

## **PLAN PRACY SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE POD HASŁEM „, Porzucamy złe nawyki – uczymy profilaktyki” w Powiatowym Zespole Nr 3 Szkół Technicznych i Ogólnokształcących im. por. Stefana Jasińskiego w Oświęcimiu**

**na rok szkolny 2013-2014**

**opracowany przez Komisję ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie.**

### **STANDARDY SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE**

Szkoła promująca zdrowie dąży do osiągnięcia celów i realizuje zadania określone w podstawach programowych kształcenia ogólnego i innych obowiązujących aktach prawnych i ponadto:

1. Pomaga członkom społeczności szkolnej (w tym rodzicom) zrozumieć i zaakceptować koncepcję szkoły promującej zdrowie.
2. Zarządza projektami promocji zdrowia w sposób sprzyjający:
  - uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu społeczności szkolnej (w tym rodziców) i społeczności lokalnej,
  - skuteczności i długofalowości działań.
3. Prowadzi edukację zdrowotną uczniów i pracowników oraz dąży do zwiększenia jej jakości i skuteczności.
4. Tworzy klimat społeczny sprzyjający:
  - satysfakcji z nauki i pracy w szkole, osiągnięciu sukcesów oraz wzmacnianiu poczucia własnej wartości u uczniów i pracowników,
  - zdrowiu i rozwojowi uczniów i pracowników,
  - uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu członków społeczności szkolnej, rodziców i osób ze społeczności lokalnej.
5. Tworzy środowisko fizyczne sprzyjające zdrowiu, bezpieczeństwu i dobremu samopoczuciu uczniów i pracowników.

*„... Edukacja zdrowotna to proces dydaktyczno – wychowawczy, w którym dzieci i młodzież uczą się jak żyć, aby zachować i doskonalić zdrowie własne i innych ludzi oraz tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu...” B. Wojnarowska, (2010).*

Szkoła posiada Certyfikat Szkoły Promującej Zalecenia Europejskiego Kodeksu walki z Rakiem - Realizacja programu upowszechniania zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem.

**Zadania koordynatora:**

- ukończenie szkolenia na temat tworzenia sieci szkół promujących zdrowie,
- przekazanie informacji: cele i założenia sieci szkół promujących zdrowie wszystkim członkom społeczności szkolnej,
- zgłoszenie placówki do wojewódzkiej sieci SzPZ,
- zgłoszenie placówki do powiatowej sieci Szkół i Przedszkoli Promujących Zdrowie Powiatu Oświęcimskiego,
- stworzenie Komisji ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie,
- kierowanie pracą Komisji ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie,
- pozyskiwanie uczestnictwa członków społeczności szkolnej i sojuszników wśród rodziców i w społeczności lokalnej oraz podejmowanie wzajemnych zobowiązań, niezbędnych dla skutecznych działań.
- inicjowanie, organizowanie i koordynowanie prac związanych z promocją zdrowia w szkole,
- współudział w kształceniu pracowników szkoły w zakresie promocji zdrowia,
- rozwijanie własnych umiejętności, współdziałanie z całą społecznością szkolną,
- przedstawienie Radzie Pedagogicznej informacji z działalności Komisji oraz realizacji programu w okresie przygotowawczym,
- koordynowanie pracami przy ewaluacji działań.

**Zadania Komisji ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie:**

- opracowanie planu działań w zakresie programu Szkoła Promująca Zdrowie w okresie przygotowawczym,
- przeprowadzenie diagnozy wstępnej mającej na celu ustalenie stanu wyjściowego szkoły w zakresie zdrowia oraz badań dotyczących klimatu społecznego szkoły (analiza ankiet, określenie problemów priorytetowych, wyciąganie wniosków),
- przeprowadzenie ewaluacji okresu przygotowawczego,
- opracowanie logo Szkoły Promującej Zdrowie,
- wytypowanie hasła Szkoły Promującej Zdrowie,
- opracowanie sprawozdań z realizacji planu pracy,
- podział pracy: ustalenie zakresu obowiązków, równomierne rozdzielanie pracy między wszystkich członków zespołu,
- zbieranie dokumentacji wszystkich działań szkolnych z zakresu promocji zdrowia,
- przekazywanie informacji społeczności szkolnej o pracach i ustaleniach komisji,
- organizowanie spotkań dotyczących promocji zdrowia (według potrzeb).

**Ustalenie zakresu współpracy z Dyrekcją Szkoły:**

- raz na kwartał odbywają się spotkania z Dyrekcją – informacja o planowanych i realizowanych działaniach, składanie informacji z wykonanych zadań,

- w miarę potrzeb kontaktowanie się z wyznaczonym wice-dyrektorem odpowiedzialnym za bieżące sprawy związane z organizacją akcji, działań promujących zdrowie.

### Zadania do realizacji na rok szkolny 2013/2014

Lp.	Tematyka (program, problem zdrowotny, akcja lub kampania prozdrowotna)	Adresaci	Koordynator/realizatorzy	Formy realizacji	Czas realizacji
1.	Opracowanie planu działania w ramach Szkoły Promującej Zdrowie.	uczniowie, rodzice, nauczyciele pracownicy szkoły	Koordynator i członkowie Komisji ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przedstawienie przez koordynatora szkicu planu działań opracowanego przez Komisję ds. działań Szkoły promującej Zdrowie</li> <li>- konsultacja programu i przyjęcie propozycji działań zgłaszanych przez nauczycieli;</li> <li>- przyjęcie przez Radę Pedagogiczną planu pracy na rok 2013/2014</li> </ul>	wrzesień/październik
2.	Udział w Kampanii „Mam Haka na Raka – 7 edycja	uczniowie, rodzice, nauczyciele, społeczność lokalna	mgr Lucyna Konior Zespół 5 osobowy hakowiczów	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przygotowanie ulotek</li> <li>- prezentacje multimedialne</li> <li>- happening</li> <li>- flesz mob i inne</li> </ul>	grudzień – luty



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zorganizowanie debata na temat „Zdrowo jem i ruszam się”</li> <li>- przykładowe propozycje zestawów posiłków.</li> </ul>				
4.	<p>Zorganizowanie III Szkolnego Dnia Zdrowia „Wiem co jem i ruszam się”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- spotkanie z dietetykiem „Natur Hause”</li> </ul>	społeczność szkolna	<p>pielęgniarka szkolna Maria Mąkina</p> <p>mgr Lucyna Konior</p> <p>członkowie Komisji ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sesja plakatowa</li> <li>- spotkania</li> <li>- happening</li> <li>- prezentacje multimedialne</li> <li>- ankieta o zdrowiu</li> </ul>	listopad
5.	<p>Promocja zdrowego stylu życia poprzez aktywność ruchową:</p> <p>Dbaj o formę.</p> <p>Powitaj wiosnę w dobrej formie.</p>	uczniowie wszystkich klas	<p>nauczyciele wychowania fizycznego:</p> <p>mgr M. Balon</p> <p>mgr A Trepiak</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aerobik</li> <li>- siłownia</li> <li>- rajdy rowerowe</li> <li>- zawody sportowe</li> </ul>	cały rok
6.	<p>Działania profilaktyczne - choroby nowotworowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rak piersi</li> <li>- rak szyjki macicy: ”Wybierz Życie – Pierwszy Krok” – udział w programie edukacyjnym.</li> </ul>	uczniowie rodzice nauczyciele	<p>pielęgniarka</p> <p>mgr Lucyna Konior</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- spotkanie z Amazonkami</li> <li>- prezentacja filmowa</li> <li>- wykład</li> <li>- ulotki</li> </ul>	grudzień cały rok
7.	<p>Zagrożenia cywilizacyjne w kontekście zdrowia psychicznego :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– udział w warsztatach integracyjnych „Tolerancja – zdrowie psychiczne”</li> <li>- przeprowadzenie ankiety na temat „Zdrowia psychicznego.”</li> </ul>	uczniowie klas pierwszych	pedagodzy szkolni	<ul style="list-style-type: none"> <li>- warsztaty Stowarzyszenie Bratnich Serc w Oświęcimiu</li> <li>- ankieta</li> </ul>	październik
8.	<p>Opracowanie kalendarium na podstawie Światowych i Ogólnopolskich Dni związanych z tematyka zdrowotną.</p>	społeczność szkolna	<p>pielęgniarka</p> <p>mgr Lucyna Konior</p> <p>Komisja ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tablice informacyjne</li> <li>- lekcje wychowawcze</li> <li>- strona internetowa szkoły</li> </ul>	cały rok

9.	<p>Propagowanie „Zdrowego Stylu Życia”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Zasady pracy umysłowej.</li> <li>-Zagrożenia wieku dorastania; anoreksja i bulimia</li> <li>- Starzenie się a zdrowie.</li> <li>- Narkotyki i dopalacze.</li> <li>- Walka z nadwagą</li> <li>- Właściwe odżywianie.</li> <li>- Udział w konkursach związanych ze zdrowym stylem życia i zdrowym odżywianiem.</li> </ul>	społeczność szkolna	<p>koordynator pedagog pielęgniarka Komisja ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie. wychowawcy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- spotkania z klasami</li> <li>- wykłady</li> <li>- rozmowy indywidualne</li> <li>- tablice informacyjne</li> <li>- prezentacje multimedialne</li> <li>- strona internetowa szkoły</li> <li>- konkursy</li> <li>- spotkanie z dietetykiem</li> </ul>	cały rok
10.	<p>Udział w Krajowym Programie Zapobiegania Zakażeniom HIV i chorobie AIDS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Światowy Dzień Walki z AIDS</li> </ul>	społeczność szkolna	<p>dyrekcja pielęgniarka wychowawcy pedagog</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lekcje wychowawcze</li> <li>- tablice informacyjne</li> <li>- szkolny konkurs wiedzy o AIDS</li> <li>- rozprawianie materiałów dydaktycznych</li> </ul>	grudzień
11.	<p>Kształtowanie właściwych postaw społecznych w zakresie transplantologii.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- propagowanie dawstwa narządów</li> <li>- propagowanie dawstwa krwi wśród młodych ludzi - Krew Darem Życia.</li> </ul>	<p>społeczność szkolna</p> <p>pełnoletni uczniowie szkoły</p>	<p>dyrekcja pielęgniarka wychowawcy pedagog mgr L.Konior mgr A.Gandzel</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lekcje wychowawcze</li> <li>- tablice informacyjne</li> <li>- strona internetowa</li> <li>- rozdawanie oświadczeń woli</li> <li>- lansowanie idei honorowego krwiodawstwa</li> <li>- mini wykłady w klasach maturalnych</li> <li>- pozyskiwanie nowych krwiodawców</li> </ul>	cały rok

12.	<p>Realizacja programu upowszechniania zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rzuć palenie razem z nami: hasło „Zrób sobie przerwę na jabłko”</li> <li>( Program Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce – cele i zadania na lata 2013-2016)</li> <li>- Światowy Dzień bez Tytoniu</li> <li>( Program Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce – cele i zadania na lata 2013-2016)</li> <li>- profilaktyka chorób nowotworowych</li> <li>- popularyzacja wczesnej diagnostyki przesiewowej</li> <li>- profilaktyka uzależnień - alkohol</li> </ul>	społeczność szkolna,	pielęgniarka koordynator Komisja ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- happening</li> <li>- wystawa plakatów uczniowskich</li> <li>- poradnictwo</li> <li>- rozdawanie ulotek</li> <li>- testy uzależnienia od tytoniu</li> <li>- prezentacje multimedialne na stronie szkoły</li> <li>- marsz</li> <li>- sesje edukacyjne</li> </ul>	3 czwartek listopada  maj  cały rok
13.	Dodatkowe zadania wynikające z Planu Pracy Szkoły dotyczące działań prozdrowotnych i proekologicznych	społeczność szkolna i lokalna	nauczyciele przedmiotów zawodowych, Komisja ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie	- przewidziane w planie pracy szkoły	cały rok
14.	Ewaluacja działań.	społeczność szkolna	koordynator Komisja ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ankiety dla rodziców, nauczycieli, uczniów, pracowników, którzy nie są nauczycielami,</li> <li>- analiza dokumentów</li> <li>- obserwacje</li> <li>- rozmowy</li> <li>- wywiady</li> </ul>	maj
15.	Przedstawienie rezultatów podjętych działań na podstawie ewaluacji.	społeczność szkolna	koordynator Komisja ds. działań Szkoły Promującej Zdrowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyniki ewaluacji</li> <li>- sprawozdanie</li> </ul>	czerwiec/wrzesień

