

**SZKOLNY PROGRAM**  
**PROZDROWOTNY**

Publiczne Gimnazjum nr 31  
im. Szarych Szeregów w Łodzi

Zadania/działania	Termin	Osoby koordynujące	Ewaluacja Co? / jak?
Spotkanie zespołu do spraw promocji zdrowia  <b>1. Rozpoznawanie, wyrażenie i radzenie sobie z własnymi emocjami.</b>	Wrzesień 2016	Cały zespół ds. promocji zdrowia	Omówienie działań i opracowanie planu na rok szkolny 2016/2017
Jak radzić sobie ze stresem	Wrzesień 2016	Koordinatorce programu	Warsztaty dla uczniów wszystkich klas prowadzone przez Polskie Towarzystwo Oświaty Zdrowotnej
Poznanie siebie, refleksja nad sobą	Na bieżąco – wg potrzeb	Pedagog, wychowawcy klas	Lekcje wychowawcze, lekcje w ramach edukacji zdrowotnej, spotkania z pedagogiem szkolnym, pracownikami Centrum Usług Psychologicznych SET, Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną nr 5
Problemy i trudności młodzieży związane z okresem dojrzewania- zdrowie psychiczne	Na bieżąco- wg potrzeb	Nauczyciel wdż, wychowawcy klas , pielęgniarka	Uświadomienie współzależności między zdrowiem psychicznym, fizycznym i duchowym Umiejętność rozwiązywania problemów i pokonywania trudności związanych z okresem dojrzewania.
<b>2. Propagowanie zdrowego stylu życia.</b>			Zdobywanie wiedzy

Warsztaty dla klas I i II dziewcząt "Akademia dojrzewania"	Listopad-grudzień 2016	P .Karolak P .Kujawa pielęgniarka oraz przedstawiciel firmy Johso&-Johson	o procesach dojrzewania.
Pogadanki w ramach lekcji z edukacji zdrowotnej dla klas I dziewcząt "Babskie sprawy" .	Październik 2016	p. pedagog	Higiena osobista okresu dojrzewania.
Warsztaty w Wyższej Szkole Kosmetycznej i Nauk o Zdrowiu.	Grudzień 2016	p .Karolak p. Kujawa	Higiena osobista okresu dojrzewania.
Udział w akcji "Trzymaj formę".	Cały rok 2013/2014	p .Felczak	
Konkurs wiedzy W zgodzie ze zdrowiem	Kwiecień 2017	p. Kołodziejczyk	Przeprowadzenie konkursu na terenie szkoły
Organizowanie alternatywnych form spędzania czasu wolnego w ramach sportowych zajęć sportowych.	Cały rok 2016/2017	n-le wf	Zajęcia do wyboru dla wszystkich uczniów
<b>3. Przeciwdziałanie uzależnieniom.</b>			
Przeprowadzenie lekcji wychowawczych i spotkań profilaktycznych na tematy poruszające problematykę uzależnień.	Cały rok	Wychowawcy, p. pedagog, zespół ds. promocji zdrowia	Uświadomienie zagrożeń, znajomość specyfiki różnych uzależnień i problemów z nimi związanych i zmiana postawy młodzieży wobec używek
Dzień bez papierosa-akcja antynikotynowa.	Luty 2016	Samorząd Szkolny, zespół ds. promocji zdrowia	Propagowanie życia bez nałogów

Światowy Dzień Walki z AIDS	Grudzień 2016	Samorząd Szkolny	Kształtowanie właściwych postaw w sytuacjach ryzykownych, sprzyjających zarażeniu się wirusem HIV
<b>4. Udzielanie pierwszej pomocy</b>			
Warsztaty dla uczniów klas I przeprowadzone przez studentów Wydziału Ratownictwa Uniwersytetu Medycznego	Grudzień/ styczeń 2016/2017	p. Karolak p. Kujawa	Udział uczniów w prelekcjach prezentacjach multimedialnych i w szkoleniu
- Międzyszkolne Zawody dla klas VI z udzielania I pomocy	Kwiecień 2017	n-le wf	Przeprowadzenie zawodów we współpracy ze studentami Ratownictwa Medycznego