

Harmonogram działań „Szkoła Promująca Zdrowie” rok szkolny 2022/2023

Nazwa szkoły: Szkoła Podstawowa nr 12 im. I. J. Paderewskiego
w Zespole Szkół i Placówek nr 1

Adres: ul. Paderewskiego 46, 40-282 Katowice

Telefon: Tel./fax 32-255-50-36

Adres strony www: <http://zsip1katowice.edu.pl/>

Adres e-mail: sekretariat@zsip1katowice.edu.pl

Szkolny koordynator: Aneta Gasz

Cel	Zadanie	Forma realizacji	Osoby odpowiedzialne	Termin
I. Promowanie zdrowego stylu życia.	1. Realizacja innowacji pedagogicznej „W szkole się dowiem, jak dbać mam o zdrowie” dla uczniów klas I uczęszczających do świetlicy szkolnej.	- cykl zajęć edukacyjnych, ruchowych, wyciszających	B.Binder-Bańka A.Gasz M.Hącia	Październik 2022-Maj 2023
	2.Zorganizowanie „Miesiąca dla zdrowia” w ZSiP nr 1.	- zajęcia edukacyjne, konkurencje sportowe, ulotki i gazetki informacyjne, spotkanie ze specjalistami, pokaz kulinarny, prezentacja multimedialna	Zespół ds. promocji zdrowia Wychowawcy klas Wychowawcy przedszkola Nauczyciele WF oraz MOS Samorząd szkolny Pielęgniarka Specjaliści	Kwiecień 2023
	3. Udział w obchodach „Światowego Dnia Zdrowia” - uczniowie klas I-VIII oraz grupy przedszkolne.	- zajęcia edukacyjno-informacyjne, przygotowanie gazetek szkolnych.	H.Wieczorek A.Gasz Nauczyciele przedszkola	II semestr

	4. Udział w obchodach "Światowego Dnia Wzroku" - uczniowie klas I-III oraz IV-VIII.	- zajęcia edukacyjne, zajęcia plastyczne	H. Wieczorek, J. Grecka-Otremba Pielęgniarka szkolna	Październik 2022
	5. Udział w akcji „Dzieciaki Mleczaki” na temat mleka i jego przetworów- dzieci w wieku przedszkolnym.	- zajęcia edukacyjne poprzez zabawę, filmy i bajki edukacyjne, konkursy, piosenki zabawy ruchowe, zajęcia badawcze, prezentacje multimedialne.	G.Kocimska	Cały rok
	6. „Pierwsza pomoc przedmedyczna”, „Zasady postępowania z dzieckiem chorym na cukrzycę”-pracownicy oraz rodzice ZSiP nr 1.	- szkolenie, prelekcja o tematyce prozdrowotnej	Zespół ds. promocji zdrowia Specjaliści	wg. ustalonego harmonogramu
II. Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych.	1. Akcja „Zdrowa kanapka”- uczniowie klas I-VIII.	- promowanie prawidłowych nawyków żywieniowych	M.Kingsford Nauczyciele SP Sponsorzy akcji	II semestr
	2. „Dzieci nie jedzą śmieci” - uczniowie klas II-III.	- zajęcia edukacyjne, filmy,	B.Binder-Bańka	I semestr

		prezentacja multimedialna	A.Gasz Pielęgniarka szkolna Intendent szkolny	
	3. Udział w Światowym Dniu Szefa Kuchni- „Przepis na zdrowie” grupa przedszkolna „Misie” 4-latki oraz „Zajaczki” 6-latki.	- przygotowanie i degustacja zdrowej sałatki.	M.Cierpka J.Majerczak	Październik 2022
	4. „Jadłospis na medal”- uczniowie klas IV-VIII.	- szkolny konkurs na prawidłowo zbilansowany posiłek.	B.Binder-Bańka A.Gasz Intendent szkolny	II semestr
	5. „Zdrowo i kolorowo na talerzu”- uczniowie klas I-III.	- pogadanki, filmy edukacyjne i działania praktyczne	Wychowawcy klas I-III	Cały rok szkolny
	6. „Co wiesz o zdrowym żywieniu?”- uczniowie klas II i III.	- konkurs wiedzy	A.Ostaszewska I.Gawrońska	II semestr
III. Uświadamianie uczniom negatywnych	1. „Hałasujesz- źle się czujesz” - uczniowie klas I-III.	- zajęcia edukacyjne z udziałem specjalisty	A. Gasz Pielęgniarka szkolna	I semestr

skutków przebywania w nadmiernym hałasie.	2. „Niezdolność decybele”- uczniowie klas IV-VIII.	-przygotowanie prezentacji multimedialnych, plakatów informacyjnych związanych z wpływem hałasu na zdrowie, ekspozycja prac uczniów w szkole	Nauczyciele informatyki Nauczyciel plastyki	II semestr
	3. „Odpocznij i zrelaksuj się”- uczniowie klas I-III.	- cykliczne zajęcia wyciszające przy muzyce	A.Gasz	Cały rok szkolny
	4. Udział w obchodach "Dnia Świadomości Zagrożenia Hałasem" dla uczniów klas I-III oraz IV-VIII.	- zajęcia edukacyjno-profilaktyczne, przeprowadzenie ankiety "Czy przeszkadza mi hałas w szkole?", zajęcia plastyczne	Wychowawcy świetlicy Wychowawcy klas	Kwiecień 2023
	5. "Hałas szkodzi zdrowiu"- uczniowie klas I-III.	- konkurs plastyczny	A.Ostaszewska I.Gawrońska	I semestr

	6."Wychowanie do ciszy"- grupa przedszkolna „Misie” 4-latki.	- elementy metody M. Montessori np. „Lekcja ciszy”.	M.Cierpka	I i II semestr (raz w tygodniu)
IV. Rozwijanie sprawności i aktywności fizycznej.	1. "Gimnastyka poranna, czyli jak zdrowo zacząć nowy dzień" uczniowie klas I-III.	- cykliczne zajęcia ruchowe	M.Hącia	Cały rok szkolny
	2. „Szczypta sportu”- uczniowie klas I-III.	- mini gry zespołowe na boisku szkolnym	M.Hącia	Cały rok szkolny
	3."Ruch przy muzyce" -uczniowie klas I-III.	- ćwiczenia i zabawy przy muzyce	M.Hącia	Cały rok szkolny
	4. Zorganizowanie „Świetlicowego turnieju sportowego” dla uczniów klas III.	- zawody sportowe	M.Hącia D.Hącia	Czerwiec 2023
	4.Zorganizowanie dodatkowych zajęć pozalekcyjnych z „Pływania rekreacyjnego” dla uczniów z różnych szkół w Katowicach.	-gry i zabawy w wodzie	Trenerzy i Instruktorzy pływania w MOS	Cały rok szkolny
	5. Organizacja zajęć sportowych w różnych sekcjach: Pływanie, LA, Koszykówka- dla dzieci i młodzieży różnych szkół w Katowicach	-zawody sportowe	Trenerzy i Instruktorzy w MOS	Cały rok szkolny

	<p>6. Wysportowany przedszkolak: „Żeby zdrowym być na duchu, dbamy by ciało było w ruchu”- grupa przedszkolna „Pszczołki” 3- latki oraz „Misie”4-latki.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zajęcia sportowe, rozwijające sprawność fizyczną - zajęcia na świeżym powietrzu - spacer - pogadanki na temat bezpieczeństwa i higieny 	<p>M.Cierpka A. Mierzwa</p>	<p>Cały rok</p>
	<p>7. Konkurs „Pływanie to samo zdrowie”</p>	<ul style="list-style-type: none"> -zadania do wykonania w formie zabawy wyróżniające aktywność fizyczną jako ważny element zdrowego stylu życia 	<p>Trenerzy i Instruktorzy w MOS</p>	<p>II semestr</p>
	<p>8 .Akcja „Zima i lato w mieście”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -zajęcia sportowe w czasie wolnym od zajęć szkolnych -aktywne zagospodarowanie wolnego czasu 	<p>Trenerzy i Instruktorzy w MOS</p>	<p>Koniec I semestru Koniec II semestru</p>

		-kształtowanie nawyków postawy prozdrowotnej		
	9. „Aktywna przerwa”- uczniowie klas IV-VIII.	- zajęcia sportowe podczas wybranych przerw w sali gimnastycznej	K.Masłowski D.Hącia	Cały rok szkolny
	10. „Aktywny poranek z ZSiP nr 1”- uczniowie, rodzice, pracownicy Zespołu.	- rekreacyjny spacer techniką Nordic Walking po Dolinie Trzech Stawów	S.Seniow-Chmiel Zespół ds. promocji zdrowia	Raz w miesiącu
V. Kształtowanie prawidłowych nawyków higieny.	1. „Wirusy wokół nas”- uczniowie klas I-III.	- zajęcia edukacyjno-informacyjne	Wychowawcy świetlicy Pielęgniarka szkolna	II semestr
	2. Udział w akcji „Światowy Dzień mycia Rąk”- uczniowie klas I-III.	- zajęcia edukacyjno-informacyjne.	Wychowawcy klas I-III Wychowawcy świetlicy	Październik 2022
	5. Akcja „Tydzień profilaktyki chorób zakaźnych” w ZSiP nr1.	- zajęcia edukacyjno profilaktyczne dla uczniów klas I-	Zespół ds. promocji zdrowia Pracownicy Sekcji Oświaty	Wrzesień 2022

		VIII oraz dzieci z MP55	Zdrowotnej PSSE w Katowicach	
VI. Kształtowanie kompetencji emocjonalno-społecznych uczniów.	1. „Bezpieczeństwo w szkole i poza nią”-uczniowie klas I-IV.	- zajęcia edukacyjne	M. Kingsford Psycholog szkolny	Wrzesień 2022
	2. „Relacje rówieśnicze źródłem bezpieczeństwa”- uczniowie klas I-IV.	- zajęcia edukacyjno-integracyjne dla dzieci Polskich oraz Ukraińskich		Październik 2022
	3. „Zagrożenia związane z okresem adolescencji”- uczniowie klas VII.	- zajęcia profilaktyczne	M. Kingsford Śląskie Centrum Profilaktyki i Psychoterapii	Listopad 2022
	4. „Bezpieczne ferie zimowe”- uczniowie klas I-VIII.	- zajęcia edukacyjne	M. Kingsford	Styczeń 2023
	5. „Bezpieczeństwo w kontaktach z nieznajomymi”- uczniowie klas I-IV.	- zajęcia profilaktyczne	M. Kingsford	II semestr

	6. „Bezpieczny wypoczynek podczas wakacji”- uczniowie klas I-VIII.	- zajęcia edukacyjne	M. Kingsford	Czerwiec 2023
VII. Propagowanie zachowań ekologicznych uczniów.	1.Udział w kampanii „Wyłączamy prąd, włączamy oszczędzanie”- uczniowie klas I-VIII.	- zajęcia edukacyjne	H.Wieczorek	I semestr
	2.”Bądź Eko- będziesz zdrowszy”- uczniowie klas I-IV.	- Zajęcia edukacyjne	H.Wieczorek	II semestr
	3. Udział w obchodach "Światowego Dnia Ziemi"- uczniowie klas I-VIII.	- zajęcia edukacyjne, filmy oraz prezentacje multimedialne, zajęcia plastyczne	Nauczyciele biologii oraz przyrody Wychowawcy światlicy	II semestr

Członkowie zespołu: B.Binder- Bańka, M. Cierpka, A.Gasz, M.Hącia, M.Kingsford, A.Orpel, H.Wieczorek