

**REALIZACJA DZIAŁAŃ
SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE
W MAJU 2017 ROKU**

ZADANIA:

- Akcja „Światowy Dzień bez Papierosa”.
- Realizacja programów profilaktycznych: „Nie pal przy mnie, proszę” i „Znajdź właściwe rozwiązanie”.
- Konkurs plastyczny „Dbamy o wzrok”.
- Okularowy pokaz mody.

KRYTERIUM SUKCESU:

- Zapoznanie społeczności szkolnej z treścią gazetki pod hasłem: „Światowy Dzień bez Papierosa”.
- Przeprowadzenie zajęć wynikających z programów profilaktycznych: „Nie pal przy mnie, proszę” (w kl. 1-3) i „Znajdź właściwe rozwiązanie” (w kl. 4-6).
- Ogłoszenie wyników konkursu plastycznego dla uczniów klas 1-3, wystawa najciekawszych prac w holu szkoły.
- Przygotowanie przez Samorząd Uczniowski „Okularowego pokazu mody”.

METODY REALIZACJI:

POWIEDZ PAPIEROSOM: „NIE!”



Częste przeziębienia, zapalenie ucha środkowego, alergię, astmę to tylko nieliczne dolegliwości, na które zapadają nasze dzieci i my sami. Ale nie wszyscy dostrzegamy prosty i jednoznaczny związek tych chorób z **paleniem papierosów**. A to dopiero początek, bo z wiekiem dolegliwości się nasilają i powstają nowe, często śmiertelne schorzenia. Dym papierosowy zawiera ponad 4000 trujących substancji, a ponad 40 z nich ma udowodnione działanie rakotwórcze. Palenie bierne jest bardziej szkodliwe od czynnego. Boczny dym papierosowy zawiera 35 razy więcej dwutlenku węgla i 4 razy więcej nikotyny. Szacuje się, że 60 % dzieci narażone jest na bezpośredni kontakt z dymem papierosowym, który bardziej szkodzi delikatnemu i rozwijającemu się organizmowi dziecka niż osobie dorosłej.

W związku z tym **z okazji obchodów Światowego Dnia bez Papierosa, który przypada 31 maja**, w holu naszej szkoły została umieszczona **gazetka**, która poruszała problem szkodliwego wpływu dymu tytoniowego na nasz organizm i w wymowny sposób ostrzegała przed rozpoczęciem palenia papierosów.



W ramach realizacji **programu profilaktycznego „Nie pal przy mnie, proszę!** w klasach I-III zastały przeprowadzone **zajęcia warsztatowe: „Co robić, gdy moje życie i zdrowie jest zagrożone?”, „Nie pal przy mnie, proszę!”**. Podczas zajęć uczniowie zostali poinformowani o szkodliwości palenia tytoniu i ćwiczyli postawę asertywności wobec namawiania do korzystania z używek. Ponadto wychowawcy informując o konsekwencjach wynikających z biernego palenia kształtowali u uczniów postawę dbania o własne zdrowie poprzez uczenie umiejętności wyrażania komunikatu – „nie pal przy mnie, proszę”. Natomiast w klasach V uczniowie pod kierunkiem wychowawców zrealizowali zajęcia warsztatowe zawarte **w programie „Znajdź właściwe rozwiązanie”:** „**Naucz się mówić: nie!**”, „**Znajdź właściwe rozwiązanie”** i „**Uwierz w siebie”**. W wyniku wdrażania programu „Znajdź Właściwe Rozwiązanie” uczniowie:

- poszerzyli i usystematyzowali wiedzę z zakresu szkodliwości dymu tytoniowego,
- zwiększyli świadomość na temat zagrożeń płynących z czynnego i biernego palenia tytoniu,
- nauczyli się lepiej radzić sobie w sytuacjach stresowych,
- zdobywali umiejętność dbania o zdrowie własne i swoich bliskich,
- nauczyli się zachowań asertywnych w sytuacjach czynnego i biernego palenia tytoniu,
- zwiększyli poczucie własnej wartości i zdobyli umiejętność pozytywnego myślenia o sobie.

Konkurs plastyczny „Dbamy o wzrok”

Nadszedł czas podsumowania naszej całorocznej pracy, której wspólnym mianownikiem było **uświadomienie całej społeczności szkolnej konieczności troski o wzrok oraz poszerzenie wiedzy w zakresie sposobów i możliwości dbania o oczy**. Staraliśmy się ukształtować nawyki, które pomogą uczniom i osobom dorosłym zachować zdrowy wzrok przez całe życie.

Przed nami czerwcowa ewaluacja, która pokaże, w jakim stopniu założone działania zostały zrealizowane. Jednak zanim odbędą się badania ankietowe, zapytaliśmy najmłodszych uczniów (kl. 1-3), czego dowiedzieli się w tym roku szkolnym na temat troski o wzrok i higieny oczu. Odpowiedzią miały być **prace plastyczne przygotowane na konkurs pod hasłem „Dbam o wzrok”**.

Dzieci spisały się wspaniale, przedstawiając na rysunkach wiele różnych sposobów, które pozwolą zachować „sokoli wzrok” na całe życie.

Najciekawsze prace zostały wystawione w holu budynku szkoły przy ul. Wrocławskiej, a ich autorzy otrzymali dyplomy.

Wyniki konkursu „Dbam o wzrok”:

Cezary Stachowiak z kl. 2b – I miejsce

Zosia Rajewska z kl. 2f – II miejsce

Zuzia Wachowiak z kl. 3c – III miejsce

Wyróżnienia otrzymali:

Klaudia Konieczna z kl. 3c

Bartek Gwizdek z kl. 2b

Adam Bujak z kl. 2f

Julia Rączkiewicz z kl. 2e

Okularowy pokaz mody

Barwnym i nietuzinkowym sposobem podsumowania działań Szkoły Promującej Zdrowie był **okularowy pokaz mody, który w ostatnim dniu maja przygotował Samorząd Uczniowski**. Wszyscy chętni uczniowie, we własnych okularach czy też wykonanych przez koleżanki z SU, mogli tego dnia pozować do zdjęcia. Modelki i modele w okularach doskonale przekonywali, że **okulary warto nosić** - przede wszystkim po to, aby poprawić funkcjonowanie wzroku, ale można również dzięki nim uatrakcyjnić swój wygląd i podkreślić osobowość.



