

PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA W SZKOLE NA ROK 2006/2007

Nazwa szkoły: **Zespół Szkół nr 23.**

Adres: **50-527 Wrocław, ul. J.Wł. Dawida 9/11**

Telefon: **071-782-81-34**

Dyrektor szkoły: **mgr Stella Gazdulska**

Koordynator Szkolnego Programu: **mgr Agnieszka Michalak-Ochrem**
mgr Marta Mazepa

Cel ogólny i cele szczegółowe programu Szkoły Promującej Zdrowie.

Cel ogólny:

1. Kształtowanie odpowiedzialności za zdrowie swoje i drugiego człowieka.

Cele szczegółowe:

1. Kształtowanie motywacji, wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia.
2. Zmiana nawyków i zachowań.
3. Kreowanie atmosfery sprzyjającej zdrowiu psychicznemu i fizycznemu.
4. Zaangażowanie w działania prozdrowotne różnych środowisk: szkolnych, domowych i medycznych.
5. Zachęcanie młodzieży do wszechstronnego rozwijania sprawności fizycznej, nabycia umiejętności technicznych celem wykorzystania potencjałów w dorosłym życiu.

Zadania planowane do realizacji.

L.p.	Zadania do realizacji	Formy, metody realizacji zadań	Realizatorzy	Termin
1.	Usprawnienie adaptacji i integracji uczniów w szkole.	• zapoznanie z zasadami bezpiecznego funkcjonowania uczniów w szkole. • przeprowadzenie zajęć integracyjno-adaptacyjnych w klasach pierwszych. • Praca nad kształtowaniem wzorowego modelu absolwenta i nauczyciela. • kontrola przestrzegania praw i obowiązków przez uczniów i nauczycieli • przeprowadzenie lekcji wychowawczych metodami aktywizującymi poświęconych sztuce komunikowania się. • przeprowadzenie pogadań z rodzicami na wywiadówkach	• wychowawcy behapowiec. • pedagog, psycholog. • Wicedyrektor /pedagog. • dyrektor, Samorząd Szkolny • wychowawcy • wychowawca pedagog.	• wrzesień 2006 • wrzesień 2006 • cały rok • cały rok • pierwszy sem. 2006 • wywiadówki zgodnie z kalendarzem
2.	Przeciwdziałanie zachowaniom agresywnym	• pogadanki z przedstawicielami Straży Miejskiej. • Jak radzić sobie z własną i cudzą agresją, rozwiązywanie konfliktów, bycie asertywnym – cykl zajęć na godzinach wychowawczych. • Obserwacja uczniów w kontaktach rówieśniczych. Praca z uczniem	• Straż Miejska, pedagog • wychowawcy • wychowawcy • pracownik świetlicy socjoterape-	• luty 2007 • cały rok • cały rok

		agresywnym i pomoc uczniom uległym. • „Śpieszmy się kochać ludzi tak szybko odchodzą”- tematyczne zajęcia lekcyjne i audycje w radiowęźle	utycznej • samorząd szkolny, wychowawcy	• cały rok
3.	Zmiana norm środowiskowych związanych z nałogami – wskazanie alternatywnych rozwiązań.	• przeprowadzenie godziny wychowawczej w klasach pierwszych; 1. Mity i stereotypy na temat nikotyny. • Organizacja Dnia Walki z Nikotynizmem • realizacja programów profilaktycznych – w klasach pierwszych „NOE” w klasach drugich „KOREKTA”. • propagowanie zasad „bycia” bez alkoholu, narkotyków i papierosów. • spotkania uczniów z przedstawicielami MONARu. • praktyczne techniki antystresowe i ćwiczenia relaksacyjne dla młodzieży i nauczycieli. • Szkoleniowa Rada Pedagogiczna „Środki psychoaktywne” • warsztaty dla maturzystów „Sposoby radzenia sobie ze stresem egzaminacyjnym”.	• wychowawcy • szkolny koordynator, zaproszony prelegent • pedagog, psycholog • samorządy klasowe, zespół ds. promocji zdrowia • przedstawiciel MONARU • nauczyciele wychowania fizycznego • pedagog, • pedagog, wychowawcy klas III.	• Do dysp. Wychowawcy • Drugi semestr • wrzesień-marzec 2007 • styczeń 2007 • drugi semestr • jesień 2007 • II sem. • luty 2007
4.	Zdobycie rzetelnych informacji na temat profilaktyki	• przekazanie niezbędnej wiedzy z zakresu profilaktyki HIV/AIDS uczniom	• na lekcjach biologii, na spotkaniach z koordynato-	• październik-grudzień 2007

	HIV/AIDS	klas I i II, przygotowanie uczniów do olimpiady wiedzy o AIDS. • Zorganizowanie Światowego Dnia Walki z AIDS- przeprowadzenie konkursu plastycznego, opracowanie ulotek informacyjnych, prelekcje prowadzone przez osoby z zewnątrz.	rem • szkolny koordynator • zaproszony lekarz.	• grudzień 2006 i kwiecień 2007
5.	Przekazanie niezbędnej wiedzy z zakresu problemów kobiecych.	• przekazanie niezbędnej wiedzy z zakresu profilaktyki raka piersi uczennicom klas drugich. • indywidualna nauka technik samobadania piersi. • Udział dziewcząt klas trzecich i drugich w zajęciach z cyklu „Mój pierwszy ginekolog”	• Pielęgniarka szkolna lub pracownik sanepidu • pielęgniarka z certyfikatem • szkolny koordynator	• 2007 • cały rok • styczeń 2007
6.	Kształtowanie nawyków dbania o rozwój fizyczny i intelektualny	• udział w kampanii „Trzymaj się prosto” • cykl zajęć tematycznych: profilaktyka wad postawy, • przeprowadzenie zajęć pt.: „Płytki wyobrażenia to kalectwo” mająca na celu przestrzeganie przed skakaniem do zbiorników wodnych • promowanie aktywnej formy spędzania wolnego czasu przez organizację turniejów sportowych • „Cudze chwalicie swego nie znacie” – promowanie Polski	• B.Kajzer • nauczyciel biologii, B.Kajzer • szkolny koordynator i wychowawcy • nauczyciele wf-u • nauczyciele geografii	• październik i marzec • kwiecień 2007 • czerwiec 2007 • cały rok • cały rok

		jako kraju turystycznego. • Udział w warsztatach plastycznych, literackich, teatralnych organizowanych w ramach Festiwalu Sztuki	• szkolny koordynator	• marzec-czerwiec 2007
7	Zachęcenie do doskonalenia się w zakresie udzielania pierwszej pomocy	• pokaz ratownictwa medycznego • kurs pierwszej pomocy dla chętnych uczniów • udział w Olimpiadzie Pierwszej Pomocy	• B.Kajzer • Z. Jarek • Z. Jarek	• Styczeń 2007 • Zajęcia w I i II sem
8	Uświadomienie skutków otyłości wśród młodzieży	• realizacja programu „Gruba zguba”- klasy pierwsze. • cykl zajęć tematycznych poświęconych prawidłowemu odżywianiu • przeprowadzenie konkursu na hasła propagujące prawidłowe żywienie.	• dietetyk, nauczyciele biologii i chemii	• maj 2007

Narzędzia pomiaru służące osiąganiu celów.

Narzędziem pomiaru będzie kwestionariusz, wypełniany w czerwcu pod koniec roku szkolnego. Analiza ankiet umożliwi porównanie wiadomości i potrzeb uczniów w odniesieniu do stanu wyjściowego. Stopień zaangażowania uczniów w realizację poszczególnych części programu będzie też ważnym miernikiem realizacji założonych celów. Ewaluacja w czasie programu i po jego zakończeniu umożliwi lepsze planowanie dalszej pracy, dlatego konieczna będzie odpowiedź na pytania: co program dał nauczycielom? Co dał uczniom, a co szkole? Co było satysfakcjonujące a co będzie trzeba poprawić?

Ewaluacji wyników dokonamy:

- Ankietując uczniów przed, w trakcie i po programie.
- Ankietując rodziców.
- Obserwując zainteresowanie uczniów programem.
- Prowadząc wywiady, dyskusje.
- Obserwując zaistniałe zmiany w życiu szkoły.

Zakładane wyniki ewaluacji.

Oceną programu będą wyniki osiągnięte w jego realizacji, co będzie widoczne po przeprowadzeniu ankiety końcowej.

Spodziewane efekty

Uczniowie:

- potrafią dokonywać właściwych wyborów
- są bardziej odpowiedzialni za swoje życie i życie drugiego człowieka
- potrafią współpracować w grupie i przyjmować odpowiedzialność za powierzone zadania
- mają świadomość wpływu własnego postępowania na stan swojego zdrowia
- są świadomi konsekwencji nałogów związanych z nikotyną, alkoholem i narkomanią
- mają świadomość, że alkohol i narkotyki nie rozwiążą żadnych problemów
- zdają sobie sprawę z niebezpieczeństwa uzależnienia się od narkotyków w wyniku jednorazowego kontaktu z nimi
- mają świadomość konieczności uprawiania ćwiczeń fizycznych dla zachowania zdrowia
- potrafią przewidzieć skutki złych nawyków żywieniowych
- zachowują postawę krytycyzmu wobec reklamowanych produktów żywnościowych
- mają świadomość, że wierność i działania profilaktyczne są skutecznym zabezpieczeniem przed możliwością zakażenia wirusem HIV
- posiadają podstawową wiedzę z zakresu profilaktyki zdrowia
- mają świadomość, że obserwacja i znajomość swojego ciała może umożliwić wczesne rozpoznanie choroby nowotworowej a to stwarza możliwość całkowitego jej wyleczenia
- wiedzą gdzie szukać pomocy w sytuacjach kryzysowych
- będą propagować wśród swoich rówieśników i rodziców zdrowy styl życia
- w 70% ocenia prowadzone zajęcia jako przydatne i interesujące

Opracowała: A. Michalak-Ochrem