

**PLAN DZIAŁAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE
NA ROK SZKOLNY 2014/2015**

„ŻYJMY ZDROWO NA SPORTOWO”

Cel: Zachęcenie uczniów do aktywnego spędzania wolnego czasu.

Zmiany, jakie zachodzą we współczesnym społeczeństwie sprawiają, że wartość zdrowia w życiu człowieka zeszła na plan dalszy. Dorośli, młodzież i dzieci uciekają od pracy fizycznej, ruchu. Swoją czas wolny spędzają najczęściej przed ekranem telewizora i komputera, nie zważając na biologiczną potrzebę ruchu. A wiadomo, że istnieje silny związek pomiędzy zachowaniem zdrowia a aktywnością ruchową. Dlatego powinno się kłaść szczególny nacisk na tę dziedzinę działalności człowieka.

Aktywność ruchowa to przede wszystkim uprawianie różnych dyscyplin sportu jako wypoczynku czynnego, zabaw oraz ćwiczeń dla podniesienia sprawności fizycznej i utrzymania jej przez jak najdłuższy okres życia.

Opis problemu priorytetowego: Z badań przeprowadzonych wśród uczniów z klas III - VI wynika, że 60 % dzieci przeznaczają ok. 3 godzin dziennie na oglądanie telewizji i grę na komputerze. Mało czasu (1/2 godz. dziennie) w ciągu dnia dzieci przeznaczają na zabawę i ruch na świeżym powietrzu.

Chcemy zachęcić młodych ludzi do aktywności ruchowej, rekreacji i turystyki oraz szeroko pojętej dbałości o zdrowie.

Sport sprzyja rozwojowi silnej woli, wytrzymałości, rywalizacji, wzbudza potrzebę aktywności. Uczy konieczności podporządkowania się określonym zasadom, poczucia odpowiedzialności i obowiązku, kształtuje naszą osobowość.

Kryterium sukcesu: 70 % dzieci spędza aktywnie wolny czas (1 godz. dziennie), bierze udział w proponowanych, dodatkowych zajęciach związanych z ruchem.

Zmniejszenie ilości czasu przeznaczonego na wypoczynek bierny(gra na komputerze, oglądanie telewizji) do 2 godzin dziennie.

JESIEŃ

Zadania	Odpowiedzialni	Termin	Monitoring	Uwagi
Rajd Chopinowski: pieszy i rowerowy	K. Kaźmierowski N. Michalska zgłoszeni nauczyciele	14 X	strona internetowa zdjęcia	
Kwadrans dla zdrowia.	S. Chołuj wychowawcy Kl. I - III	IX	strona internetowa zdjęcia	
Dyskoteka dla klas IV-VI	S. Chołuj nauczyciele	IX	strona internetowa zdjęcia	
Pogadanki: „Hartujemy organizm poprzez ruch na świeżym powietrzu” „ Zdrowe odżywianie” kl. I - III	I. Huk	X	zapis w dzienniku dokumentacja pracy środowiskowej pielęgniarki	

			szkolnej	
Święto szkoły, święto sportu. Potyczki rodzinne, Turniej w piłkę ręczną	Zespół powołany przez dyr. szkoły	3 - 4 X	strona internetowa zdjęcia	
Kwadrans dla zdrowia	K. Kaźmierowski wychowawcy, nauczyciele kl. IV – VI	X	strona internetowa zdjęcia	
Andrzejkowy Turniej w Rzucankę Siatkarską – kl. V	M. Kowalska	XI	strona internetowa zdjęcia plan pracy SU	
Osiedlowy Turniej Gier i Zabaw- andrzejkowy kl. II	M. Wystemska	XI	strona internetowa zdjęcia	
Dyskoteka andrzejkowa kl. IV-VI	S. Chołuj nauczyciele	XI	strona internetowa zdjęcia plan pracy SU	
Kwadrans dla zdrowia.	S. Krell wychowawcy kl. I – III	XI	strona internetowa zdjęcia	

ZIMA

Zadania	Odpowiedzialni	Termin	Monitoring	Uwagi
Mikołajkowy Turniej Gier i Zabaw drużynowych - kl. IV	M. Kowalska	XII	strona internetowa zdjęcia	
Osiedlowy Turniej Gier i Zabaw- mikołajkowy, kl. III	A.Kaźmierczak	XII	strona internetowa zdjęcia	
Noworoczny Turniej w piłkę siatkową – kl. VI	M. Kowalska	I	strona internetowa zdjęcia	

Kwadrans dla zdrowia- zabawy na śniegu	P. Rusek wychowawcy kl. IV - VI	I	strona internetowa zdjęcia	
Balik karnawałowy kl. I-III	M. Kaźmierowska Wychowawcy	I	strona internetowa zdjęcia plan pracy MSU	
Dyskoteka kl. IV-VI	S Chołuj Nauczyciele	I	strona internetowa zdjęcia plan pracy SU	
Ferie na sportowo	K. Kaźmierowski wyznaczeni nauczyciele	II	strona internetowa zdjęcia	

WIOSNA

Zadania	Odpowiedzialni	Termin		
Kwadrans dla zdrowia	D. Łacna wychowawcy kl. I – III	III	strona internetowa zdjęcia	
Turniej BRD – miejski, powiatowy	R. Paszkowiak	IV /V	strona internetowa zdjęcia	
Konkurs o ruchu drogowym dla kl. III „Jestem bezpieczny na drodze”	K. Herbiak	V	strona internetowa zdjęcia	
„Bieg po zdrowie” w ramach programu „Trzymaj formę”, kl. V	M. Kowalska M. Danielewicz W. Lesiczka	IV/V	strona internetowa zdjęcia	
Kwadrans dla zdrowia.	M. Machała D. Łacna K. Herbiak wychowawcy, nauczyciele kl. I - VI	IV, V, VI	strona internetowa zdjęcia	
Dzień Sportu/ Festyn rodzinny	Zespół organizacyjny	VI	strona internetowa zdjęcia	
Rajd rowerowy „Baśniowy rajd”	K. Kaźmierowski	V	strona internetowa zdjęcia	

Klasowe wycieczki edukacyjne, rekreacyjne.	wychowawcy	V/VI	strona internetowa zdjęcia plan pracy wychowawcy zapis w dzienniku lekcyjnym	
--	------------	------	---	--

Działania stałe:

- Gimnastyka korekcyjna
- Zajęcia taneczne kl. I - VI
- Zajęcia na pływalni, uczymy się pływać - kl. I – III
- Udział w programach:
„Zdrowie dla Ostrowa”, „Ratujemy, uczymy ratować”, „Rowerem bezpiecznie i zdrowo”,
„Mały Mistrz” - kl. I, „Pływać każdy może”

- *Plan SzPZ skorelowany jest ze Szkolnym Programem Wychowawczym oraz Szkolnym Programem Profilaktyki*
- *Plan może ulec zmianom*

*Opracowanie: M. Danielewicz, K. Herbiak, M. Kowalska, D. Łacna, L. Nawrot,
K. Tomalkiewicz, G. Maluszek, K. Kaźmierowski, W. Lesiczka, I. Huk*