

Plan Pracy koordynatora do spraw promocji zdrowia w roku szkolnym 2016/2017



Koordynator: Jolanta Pajor

Zadanie	Forma realizacji	Termin realizacji
1. Propagowanie i utrwalanie prawidłowych oraz eliminowanie złych nawyków żywieniowych.	1. Przygotowanie materiałów informacyjnych na temat zdrowego żywienia i udostępnienie ich na gazetce szkolnej („Wpływ odżywiania na zdolność koncentracji i nauki”, „Do szkoły wychodź po śniadaniu i ze śniadaniem”).	cały rok szkolny
	2. Zaplanowanie lekcji z wychowawcą dotyczących zdrowia i aktywności fizycznej.	wrzesień 2016
	3. Realizacja uczniowskiego projektu w kl. I-III „Czy pierwsze śniadanie to wielkie wyzwanie?”	wrzesień-listopad 2016
	4. Dzień marchewkowo-jabłkowy.	październik 2016
	5. Spotkanie z dietetykiem.	listopad 2016
	6. Pani Zdrówko radzi...- Światowy Dzień Żywności – spotkanie ze szkolną pielęgniarką.	grudzień 2016
	7. Dzień jogurtowy.	styczeń 2017
	8. „Zielona kanapka”	marzec 2017
	9. „Festyn zdrowia” – przygotowanie i degustacja zdrowej żywności.	maj 2017
	10. Udział w programach ogólnopolskich: „Szlanka mleka”, „Owoce dla szkół”, „Śniadanie daje moc”.	cały rok szkolny
	11. Uprawianie klasowych ogródków, gdzie hodowane są zioła wykorzystywane później do urozmaicenia kanapek na drugie śniadanie.	cały rok szkolny

<p>2. Rozwijanie wśród uczniów sprawności ruchowej oraz świadomego organizowania aktywnego czasu wolnego.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inauguracja Roku Sportowego. Sportowe potyczki rodzinne. 2. Zaplanowanie zajęć z wychowawcą na temat zagrożeń wynikających z biernego spędzania wolnego czasu (np. przy komputerze). 3. „Sport to zdrowie” – udział w szkolnych i gminnych zawodach sportowych. 4. Wycieczki krajoznawczo-turystyczne, spacer. 5. „Aktywna przerwa – Ruch to zdrowie” – organizowanie zabaw i gier podczas przerw śródlekcyjnych. 6. V Bieg Mikołajkowy 7. Święto Rzeki – spływy kajakowe z WKK „Wiadrus”; Potyczki sportowe. 8. Udział w zewnętrznych konkursach na temat zdrowia i bezpieczeństwa. 9. Rodzinny rajd rowerowy dla uczniów klas IV-VI. 10. Aktywne ferie zimowe i półkolonia letnia. 	<p>wrzesień 2016</p> <p>cały rok szkolny</p> <p>grudzień 2016 kwiecień 2017</p> <p>cały rok szkolny</p> <p>czerwiec 2017</p> <p>luty 2017/lipiec 2017</p>
<p>3. Uwrażliwianie uczniów na dbałość o przestrzeganie zasad higieny. Profilaktyka zdrowia.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fluoryzacja zębów przeprowadzana przez pielęgniarkę szkolną. 2. „Pani Zdrówko radzi...- Stop Grypie!” – spotkanie ze szkolną pielęgniarką. 3. Higiena i jej wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne. 4. Profilaktyka chorób zakaźnych. 5. Racjonalne odżywianie. 6. Profilaktyka uzależnień (pogadanki, warsztaty). 7. Warsztaty udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej. 8. „Szlachetne zdrowie” – Szkolny Dzień Promocji Zdrowia. 	<p>cały rok szkolny</p> <p>maj 2017</p> <p>marzec 2017</p>

