jedzeniem” wyświetlaną na</p>	mgr Danuta Rosiek, mgr Dorota Żelasko, pielęgniarka szkolna pani Janina Marcisz, pani Wiesława Bubula – dietetyk Szpitala Powiatowego w Limanowej, mgr Sławomir Zoń	
----	---	---	--

	<p>telebimach szkolnych, oraz gazetkę ścienną pt. „Racjonalne odżywianie + aktywność fizyczna = zdrowy styl życia”.</p> <p>CEL: Kształtowanie odpowiedzialnych zachowań i prozdrowotnych postaw wśród młodzieży. Popularyzowanie wiedzy temat zasad prawidłowego odżywiania się oraz najczęstszych zaburzeń odżywiania.</p>		
2.	<p>Blog kulinarny – Zdrowo gotuję</p>	<p>Wprowadzono innowację pedagogiczną w klasach drugich technikum gastronomicznego. Uczniowie pod opieką nauczycieli przedmiotów gastronomicznych prowadzą internetowy blog, gdzie umieszczają przepisy na różne zdrowe dania i przekąski.</p> <p>CEL: Edukacja w zakresie zasad zdrowego żywienia się, wskazywanie młodzieży „jak można jeść zdrowo i minimalizować skutki niekorzystnych przyzwyczajęń żywieniowych”.</p>	<p>mgr Renata Jaworska, mgr Joanna Potoniec, mgr Agata Kozyra uczniowie klas II G<sub>1</sub> i G<sub>2</sub></p>

*Obszar działania: Profilaktyka uzależnień*

1.	<p>Spektakl profilaktyczny „Retusz”</p>	<p>Zorganizowano dla młodzieży spektakl profilaktyczny prezentowany przez aktorów Impresariatu Artystycznego „Inspiracja” z Krakowa. Tematem spektaklu była szkodliwość wszelkiego rodzaju używek, ze szczególnym zwróceniem uwagi na problem dzisiejszych czasów jakim są dopalacze. Termin realizacji: październik.</p> <p>CEL: Dostarczenie argumentów promujących zdrowy styl życia i utwierdzenie w przekonaniu, że warto bronić własnych przekonań i wartości - często wbrew naciskom otoczenia.</p>	<p>mgr Dorota Żelasko, mgr Danuta Rosiek</p>
2.	<p>Światowy Dzień Rzucania Palenia</p>	<p>Przygotowano gazetkę ścienną na temat szkodliwości palenia tytoniu, umieszczono na stronie internetowej szkoły informacje Głównego Inspektora Sanitarnego o Kampanii „Nie zawsze wędzone trzyma się dłużej”. Termin realizacji: listopad.</p> <p>CEL: Przeciwdziałanie uzależnieniom, promocja życia wolnego od nałogów.</p>	<p>pielęgniarka szkolna – Janina Marcisz, mgr Jolanta Zapala</p>

3.	<p>„Młodzi młodym” Zorganizowano konkurs na esej w wybranych grupach tematycznych; „Bądź wolnym człowiekiem – życie bez nałogów jest szczęśliwsze”, „Alkohol niszczy zdrowie i człowieczeństwo”, „Abstynencja – sposobem na spełnienie marzeń”. Laureaci konkursu otrzymali nagrody książkowe ufundowane przez Radę Rodziców. Termin realizacji: październik – grudzień. CEL: Przeciwdziałanie uzależnieniom, wskazywanie szkodliwego wpływu alkoholu na zdrowie i życie człowieka.</p>	<p>mgr Danuta Rosiek, mgr Barbara Jabłońska, mgr Dorota Żelasko, mgr Maria Kędra, mgr Małgorzata Wątroba, mgr Adam Liszka</p>	
----	---	---	--

*Obszar działania: Promocja aktywności fizycznej, higieny zdrowia psychicznego i fizycznego oraz bezpiecznego stylu życia*

1.	Sprzątanie Świata 2015	<p>We wrześniu uczniowie 9 klas wraz z nauczycielami wychowania fizycznego sprząkali teren Sowlin wzdłuż Bulwar i okolic. Akcję Sprzątanie świata-Polska 2015 poprzedziła krótka prelekcja przez radiowęzeł na temat tegorocznej edycji pod hasłem „Wyprawa-poprawa”.</p> <p>CEL: Kształtowanie postawy odpowiedzialności za środowisko przyrodnicze. Wskazywanie wpływu zanieczyszczeń środowiska na zdrowie człowieka.</p>	mgr Anna Gienza, nauczyciele wychowania fizycznego, Samorząd Uczniowski
2.	Pokaz udzielania pierwszej pomocy – resuscytacji.	<p>W październiku młodzież brała udział w prelekcji i pokazie udzielania pierwszej pomocy - resuscytacji krążeniowo-oddechowej przeprowadzonym przez ratowników Polskiego Związku Motorowego z Limanowej: Andrzeja Pałkę, Mirosława Kaję i Jana Harasiewicza. Uczniowie kl 2OP, 2 M i 1OM uczestniczyli w zorganizowanym przez Starostwo Powiatowe pokazie sprzętu ratowniczego, prelekcji i biciu rekordu w grupowym wykonywaniu resuscytacji. Każdy z uczestników otrzymał apteczkę pierwszej pomocy WOŚP.</p> <p>CEL: Kształtowanie postawy odpowiedzialności za zdrowie i życie innych osób. Utrwalanie wiadomości i umiejętności w zakresie udzielania pierwszej pomocy.</p>	mgr Dorota Żelasko, mgr Robert Papież
3.	Światowy Dzień Uśmiechu.	<p>W listopadzie Samorząd Uczniowski zorganizował na terenie szkoły akcję „Zabierz ze sobą uśmiech”.</p> <p>CEL: Poprawa samopoczucia uczniów, nauczycieli i innych pracowników na terenie szkoły. Zwrócenie uwagi na rolę bezinteresownego uśmiechu, jego wpływ na poprawę nastroju i</p>	Samorząd Uczniowski, mgr Halina Stach, mgr Magdalena Miśkowiec - Olejarz

		zmniejszenie stresu.	
4.	Europejski Kodeks Walki z Rakiem	<p>W ramach realizacji zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem zorganizowano konkurs Młodzi Młodym, spotkanie młodzieży z dietetyczką, przygotowano gazetki ściennie i prezentacje multimedialne na zadane tematy. Termin realizacji: wrzesień – grudzień.</p> <p>CEL: Propagowanie zdrowego stylu życia, unikania używek, uzależnień jako sposobu na zmniejszenie ryzyka zachorowania na choroby nowotworowe.</p>	Zespół ds. promocji zdrowia

5.	Bezpieczna szkoła	<p>We wrześniu przeprowadzono próbną ewakuację szkoły – alarm pożarowy w obu budynkach. Wychowawcy klas przeprowadzili lekcje wychowawcze dotyczące bezpieczeństwa w drodze do i ze szkoły.</p> <p>W listopadzie odbyły się spotkania młodzieży z przedstawicielami Komendy Powiatowej Policji w Limanowej. Tematem prelekcji była odpowiedzialność karna osób nieletnich za popełniane czyny karalne.</p> <p>Nasza szkoła włączyła się także w projekt Starostwa Powiatowego w Limanowej pn. „Bezpieczniej na drogach w Powiecie Limanowskim”, którego celem jest poprawa bezpieczeństwa w ruchu drogowym oraz promocja bezpiecznych zachowań i walka z uzależnieniami.</p> <p>W ramach projektu w listopadzie przeprowadzone były prelekcje dla uczniów z zakresu profilaktyki stosowania substancji psychoaktywnych. Poprowadziła je Pani Aleksandra Stanek- psychoterapeuta, magister psychologii .</p> <p>CEL: Zwiększenie bezpieczeństwa młodzieży i pracowników szkoły, ćwiczenie umiejętności sprawnej i bezpiecznej ewakuacji w sytuacji zagrożenia.</p>	mgr Robert Papież, mgr Dorota Żelasko, mgr Barbara Jabłońska, nauczyciele, wychowawcy, przedstawiciele policji
6.	Szkoła w ruchu	<p>Nauczyciele wychowania fizycznego przez całe półrocze prowadzili atrakcyjne zajęcia sportowe, przygotowywali młodzież do różnorodnych zawodów sportowych.</p> <p>CEL: Promowanie zdrowego stylu życia, zachęcanie do uprawiania sportu i podejmowania różnych form aktywności fizycznej. Zwrócenie uwagi na wpływ ruchu na zdrowie psychiczne i fizyczne człowieka</p>	Nauczyciele WF: mgr Jarosław Bukowiec, mgr Bartomiej Kempny, mgr Magdalena Miśkowiec – Olejarz, mgr Maria Ociepka, mgr Robert Papież, mgr Paweł Przyprawa, mgr Tomasz Sebastjański, mgr Halina Stach mgr Jarosław Szewczyk, mgr Artur Trojanowski

Opracowała: Danuta Rosiek – Koordynator projektu