

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 korekcyjnej

- 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 zainauguować powszechne stosowanie ćwiczeń w szkołach

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

Podjęcie uchwały przez Radę Pedagogiczną – program staje się częścią programu profilaktycznego szkoły

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

Koordinator 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 postawy

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

październik

Suchy Bór

Suchy Bór

listopad

dyrektor szkoły

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

