Strategia programu

Przeciwdziałania Wadom Postawy Ciała u Dzieci i Młodzieży

w Publicznym Gimnazjum nr 3 w Kluczborku

rok szkolny 2010/2011.

Raport powstał w oparciu o potrzeby zdrowotne uczniów, które zostały opracowane przez pielęgniarkę szkolną w poprzednim roku szkolnym 2009/2010.

Plan Działań:

1. Prowadzenie zajęć wychowania fizycznego z indywidualizacją oddziaływań związaną z kwalifikacją lekarską ucznia na zajęcia wf.

2. Realizacja gimnastyki korekcyjnej dla uczniów zakwalifikowanych na tego typu zajęcia (1 godzina tygodniowo)

3. Modelowanie zachowań rodziców i uczniów związane z dbaniem o prawidłową postawę ciała (spotkania z rodzicami, wywiadówki)

4. Organizacja dodatkowych zajęć ruchowych w formach pozalekcyjnych (1 godzina tygodniowo):

- Piłka siatkowa dziewcząt kl I a/b, kl II a/b
- Piłka siatkowa chłopców kl I a
- Piłka nożna chłopców kl I b, kl II a
- Piłka nożna chłopców kl I a
- Ścianka wspinaczkowa (chętni uczniowie)
- Tenis stołowy (chętni uczniowie)

5. Organizacja imprez rekreacyjno-sportowych dla uczniów, rodziców i środowiska szkolnego:

- Dzień Profilaktyki
- Mikołajkowy Turniej Sportowy
- Dzień Sportu

6. Organizacja konkursów i akcji związanych tematycznie z promowaniem prawidłowej postawy ciała:

- Konkurs plastyczny

- Konkurs wiedzy o prawidłowym żywieniu

7. Organizacja ćwiczeń śródlekcyjnych oraz dbanie o prawidłową sylwetkę ucznia na każdej lekcji

8. Zapobieganie nadwadze i otyłości poprzez prowadzenie programów uświadamiających jak prawidłowo się odżywiać :

- Program Trzymaj Formę

- Organizacja Dnia Przeciw Otyłości (zmiana asortymentu w sklepiku szkolnym)

9. Działania związane z obniżeniem wagi plecaków szkolnych (każdy uczeń posiada szafkę szkolną)

10. Aktywne włączenie rodziców do działań związanych z realizacją programu na terenie szkoły

- Dzień aktywności rodzinnej (gry i zabawy z rodzicami)

11. Organizacja zajęć wychowania fizycznego tak, by nie blokować ich w cyklach dwugodzinnych (dostosowanie do możliwości szkoły)

Lp	Działania		Uwagi o realizacji	Programu	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	Wypełnienie formularza metryczki szkoły realizującej program					
	Sporządzenie przez pielęgniarkę informacji:					

- Dla dyrektora szkoły o indywidualnych potrzebach zdrowotnych uczniów
- Dla wychowawcy lista uczniów z problemami zdrowotnymi
- Dla nauczycieli wf: lista uczniów skierowanych przez lekarza na zajęcia gimnastyki korekcyjne
- Organizacja „Dnia ćwiczeń śródlekcyjnych.
- Opracowanie raportu o potrzebach zdrowotnych szkoły
- Opracowanie harmonogramu działań szkoły w programie
- Zainicjowanie działań zmierzających do efektywnego obniżenia wagi tornistrów szkolnych

Informacje o problemach

zdrowotnych uczniów pielęgniarka czerpie wiadomości z dokumentacji

medycznej uczniów.

Dzień ćwiczeń śródlekcyjnych ma zainaugurować powszechne stosowanie ćwiczeń w szkołach

Dyrektor wiedzę niezbędną do opracowania raportu czerpie z sprawozdania opracowanego przez pielę

Podjęcie uchwały przez Radę Pedagogiczna – program staje się częścią programu profilaktycznego sz

Działania są kontynuowane przez cały rok szkolny, należy rozpocząć systematyczne ważenie tornistró

wrzesień

apel! 06.10.2010

Dyrektor szkoły

Pielęgniarka szkolna

Dyrektor szkoły koordynator programu

Dyrektor szkoły, koordynator programu

Koordynator programu

Dyrektor szkoły

Dyrektor szkoły

Koordynator programu

2

Uruchomienie grup interwencyjnych

Spotkanie informacyjne z rodzicami

Dzień prostego kręgosłupa

- Prowadzący grupy otrzymuje od pielęgniarki kopie opisu zaburzeń postawy ciała
- Organizacja zajęć z gimnastyki korekcyjnej
- Fizjoterapeuta opracowuje indywidualny zestaw ćwiczeń dla uczniów
- Nauczyciel prowadzący gimnastykę korekcyjną stosuje je na zajęciach
- Fizjoterapeuta uczy dziecko i rodzica jak ćwiczyć w domu
- Udział pielęgniarki szkolnej, koordynatora programu ,specjalisty z zakresu profilaktyki wad pos

-	Przeprowadzenie zajęć dla uczniów z zakresu profilaktyki(prezentacje, pogadanki) na lekcjach	
październik		
Suchy Bór		

Suchy Bór

listopad

dyrektor szkoły

dyrektor szkoły

koordynator programu

wychowawcy klas

pielęgniarka szkolna

3

Udział szkolnego koordynatora w spotkaniu szkoleniowym

- wykonanie testów przesiewowych profilaktycznych badań lekarskich

- organizacja dnia lekkiego tornistra

- działania wspierające

Badania dotyczą uczniów którzy podlegają im w danym roku szkolnym

Pielęgniarka zbiera dokumentacje we współpracy z wychowawcami

W tym dniu tak należy zorganizować zajęcia szkolne by uczniowie nie musieli przynosić książek

(wykorzystanie szafek szkolnych)

Konkurs plastyczny o tematyce zdrowotnej

Wyjazd uczniów do Aquaparku

listopad

listopad

dyrektor szkoły

koordynator programu

pielęgniarka szkolna

wychowawcy klas

koordynator programu

dyrektor szkoły

nauczyciele plastyki, techniki

nauczyciele wychowania fizycznego, nauczyciele opiekunowie

4

Organizacja Dnia prawidłowej postawy Ciała

Działania wspierające

W wybranym dniu wszyscy uczniowie będą wykonywać ćwiczenia korekcyjne na lekcji wf

Mikołajkowy turniej sportowy

grudzień

6 grudnia

nauczyciele wychowania

fizycznego

nauczyciele opiekunowie

5

Organizacja Dnia przeciw otyłości

Promocja zdrowego żywienia (prezentacja multimedialna piramidy żywienia, konkurs) sklepik szkolny z

styczeń

samorząd uczniowski

nauczyciel bibliotekarz

6

Dzień wiedzy o zdrowiu w aspekcie postawy ciała

Przeprowadzenie ankiety dotyczącej zdrowia, prawidłowej postawy ciała, odżywiania

luty

koordynator programu

wychowawcy klas

7

Organizacja dnia przeciw siedzącemu trybowi życia I

Wyjazd dwudniowy na narty

marzec

nauczyciele :

A. Bobowska

G. Młynarczyk

M. Pilak

A. Mazurek

8

Organizacja dnia aktywności rodzinnej.

Działania wspierające

Gry i zabawy z udziałem rodziców

Dzień otwarty gabinetu medycyny szkolnej (pomiary ciśnienia krwi, kontrola wagi ciała)

kwiecień

wychowawcy klas II, rodzice

koordynator programu

pielęgniarka szkolna, psycholog szkolny

9

Dzień przeciw siedzącemu trybowi życia II

Przekazanie

sprawozdania z działalności szkoły

Dzień sportu

1 czerwiec

marzec

(I pół) czerwiec

(II pół)

dyrektor szkoły

koordynator programu, wszyscy nauczyciele,

pielęgniarka szkolna

Koordynator programu: Magdalena Pilak