

Europejski Kodeks Walki z Raką



Zespół Szkół w Przysietnicy
2012 - 2014

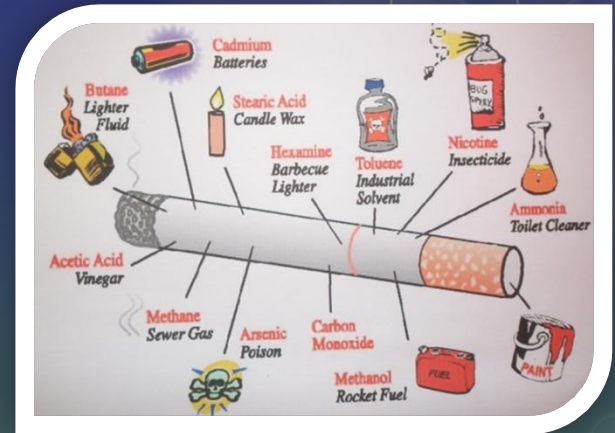
STARAMY SIĘ DZIAŁAĆ SYSTEMOWO

- ☐ **Prowadzimy całoroczną edukację prozdrowotną**
- ☐ **Wiedzę przekładamy na praktyczne działanie**
- ☐ **Motywuujemy dzieci i młodzież do działania**
- ☐ **Wdrażamy uczniów do odpowiedzialności**
- ☐ **Współpracujemy z Rodzicami**
- ☐ **Doskonalimy wiedzę i umiejętności nauczycieli**
- ☐ **Współpracujemy z instytucjami wspomagającymi**
- ☐ **Jesteśmy otwarci na propozycje i pozytywne przykłady**

EDUKUJEMY PROZDROWOTNIE

- Realizujemy cykliczne zajęcia edukacyjne, oraz szkolne projekty, które dostarczają uczniom wiedzy na temat Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem, sposobów zapobiegania nowotworom, szkodliwości używek i środków psychoaktywnych, zapobiegania otyłości, zdrowego odżywiania

Konkurs antynikotynowy w języku angielskim



EDUKUJEMY PROZDROWOTNIE

- Uczniowie Gimnazjum przygotowują i realizują na forum szkoły, projekty edukacyjne o problematyce zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej, zapobiegania otyłości, zdrowego odżywiania, przeciwdziałania dopalaczom, narkotykom i używkom

Pierwszy dzień wiosny: „Zdrowo się odżywiam – wiem co jem!”



EDUKUJEMY PROZDROWOTNIE

- Rozwinęliśmy w szkole działalność **Liderów Promocji Zdrowia**, którzy wspólnie z nauczycielami edukują środowisko rówieśników oraz własne rodziny



EDUKUJEMY PROZDROWOTNIE

- Wydajemy gazetki szkolne, które zawierają informacje na temat substancji i produktów spożywczych szkodliwych dla zdrowia oraz treści promujące ruch i zdrowy styl życia.



**Akrylamid w
chipsach i
frytkach –
szkodliwy dla
zdrowia**



**Giganci rynku
napojów mają
rakotwórczy problem**

WSPÓŁDZIAŁAMY Z INSTYTUCJAMI WSPIERAJĄCYMI ZDROWIE

- Z inspektorem Sanitarnym poprzez realizację ogólnopolskiego programu profilaktyki palenia papierosów „Znajdź właściwe rozwiązanie”
- Z OPS – od którego pozyskujemy fundusze na realizację własnych projektów prozdrowotnych, skierowanych do uczniów i rodziców np: „Alkohol – zniszczona teraźniejszość – zrujnowane marzenia”, czy „Papieros cichy zabójca”
- z MONAR-em, przy realizacji zajęć profilaktyki narkomanii
- Z Ośrodkami Profilaktyki z Nowego Sącza i Krakowa

WSPÓŁPRACUJEMY ZE SŁUŻBĄ ZDROWIA

- Ze Szpitalem Św. Łukasza w Tarnowie w obszarze realizacji zaleceń EKWZR
- Z Niepublicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej Medyk w Barcicach, w kwestii stosowania szczepień ochronnych, pozyskiwania dla uczniów ulotek na ten temat
- Z pielęgniarką szkolną, która prowadzi z uczniami edukacyjne zajęcia prozdrowotne dotyczące zapobiegania otyłości, zapobiegania cukrzycy, zapobiegania chorobom nowotworowym

WSPÓŁPRACUJEMY Z RODZICAMI

- Organizujemy wspólnie z rodzicami festyny rodzinne, podczas których propagowane są: zdrowe posiłki przygotowane metodami tradycyjnymi oraz aktywność fizyczna dzieci, rodziców i nauczycieli
- Rodzice dostarczają produkty na przygotowywanie zdrowych posiłków do degustacji dla swoich dzieci na zajęcia edukacyjne lub imprezy szkolne
- Rodzice odbyli warsztaty na temat walki z rakiem: „Wojna biologiczna – przeciwdziałanie paleniu papierosów”, „Czerniak”, „Zwiększenie aktywności fizycznej dzieci i młodzieży”, „Alkohol – zniszczona teraźniejszość – zrujnowane marzenia”, „Środki psychoaktywne – narkotyki i dopalacze”, itp.

Festyny rodzinne okazją do promowania zdrowego stylu życia



DOSKONALIMY WIEDZĘ I UMIEJĘTNOŚCI NAUCZYCIELI

- Cała kadra naszego Zespołu Szkół uczestniczyła w szkoleniach związanych z walką z rakiem: „Wojna biologiczna – przeciwdziałanie paleniu papierosów”, „Czerniak”, „Zwiększenie aktywności fizycznej dzieci i młodzieży”, „Promocja zdrowia w szkole”
- Nauczyciele biorą udział w szkoleniach organizowanych przez Inspektorat Sanitarny dotyczących realizacji projektu profilaktyki palenia papierosów: „Znajdź właściwe rozwiązanie”
- Podczas posiedzeń rady pedagogicznej doszkalamy się w zakresie dbałości o zdrowie

MOBILIZUJEMY UCZNIÓW DO DZIAŁANIA

- Wdrażamy uczniów do prezentowania wiedzy poprzez przygotowywanie na zajęcia edukacyjne (biologii, chemii) czy na godziny wychowawcze - prezentacji multimedialnych np. o szkodliwości alkoholu, nikotyny, o nowotworach, otyłości, stosowaniu szczepień ochronnych
- Uczymy ich opracowywania ulotek antynikotynowych i propagowania ich w środowisku lokalnym
- Zagospodarowujemy ich czas wolny poprzez aktywność fizyczną

Wycieczka rowerowa realizowana w czasie wolnym - po lekcjach



MOTYWUJEMY UCZNIÓW DO DZIAŁANIA

- Mobilizujemy ich do poszerzania wiedzy na temat: zapobiegania nowotworom, dbania o zdrowy styl życia, rozwijania aktywności ruchowej
- Organizujemy konkursy prezentacji multimedialnych na tematy prozdrowotne
- Organizujemy konkursy i wystawy mini książek kucharskich z przepisami zdrowych potraw, preparatów ziołowych – wykonanych samodzielnie przez uczniów

Zioła naszej Babci



Organizujemy konkursy: plastyczne na temat aktywności ruchowej, zdrowego odżywiania, sprzeciwu wobec używek oraz środków psychoaktywnych



Organizujemy konkursy: wiedzy, muzyczne, literackie i małych form teatralnych – na temat EKWZR



WDRAŻAMY UCZNIÓW DO ODPOWIEDZIALNOŚCI

- Do dbania o środowisko naturalne oraz zdrowie, poprzez niespalanie plastikowych odpadów w gospodarstwach domowych
- Do zbierania plastikowych nakrętek na rzecz rehabilitacji chłopca z Sądecczyzny porażonego piorunem
- Do segregowania odpadów w szkole oraz w domu

Kształtujemy ekologiczne myślenie i uczymy segregacji odpadów



ŁĄCZYMY TEORIĘ Z PRAKTYKĄ



Samorząd Uczniowski od kilku lat systematycznie prowadzi akcję: „**Zdrowy kąsek**”, aby wdrażać do spożywania zdrowych przekąsek czyli owoców, warzyw oraz soków owocowych i warzywnych

Liderzy Promocji Zdrowia propagują „Mandarynki zamiast chipsów”



**Podczas zajęć edukacyjnych i godzin
wychowawczych dzieci uczą się
zapobiegać otyłości przygotowując sałatki,
przekąski, soki warzywne i owocowe**



W Dzień Dziecka oraz Święto Szkoły – realizujemy szkolne projekty prozdrowotne



Międzynarodowy Dzień Dziecka świętujemy zdrowo i radośnie!



Uczestniczymy w kampaniach: „Mleko w szkole” „Owoce i warzywa w szkole”



AKTYWIZUJEMY RUCHOWO UCZNIÓW W SZKOLE I POZA NIĄ

- Zagospodarowujemy czas wolny uczniów przez pozalekcyjne zajęcia Uczniowskiego Klubu Sportowego
- W czasie wolnym przeprowadzamy turnieje sportowe
- Organizujemy dla chętnych wycieczki w dni wolne od zajęć: piesze wycieczki w góry oraz wyjazdy rowerowe
- Organizujemy szkolne, międzyszkolne oraz gminne zawody sportowe
- Uczestniczymy w wydarzeniach sportowych na terenie Gminy Stary Sącz, powiatu i województwa
- Rokrocznie realizujemy szkolny projekt: „Trzymaj formę”

Aktywizujemy uczniów w dni wolne od zajęć. Piesza wycieczka w góry – Łabowska Hala



Organizujemy gminne zawody siłowe – jesteśmy w nich stałymi zwycięzcami!



Bierzemy udział w biegach Niepodległości



Harcerze uczestniczą w biegach z busolą



Uprawiamy biegi i uczestniczymy w konkursach: powiatowych i wojewódzkich



JESTEŚMY OTWARCI NA WSPÓŁPRACĘ I POZYTYWNE PRZYKŁADY

- Od kilku lat realizujemy program „Żyj smacznie i zdrowo” - marki Winiary – zachęcając uczniów do spożywania produktów kluczowych dla zdrowia fizycznego, dla sprawności umysłowej oraz urody. Uczymy racjonalnego żywienia, umiejętności dokonywania wyboru pokarmów bogatych w makro i mikroelementy, wybierania zdrowych przekąsek, niemarnowania jedzenia, smacznego i zdrowego gotowania oraz dokonywania przemyślanych zakupów spożywczych.

„Żyj smacznie i zdrowo” – zajęcia dla dzieci prowadzone przez gimnazjalistów



Dziękujemy za uwagę!

Opracowanie: Zofia Cieślewicz
pedagog szkolny