

Szkolny Program Promocji Zdrowia i Bezpieczeństwa w Gimnazjum nr 1 w Dzierżoniowie na rok szkolny 2016/2017

I. Podstawa prawna Szkolnego Program Promocji Zdrowia:

1. Ustawa o systemie oświaty z dnia 7 września 1991 r. z późniejszymi zmianami (tekst jednolity Dz. U. Nr 256 z 2004 r., poz. 2572).
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczególnych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem (Dz.U.2003.26.226).

II. Opis

Zdrowie według definicji Światowej Organizacji Zdrowia to nie tylko całkowity brak choroby czy kalectwa, ale także stan pełnego, fizycznego, umysłowego i społecznego dobrostanu (dobrego samopoczucia). Zdrowie jest nieodłącznym warunkiem osiągnięć szkolnych, dobrej jakości życia. Wyposażając dzieci i młodzież w wiedzę, umiejętności i właściwe postawy wobec zdrowia, możemy zwiększyć ich szansę na zdrowe życie oraz ich zdolności do działań na rzecz zdrowia społeczności.

III. Cele

1. Cel główny:
Kształtowanie postaw prozdrowotnych młodzieży, promowanie zdrowego stylu życia, dbałości o przyrodę oraz podnoszenie poziomu poczucia bezpieczeństwa poprzez edukację zdrowotną i działania profilaktyczne.
2. Cele szczegółowe:
 - a) Przekazanie wiedzy na temat higieny osobistej w tym jamy ustnej.
 - b) Promowanie aktywnego i bezpiecznego wypoczynku.
 - c) Propagowanie właściwych zachowań w kontakcie z przyrodą.
 - d) Profilaktyka chorób.
 - e) Profilaktyka uzależnień.
 - f) Wskazanie właściwej diety, aktywności fizycznej i unikania czynników szkodliwych jako podstaw zdrowego stylu życia.
 - g) Dostarczanie uczniom wiedzy o stanie ich zdrowia.
 - h) Wdrażanie i doskonalenie procedur postępowania w sytuacjach szczególnych.
 - i) Promowanie problematyki bezpieczeństwa wśród uczniów.
3. Zakresy tematyczne:
 - a) Higiena i jej wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne: higiena jamy ustnej jako ważny czynnik zapobiegający próchnicy, czysta skóra - zdrowie i uroda, higiena wzroku i słuchu jako ważne elementy percepcji.
 - b) Aktywny i bezpieczny wypoczynek jak czynnik wpływający na zdrowie fizyczne i psychiczne. Formy aktywnego wypoczynku.
 - c) Odżywianie: zdrowe i racjonalne odżywianie, czynniki wpływające na niewłaściwe odżywianie, skutki złego żywienia, higiena przygotowywania i spożywania posiłków.
 - d) Sposoby zmniejszenia ryzyka zagrożenia grypą, boreliozą, HIV, WZW.

- e) Zagrożenia związane z uzależnieniem od alkoholu, papierosów, środków chemicznych. Kształtowanie postawy asertywnej. Przekazanie wiedzy na temat czynników ryzyka chorób układu krążenia oraz możliwości działań w zakresie ich zapobiegania.
- f) Pierwsza pomoc przedmedyczna
- g) Procedury obowiązujące w szkole (w tym ewakuacyjne)

IV. Osoby odpowiedzialne za realizację programu:

- - dyrektor
- - nauczyciele
- - pedagog, psycholog
- - pielęgniarka szkolna
- - sanepid
- - policja
- - Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna

V. Harmonogram działań. (załącznik nr 1)

VI. Oczekiwane efekty:

- 1) Uczniowie znają i stosują zasady utrzymania higieny osobistej, w tym jamy ustnej.
- 2) Uczniowie chętnie uczestniczą w proponowanych przez program formach aktywnego wypoczynku.
- 3) Uczniowie wiedzą jakie są zasady racjonalnego modelu żywienia i przygotowują odpowiednie posiłki.
- 4) Uczniowie wiedzą, jak uniknąć zarażenia się chorobą zakaźną.
- 5) Uczniowie są świadomi negatywnych skutków różnych uzależnień.
- 6) Uczniowie otrzymują informacje o stanie ich zdrowia.
- 7) Uczniowie potrafią zachować się w sytuacjach kryzysowych

VII. Ewaluacja.

1. Monitorowanie mierników programu przedstawionych w harmonogramie.
2. Przygotowanie raportu z funkcjonowania Programu Promocji Zdrowia, aktualizacja programu.

Program opracowały:
Małgorzata Kwolik-Małecka (lider promocji zdrowia)
Sylwia Latacz (koordynator do spraw bezpieczeństwa)
Alina Chmielewska (pielęgniarka szkolna)