

Sprawozdanie z działań Szkoły Promującej Zdrowie w I semestrze roku szkolnego 2015/2016

W roku szkolnym 2015/2016 SzPZ realizuje działania dotyczące:

zdrowego odżywiania wśród uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników szkoły
propagowania aktywności fizycznej w codziennym rytmie dnia
prowadzenia przez cały rok szkolny akcji propagujących zdrowe odżywianie, aktywność fizyczną, bezpieczeństwo oraz angażowanie się w programy zewnętrzne związane z odżywianiem, aktywnością fizyczną i bezpieczeństwem

W ramach działań mających na celu poprawienie poziomu prawidłowych zachowań w zakresie odżywiania wśród uczniów

Odbył się Tydzień Zdrowia 19-23 października pod hasłem „Jemy zdrowo, kolorowo” - zwrócenie uwagi na wartości odżywcze warzyw i owoców i ich konieczna obecność w codziennej diecie:

- klasy 1 – 6 w czasie dużych przerw częstowały się przygotowanymi warzywami i owocami w czerwonym i zielonym kolorze – zaangażowanie do współpracy rodziców,
- klasy I – III śniadanie z wychowawcą,
- zaproponowano uczniom taneczną przerwę,

- w klasach 1-3 pojawiły się gazetki tematycznie związane z tematyką zdrowego tygodnia,
- klasy 4-6 wykonały zakładki do książek również związane z tematem „Jemy zdrowo, kolorowo”. Najciekawsze zakładki zostały przekazane Bibliotece Miejskiej oraz bibliotece w Gimnazjum,
- w dziennikach lekcyjnych odnotowano „Tydzień zdrowia”,
- Na lekcjach poruszano tematy związane ze zdrowym odżywianiem.

Dzieci klas 1-6 korzystają ze spożywania mleka, a klasy 1-3 owoców i warzyw lub soku.

Promujemy picie wody mineralnej.

W październiku przeprowadzono ankietę w klasach 4a,4c, 5a,5c, 6a,6c. wzięło w niej udział 127 uczniów. Z ankiety wynika, że nie wszyscy uczniowie potrafią podzielić składniki pokarmowe na składniki budulcowe, energetyczne i regulujące, wskazać produkty spożywcze zawierające węglowodany oraz rozpoznać witaminę D na podstawie opisu. Wszyscy uczniowie potrafią wskazać na rysunku prawidłową postawę ciała podczas stania oraz wykonywania różnych czynności.

W ramach zwiększenia aktywności fizycznej

- Promowanie turystyki, jako atrakcyjnej forma wypoczynku
- XV powiatowy Rajd Turystyczny Pieczona Pyra Niepruszewo 2015
- XXVII Rajd Niepodległościowy „Bądź turystą w swoim mieście”
- Dyskoteki klas III – VI
- Zorganizowano lekcje pływania dla klas 4
- Uczniowie motywowani są udziału w zajęciach wychowania fizycznego
- Odnoszą sukcesy w zawodach sportowych
- I m w Finale Powiatu w Piłce Ręcznej Dziewcząt w Dopiewie
- II m w Gminnym Turnieju Halowej Piłki Nożnej

W ramach działań związanych z bezpieczeństwem i braniem odpowiedzialności za swoje zachowanie:

- Spotkania z przedstawicielami Policji, Ochotniczej Straży Pożarnej oraz Starostwa Powiatowego – przekazanie pierwszoklasistom kamizelek odblaskowych
- Prowadzenie przez przedstawicieli Policji pogadanek na temat bezpieczeństwa
- Udział w ogólnopolskiej akcji przeciwdziałania przemocy wobec kobiet i dzieci organizowanej przez Komendę Główną Policji „Profilaktyka a Ty” 19 XI
- Udział w biciu rekordu resuscytacji krążeniowo – oddechowej - 16 X (138 osób). Uczniowie, którzy brali udział w biciu rekordu otrzymali apteczki przekazane przez WOŚP
- Prowadzono pogadanki dotyczące niebezpieczeństwa związanego z uzależnieniami – dopalaczom stop
- Przekazanie rodzicom podczas zebrań wskazówek dotyczących bezpiecznego korzystania przez dziecko z komputera i Internetu
- Realizacja w klasach I programu profilaktycznego „Nie pal, proszę”
- Pielęgniarka szkolna prowadzi fluoryzację

Koordynator SzPZ

Renata Kmiecik