

Innowacja programowo-metodyczno-organizacyjna

1. Tytuł projektu: *ABC zdrowego stylu życia*

2. Uzasadnienie:

Obserwując zagrożenia, jakie niesie współczesna cywilizacja oraz narastające trudności ekonomiczno - społeczne dostrzegamy obawy dzieci i rodziców o zagrożenie wartości dla człowieka najważniejszej - zdrowia. Inspiracją do opracowania tej innowacji były słowa Macieja Demela „Wychowanie stanowi jeden z warunków zdrowia.”

Edukacja zdrowotna jest prawem każdego dziecka, umożliwia ona zdobywanie kompetencji do doskonalenia i ochrony własnego zdrowia. W edukacji dzieci akcent powinien być położony nie tylko na wiedzę o zdrowiu i sposobach jego ochrony, ale również dostarczaniu dzieciom argumentów, które świadczą o korzyściach płynących z dbania o własne zdrowie i pomnażanie jego potencjału. W ten sposób dziecko samo lub z pomocą dorosłych podejmie działania prozdrowotne w najróżniejszych sytuacjach życiowych. Należy także wdrażać dzieci do rozpoznawania sytuacji zagrażających zdrowiu i bezpieczeństwu oraz wyrabiać umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Ważnym warunkiem wychowania prozdrowotnego jest wkomponowanie go w cały, zintegrowany proces dla uzyskania odpowiednio rozwiniętych trzech sfer życia dziecka: fizycznej, psychicznej i społecznej.

3. Adresaci programu: Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1 w Jaworzu.

4. Wykonawcy: nauczyciele, rodzice

5. Autorzy: Maria Kuś, Iwona Królak, Edyta Cwajna – Małek

6. Rozmiar przestrzenny: Innowacja będzie realizowana w szkole.

7. Rozmiar czasowy: Od 15 września 2014r. do końca roku szkolnego 2014/2015.

Potrzeba kontynuowania innowacji wynika z przeprowadzonej ewaluacji. Wzbogacone działania realizowane są w kolejnych edycjach innowacji.

8. Cele ogólne: Nadrzędnym celem innowacji jest rozwijanie dbałości o własne zdrowie i higienę osobistą oraz kształtowanie postaw prozdrowotnych u dzieci.

- Zwiększenie i rozszerzenie wiedzy o zdrowiu.

- Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie.
- Zachęcanie do wyboru stylu życia sprzyjającego zdrowiu.
- Rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem, sytuacjami konfliktowymi i trudnościami mającymi znaczenie dla zdrowia.
- Stwarzanie możliwości przekształcenia biernych postaw na aktywnych uczestników, inicjatorów działań na rzecz własnego zdrowia i najbliższego otoczenia.
- Włączenie rodziny, pracowników służby zdrowia i innych grup społecznych do pomocy w realizacji programu.
- Rozszerzenie pracy klasy w zakresie promowania zdrowia.
- Rozbudzenie wzajemnego szacunku i wrażliwości na potrzeby innych.
- Stworzenie miejsca w klasie wskazującego na promocję zdrowia.

9. Cele szczegółowe

- kształtowanie sprawności motorycznych
- kształtowanie koordynacji ruchowej
- rozwijanie zdrowych nawyków żywieniowych i higienicznych
- przedstawienie alternatywnych sposobów spędzania czasu wolnego
- rozwijanie komunikacji, współdziałania
- kształtowanie odpowiedzialności za swoje zdrowie i swój rozwój
- zmniejszenie poziomu agresji w szkole
- zmniejszenie poziomu hałasu w szkole
- przedstawienie osób i placówek, gdzie dziecko może zwrócić się o pomoc

10. Sposób realizacji

a) metody

- praktycznego działania
- słowna
- pogładowa
- zadaniowa

b) formy

- rozmowy indywidualne,
- dyskusje,
- pogadanki,
- referaty,

- rozpowszechnienie materiałów informacyjnych o tematyce prozdrowotnej,
- organizowanie wystaw, wycieczek, spotkań, zajęć ruchowych, warsztatów, konkursów, inscenizacji, gier i zabaw
- korzystanie z przekazów internetowych,
- wykorzystanie materiałów multimedialnych,
- projekcje filmów,
- popularyzacja wybranych programów radiowych i telewizyjnych, prezentacja wzorców zachowań prozdrowotnych,
- stwarzanie i wykorzystywanie sytuacji wychowawczych sprzyjających zdrowiu.

11. Zakres, treści i harmonogram działań

Lp	TEMAT	ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	ODPOWIEDZIALNI I TERMINY
1.	Zdrowie psychiczne	-Jak odpoczywać? Sposoby spędzania wolnego czasu z nastawieniem na zdrowie psychiczne	spotkanie z psychologiem lub psychiatrą	XII 2014
2.	Techniki uczenia się	-Jak mam się uczyć? Poznanie sposobów uczenia się.	warsztaty dla nauczycieli, rodziców i uczniów	cały rok
3.	kl. I-III „Dbałość o higienę jamy ustnej” kl. IV-VI „Higiena osobista w okresie dojrzewania”	Sposoby czyszczenia zębów. Preparaty. Wiem jak dbać o swoje ciało i schludny wygląd	spotkania z pielęgniarką szkolną	Jeden raz w ciągu roku na klasę. Jeden raz w ciągu roku na klasę.
4.	Dni Sportu i Promocji Zdrowia	Zajęcia w terenie z klasami i zajęcia wychowania	organizacja tych dni w szkole	IV 2015

		fizycznego		
5.	Przeciwdziałamy agresji	Umiemy radzić sobie w trudnych sytuacjach.	cykl I „Przemoc fizyczna” cykl II „Przemoc psychiczna”	II 2015 IV 2015
6.	„Stop hałasowi”	Wiemy co robić, żeby ograniczyć emisję hałasu. Znamy skutki nadmiernego hałasu.	happening	XI 2014
7.	„Właściwe odżywianie się”	Zdrowa żywność. Witaminy i ich źródła.	realizacja programu wychowawczego i planu pracy nauczycieli	Cykle lekcji w klasach przez cały rok szkolny.
8.	Konsultacje z pedagogiem zgodnie z potrzebami	Znamy osoby, do których możemy udać się, aby uzyskać pomoc.	pedagog szkolny	Cały rok szkolny
9.	Warsztaty	„Przemoc rówieśnicza” kl. IV „Bezpieczeństwo w sieci” kl. V „Odpowiedzialność karna za czyny nieletnich” kl. VI	specjalista z zakresu prewencji	V 2015

12. Oczekiwane efekty: W ramach projektu zamierzamy:

- ukazać dzieciom wartość zdrowia jako potencjału, którym dysponują
- kształtować i wdrażać zdrowy styl życia
- zapoznawać dzieci ze sposobami zachowania i możliwościami poprawy zdrowia
- ukazać różnego rodzaju zagrożenia zdrowia człowieka i możliwości ich unikania lub eliminowania
- rozwijać zdolności do samokontroli i pielęgnacji zdrowia oraz do wspierania innych ludzi w tych zachowaniach
- kształtować umiejętność radzenia sobie w sytuacjach trudnych i rozwiązania problemów zdrowotnych własnych i innych ludzi
- wyrabiać postawę odpowiedzialności za swoje zdrowie oraz umiejętność przewidywania skutków własnych zachowań dla zdrowia swego i innych
- zachęcać rodziców do dyskusji i podejmowania wspólnych decyzji w kwestii dbałości o zdrowie dziecka (poprzez organizowanie kursów, szkoleń, pogadanek na tematy ich nurtujące, np. uzależnienia, zdrowie psychiczne, zachowania prozdrowotne itd.)

13. Środki, materiały, sprzęt: Nie wymaga dodatkowych nakładów.

14. Sprzymierzeńcy: nauczyciele, rodzice, dyrekcja szkoły, pielęgniarka szkolna, psycholog, lekarz, dietetyk

15. Sposoby oceny:

- obserwacja zmian codziennych nawyków żywieniowych i postawy prozdrowotnej
- zdiagnozowanie obszarów sukcesów i niepowodzeń programu w celu dokonania zmian i poprawek.
- pozyskanie informacji od rodziców na temat zmian w nastawieniu dzieci do zdrowia psychicznego i fizycznego
- wszystkie osiągnięcia będą kontrolowane w aspekcie praktycznym

16. Ewaluacja:

- ankieta dla rodziców
- arkusz wywiadu z nauczycielami i dyrekcją
- pozytywne zmiany wychowawcze – opinie rodziców i uczniów
- osiągnięcia w zawodach sportowych
- aktywność uczestników na zajęciach