

Sprawozdanie z realizacji działań o tematyce zdrowotnej w roku szkolnym 2020 – 2021

Zespół Placówek Szkolno – Wychowawczo – Rewalidacyjnych w sposób systematyczny realizuje w szkole treści o charakterze zdrowotnym zarówno w zakresie programu promującego zdrowie, jak programu wychowawczo – profilaktycznego.

W myśl hasła „Zdrowie to inwestycja w przyszłość” Placówka podejmuje wszelkich starań aby uczniowie mieli świadomość co oznacza pojęcie zdrowego trybu życia. Jak ważna jest aktywność fizyczna, zdrowa i zbilansowana dieta, umiejętność zagospodarowania wolnego czasu, zdrowie psychiczne, przeciwdziałanie uzależnieniom.

Cele, które założyliśmy w programie na lata 2020 - 2022:

- Wychowanie świadomego obywatela, uzbrojonego w wiedzę o zdrowiu, dokonującego samodzielnych wyborów i promującego zdrowy styl życia w swoim otoczeniu i przez co wpływającego na styl życia innych.
- Wdrożenie do aktywnego stylu życia dzieci i młodzieży, potrafiących świadomie gospodarować wolnym czasem.
- Promowanie życia bez nałogów.
- Oswajanie emocji, czyli rozpoznawanie własnych stanów emocjonalnych oraz nauczenie radzenia sobie z negatywnymi emocjami.
- Wychowanie świadomego konsumenta, który poprzez swoje codzienne wybory wpływa pozytywnie na ekologię, poprzez segregowanie odpadów, rezygnowanie z produktów uciążliwych dla środowiska, dbającego o estetykę otaczającego środowiska przyrodniczego.
- Uświadomienie jak ważna dla przyszłości całego społeczeństwa jest profilaktyka zdrowia, w zakresie przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym oraz populacyjnym.

W roku szkolnym 2020 – 2021 zrealizowany były następujące zadania:

Klasy 1 – 3 szkoły podstawowej:

- Powitanie jesieni oraz powitanie wiosny – w formie warsztatów kulinarnych oraz zajęć ruchowych
- realizacja tygodnia profilaktyki
- udział w obchodach Dnia Świadomości Autyzmu i akcji podaj rękę osobie z autyzmem.
- udział w warsztatach z okazji Dnia Ziemi

ZESTAWIENIE PROGRAMÓW I KONKURSÓW REALIZOWANYCH W KL.1-3

„Szkolne Przygody Gangu Słodziaków”, program ogólnopolski zorganizowany przez sieć sklepów „Biedronka”, którego celem jest inspirowanie dzieci do codziennego czytania i wspieranie działań proekologicznych

„Akademia Bezpiecznego Puchatka” – ogólnopolski program związany z bezpieczeństwem dzieci w czterech sferach: na drodze, w domu, w szkole oraz w Internecie.

"Zdrowo jem, więcej wiem..." - Jest to projekt realizowany przez Fundację Banku Ochrony Środowiska w trosce o zdrowie młodego pokolenia. Głównym celem programu jest kształtowanie wśród uczniów klas młodszych wiedzy na temat zależności pomiędzy sposobem odżywiania a stanem zdrowia.

Program edukacyjno – profilaktyczny realizowany z firmą SIDOLUX Polska; celem jest przestrzeżenie zasad dbania o zdrowie, o czyste ręce.

„Serdeczna karteczka” – ogólnopolski projekt edukacyjny plastyczno-techniczny; org. Przedszkole nr.4w Elblągu. Celem jest kształtowanie postaw społecznych, kartki są przekazem życzliwości, empatii i szacunku dla osób wykonujących dany zawód (podany w danym miesiącu)

„Przygotujmy lepszy świat” – ogólnopolski program edukacyjny dla klas 1-3 szkół podstawowych, którego celem jest pokazanie dzieciom, że ich codzienne wybory żywieniowe mają znaczenie dla nich i dla naszej planety. Uczniowie biorący udział w programie zdobywają wiedzę i umiejętności pozwalające im wybierać w diecie to co najlepsze.

Międzynarodowy Dzień Praw Dziecka z UNICEF- udział w międzynarodowej akcji Praw

Dziecka. Organizator UNICEF.

" Czyściochowa akademia". Jest to program skierowany dla pierwszoklasistów. Program porusza tematykę higieny w następujących obszarach: higiena jamy ustnej i nosa, czystość dłoni, zasady korzystania z toalety, mycie ciała i włosów oraz pielęgnacja skóry.

Klasy 4 – 8 szkoły podstawowej

Uczniowie wzięli udział w zajęciach o następującej tematyce:

- Bezpieczna droga do szkoły
- Zasady zachowania bezpieczeństwa w czasie pandemii Covid-19
- Asertywność - klasy VII-VIII
- Nie palę- profilaktyka nikotynizmu- klasy VII
- Alkoholowi mówię Nie- profilaktyka nadużywania alkoholu- klasy VII -VIII
- Budowanie motywacji – klasa VIII b
- Z tolerancją mi do twarzy – klasy VII- VIII
- Szkolnym Tygodniu Profilaktyki. IV-VIII
- Warsztatach- „ Cyberprzemoc” IV-VIII
- Warsztatach: Stop agresji. VII-VIII
- Warsztatach: Znamie! znam je. VII-VIII
- Obchodach Dnia Świadomości Autyzmu.
- Konkursie „Nakręć się na pomaganie”- klasy IV-VIII
- Akcji zbiórki elektroodpadów pt. „Recykling daje owoce”- klasy IV-VIII
- Szkolnej Spartakiadzie lekkoatletycznej- klasy IV-VIII
- Szkolnym konkursie rzutów do kosza- klasy IV-VIII
- obchodach Światowego Dnia Zdrowia
- udział w obchodach Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych zorganizowanych przez studentów UŚ w Cieszynie (przeprowadzenie warsztatu „ Zima”)
- udział w warsztatach przygotowanych przez studentów UŚ w Cieszynie z okazji Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych. 2021
- udział w akcji „ Razem na święta- prezent dla seniora”
- obchodach Dnia świadomości autyzmu-akcja i konkurs. „Podaj rękę osobie z autyzmem” oraz udział w challenge” Jesteśmy z Wami niebieskimi motylami”
- Udział uczniów w warsztatach w ramach Szkolnego Tygodnia Profilaktyki

- Udział w programie „ Znamię . Znam Je”
- Spotkanie z pracownikiem Straży Miejskiej – prezentacja multimedialna, pogadanka nt; „Bezpieczna droga do szkoły”.” Bezpieczne wakacje”.
- Udział w zajęciach „Bezpieczne i aktywne wakacje”

Szkoła Branżowa orasz Szkołą Przynoszącą do Pracy

Zajęcia w formie prelekcji oraz i warsztaty w ramach realizacji Programu Wychowawczo – Profilaktycznego:

Znamię. Znam Je.

Podstępne WzW

Cyberprzemoc

ARs bliżej siebie.

FAS-alkoholowy zespół płodowy.- Szkoła Branżowa

Dopalacze- kolekcjonuj w życiu tylko to co wartościowe.

Nie palę- profilaktyka nikotynizmu

Alkoholowi mówię Nie- profilaktyka nadużywania alkoholu.

Aids i HIV

Odpowiedzialność karna.

Stop agresji.

Podczas spotkań w ramach innowacji pedagogicznej „Realnie - odpowiedzialnie” poruszono tematy dotyczące profilaktyki uzależnień - podnoszenie świadomości uczniów na temat zagrożeń wynikających z uzależnienia, kształtowanie wśród uczniów umiejętności radzenia sobie w konstruktywny sposób z własnymi emocjami i trudnymi sytuacjami życiowymi, kształtowanie postawy wolnej od uzależnień.

Europejski Dzień Mózgu – udział w warsztatach stymulujących procesy poznawcze – marzec 2021

Światowy Dzień Zdrowia – udział w akcji informacyjnej – kwiecień 2021

Światowy Dzień Ziemi – udział w warsztatach recyklingowych – czerwiec 2021

Obchody Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych – udział w warsztatach komunikacyjnych oraz plastycznych – czerwiec 2021

Garden Party – impreza integracyjna z okazji lata oraz zakończenia roku szkolnego –

czerwiec 2021

Akcja Bezpieczne wakacje – udział w akcji informacyjnej – czerwiec 2021

Ośrodek Rewalidacyjno – Wychowawczy

- Bezpieczna droga do szkoły (filmik),
- Warsztaty dotyczące profilaktyki zdrowia,
- Dzień Ziemi,
- 3,2,1 start – zawody sportowe,
- Światowy Dzień Oceanów
- Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych

Zespół ds. Promocji Zdrowia w Zespole Placówek Szkolno – Wychowawczo – Rewalidacyjnych w Cieszynie:

Zespół pracował od września 2020 roku do czerwca 2021 roku organizując zajęcia integracyjne, w klasach oraz kampanie informacyjne na terenie całej szkoły.

Do najważniejszych zadań zrealizowanych w bieżącym roku szkolnym należało:

- zebranie zespołu – wrzesień 2020, ustalenie harmonogramu działań
- realizacja tematów w SPDP w ramach innowacji „Realnie – odpowiedzialnie” oraz w ramach realizacji programów Państwowej Inspekcji Sanitarnej w powiecie cieszyńskim „Dopalacze-wypalacze” - Groźne narkotyki”. Zajęcia odbywały się w trakcie całego roku szkolnego podczas zajęć stacjonarnych, odbywały się w klasach. W ramach realizowanych tematów: Omówienie wpływu na zdrowie i funkcjonowanie. Zajęcia warsztatowe: debata uczniów, drzewo decyzyjne

Omówienie typów środków uzależniających: używki, w tym z uwzględnieniem dopalaczy, prezentacja musicali oraz filmów profilaktycznych;

Debata na temat współcześnie nadużywanych środków uzależniających: telefon, portale społecznościowe, hazard oraz gry komputerowe

Zajęcia w SPDP z cyklu: Rozpoznawanie własnych emocji, źródła ich powstawania.

Warsztaty: „Jak radzić sobie ze stresem”

Trudne emocje – jak je rozpoznać, jak o nich rozmawiać, jak sobie z nimi radzić.

- organizacja zajęć na terenie całej placówki. Realizacja materiałów edukacyjnych oraz zajęcia praktyczne , z powodu pandemii odbywały się w przestrzeniach klasowych. Tematem cyklu było: „Dbamy o zdrowie na Przedwiośniu” . Realizowane tematy: Piramida żywieniowa, nowalijki, moc drugiego śniadania. Zajęcia realizowane były w marcu 2021, karty pracy, warsztaty praktyczne,
- zebranie online na platformie TEAMS, ewaluacja działań – 24 marzec 2021
- organizacja Światowego dnia Zdrowia – 07 kwiecień 2021, akcja ulotkowa – kolportowanie w całej przestrzeni szkolnej, prezentacja, zajęcia stacjonarne oraz online, karty pracy, gazetka szkolna,
- organizacja zajęć w ramach akcji Bezpieczne wakacje – czerwiec 2021, materiały do realizacji zajęć, quizy, gazetka szkolna