

Gimnazjum w Goleszowie
ul. Szkolna 2

Goleszów, 13 grudnia 2012 r.

Rada Gminy Goleszów

Komisja Edukacji, Kultury, Sportu i Ochrony Zdrowia.

Informacja nt. profilaktyki chorób i ochrony zdrowia w Gimnazjum w Goleszowie

Obowiązek prowadzenia przez szkołę edukacji zdrowotnej wynika z podstawy programowej kształcenia ogólnego. Treści nauczania – wymagania szczegółowe dotyczące bezpośrednio lub pośrednio edukacji zdrowotnej uwzględniono w wielu przedmiotach a w szczególności: wychowanie fizyczne, biologia, WOS oraz inne przedmioty.

Szczegółowy plan oddziaływań profilaktycznych z zakresu edukacji prozdrowotnej określa Szkolny Program Profilaktyki:

Zadania	Sposoby realizacji	Odpowiedzialni
Dostarczenie uczniom wiedzy o AIDS oraz o chorobach przenoszonych drogą płciową	Zajęcia prowadzone przez pielęgniarkę, specjalistów, w ramach lekcji biologii	pielęgniarka, zaproszeni specjaliści, R. Odias
Promocja zdrowego trybu życia, zachęcanie do aktywnego spędzania czasu	Zawody sportowe, SKS-y, wycieczki, rajdy rowerowe i piesze, „Gim-Dance” – zajęcia taneczne	nauczyciele wych. fizycznego, B. Woźniak, J. Pońc

Podniesienie „świadomości zdrowotnej” uczniów	Kontrola stanu zdrowia uczniów, szczepienia, kierowanie do poradni specjalistycznej lub ogólnej	pielęgniarka
Promocja zdrowego odżywiania się	Akcje: „Zdrowy tydzień”, „Trzymaj formę”; gazetka, sklepik szkolny, spotkania z rodzicami	Wychowawcy, R. Odias, A. Studnik, A. Kubaszczyk, opiekun szkolnego koła PCK
Wskazanie na mechanizmy działania i konsekwencje uzależnień ze szczególnym uwzględnieniem zagrożeń związanych ze spożywaniem alkoholu	Programy profilaktyczne, filmy, gazetki, konkursy, spotkania z rodzicami, przedstawienia szkolnego koła teatralnego, przedstawienia profilaktyczne, sportowo-rekreacyjne zajęcia profilaktyczne, warsztaty taneczne	A. Sikora, J. Smolik, pielęgniarka, O. Niedoba, wychowawcy, nauczyciele wych. fiz. bibliotekarki, pedagog, psycholog, policja

Gimnazjum w Goleszowie co roku bierze udział w programie „Trzymaj formę” współorganizowanym przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz Polską Federację Producentów Żywności Związek Pracodawców w ramach realizacji strategii WHO dotyczącej diety, aktywności fizycznej i zdrowia.

Celem programu "Trzymaj formę!" jest edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety.

Program pomaga rozwijać zainteresowania uczniów i poszerza ich wiedzę o świecie. Realizowany jest metodą projektu, dzięki czemu wykracza poza podstawę programową i programy nauczania szkoły.

Najważniejsze działania z zakresu w/w programu zrealizowane w szkole r. szk. 2011/2012 to:

- Układanie jadłospisów zgodnie z zasadami zbilansowanej diety
- Obliczanie BMI, diagramy klasowe
- Ocena własnej aktywności fizycznej i stylu życia (w tym m.in. testy wysiłkowe)
- Pomiar tętna lub ciśnienia

- Zapoznanie z zaburzeniami stanu odżywiania oraz chorobami z tym związanymi (anoreksja, bulimia, otyłość)
- Zajęcia, pokazy, instruktaże ruchowe ćwiczenia gimnastyczne (dodatkowe – poza lekcjami w - f, np. ćwiczenia rozciągające, relaksacyjne, Nordic Walking,)
- Zajęcia taneczne, aerobiku, fitness itp.
- Rajdy piesze, wycieczki, marsze na orientację,
- Zawody, turnieje sportowe, mecze
- Wykonywanie prac plastycznych, ekspozycje, wystawy
- Odczytywanie i rozumienie etykiet produktów spożywczych
- Prelekcje, „Zaburzenia w odżywianiu” – pogadanka,
- Filmy np. „Drakońskie diety”, „Anoreksja i bulimia”
- Scenki rodzajowe realizowane przez uczniów w klasie,
- Wykonanie metaplanu pt. „Jak się odżywiamy?” w formie plakatu.

Janusz Machalica