

Szkoła Promująca Zdrowie

Definicja

Szkoła Promująca Zdrowie to taka, która tworzy warunki i podejmuje działania, które sprzyjają:

- dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej,**
- podejmowaniu przez członków społeczności szkolnej działań na rzecz zdrowia własnego i innych oraz tworzenia zdrowego środowiska.**

Problem priorytetowy

**Bezpieczeństwo w
szkole i poza nią**

Udział w Marszu Różowej Wstążki - Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej

Nasza szkoła współpracuje z COZL. Każdego roku uczestniczymy w Marszu Różowej Wstążki. we wrześniu 2017 roku odbył się jubileuszowy XX Marsz. Chcemy, aby uczniowie naszej szkoły przede wszystkim klasy B - jak bezpieczeństwo wiedziały jak ważna jest profilaktyka w dbaniu o stan zdrowia – szczególnie profilaktyka w chorobach nowotworowych.

<http://lublin.wyborcza.pl/lublin/5,48724,22378749.html>

Udział w Marszu – Międzynarodowy Dzień Zdrowia Psychicznego

Udział w Marszu związanym z Międzynarodowym Dniem Zdrowia Psychicznego pomógł naszym uczniom zauważyć i zrozumieć, że ludzie pozornie inni są tacy sami – mają uzdolnienia artystyczne, są otwarci, przyjaźni i chcą razem z nami działać nie czekając na „taryfę ulgową”

<http://www.kurierlubelski.pl/aktualnosci/a/swiatowy-dzien-zdrowia-psychicznego-w-lublinie-marsz-solidarnosci-z-chorymi-zdjecia,12565394/>

Pozoracja – procedury postępowania w zdarzeniu o charakterze terroru kryminalnego – ćwiczenia służb kryptonim „57”

Stała współpraca z Wojewódzkim Pogotowiem Ratunkowym w Lublinie owocuje między innymi w możliwości ćwiczeń i pozoracji co pozwala naszej szkole w coraz lepszy sposób przygotowywać się do sytuacji nietypowych i ćwiczyć właściwe zachowanie podczas zdarzeń zagrażających życiu i zdrowiu. Na 100 lecie WPR wraz z pracownikami pogotowia przygotowaliśmy pozorację zdarzenia o charakterze terroru kryminalnego, podczas której mogli sprawdzić się nie tylko uczniowie ale także służby, które na co dzień dbają o nasze bezpieczeństwo (pogotowie ratunkowe, policja, AT, straż pożarna).

- <http://www.lublin112.pl/lublin-pozorowany-atak-terrorystyczny-na-terenie-szkoly-zdjecia/>
- <https://www.dziennikwschodni.pl/na-sygnale/atak-na-szkole-w-lublinie-18-osob-rannych-zdjecia-z-cwiczen,n,1000207250.html>

Zajęcia z zakresu pierwszej pomocy dla klas I w trakcie wyjazdów integracyjnych (zajęcia prowadzili uczniowie klasy II b)

Wyjazdy integracyjne są już wieloletnią tradycją naszej szkoły. Uczniowie klasy II b w trakcie trwania zajęć klas I SP57 przeprowadzili zajęcia z podstaw I pomocy. Dzięki temu spotkaniu młodsze dzieci zapoznały się ze starszymi kolegami i zainteresowali się tematyką bezpieczeństwa przedstawioną przez starszych kolegów.

Zajęcia dla zastępów Skautów Europy – pierwsza pomoc

Uczniowie klas B – jak bezpieczeństwo systematycznie w ciągu roku prowadzą warsztaty z zakresu pierwszej pomocy dzieląc się swoją wiedzą i doświadczeniem. Zajęcia cieszą się dużym zainteresowaniem młodszych i starszych uczestników spotkań.

Warsztaty ratownicze w Jaśle kl. 2b

Warsztaty ratownicze w Krakowie kl. 3b

Warsztaty B jak bezpieczeństwo odbywają się cyklicznie co roku. W Jaśle i Krakowie uczniowie biorą udział w zajęciach prowadzonych przez służby ratownicze. Spotkania z praktykami pomagają uczniom na lepsze zrozumienie problematyki bezpieczeństwa i znaczenia bezpiecznych zachowań i profilaktyki.

Uzyskanie certyfikatów wiedzy i umiejętności Wojewódzkiego Pogotowia Ratunkowego z zakresu pierwszej pomocy dla uczniów klasy III B

Klasy realizujące innowację B jak bezpieczeństwo kończąc klasę III zdają egzamin teoretyczny i praktyczny z zakresu pierwszej pomocy i otrzymują certyfikat wiedzy i umiejętności wydany przez Wojewódzkie Pogotowie Ratunkowe w Lublinie.

Festyn Wspólnota to ty i ja” Poczekajka 2018

Podczas trwania Festynu nasza Szkoła zabezpieczała pierwszą pomoc oraz uczyła resuscytacji krążeniowo-oddechowej na stanowisku z fantomami. Ćwiczenia cieszyły się dużym zainteresowaniem zarówno dorosłych jak i dzieci.

<https://www.facebook.com/Stowarzyszenie-Przyjaci%C3%B3%C5%82-Parafii-Poczekajka-w-Lublinie-198784090301811>

Pozoracja w ramach IX Otwartych Mistrzostw Ziemi Lubelskiej w Ratownictwie Medycznym

Na terenie naszej szkoły odbywały się dwa z siedmiu zadań w ramach IX Otwartych Mistrzostw Ziemi Lubelskiej w Ratownictwie Medycznym. 15 drużyn z całej Polski walczyło w pozoracjach działań związanych z wykonywaniem zawodu ratownika medycznego.

<http://www.pogotowie.lublin.pl/new/ix-otwarte-mistrzostwa-ziemi-lubelskiej-w-ratownictwie-medycznym/>

Festyn z okazji Dnia Dziecka – spotkanie z ratownikami

Poza dobrą zabawą z okazji Dnia Dziecka możliwe było spotkanie z tymi, którzy na co dzień ratują ludzkie życie. Każdy kto chciał mógł obejrzeć ambulans i porozmawiać z ratownikami.

Pozostałe działania

**Aktywność
fizyczna**

Rajdy piesze : Drzewce, Pałecznica, Bochothnica, Kazimierz Dolny, Nałęczów, Wilkołaz, Wandzin, Lubartów

Cykl rajdów pieszych miał na celu popularyzację turystyki pieszej wśród młodzieży szkolnej, a także promocję aktywności fizycznej, zdrowego stylu życia oraz promowanie aktywnego wypoczynku.



Zimowy obóz narciarski w Białce Tatrzańskiej

Główny cel jakim jest nauka i doskonalenie jazdy na nartach został zrealizowany z pomocą nauczycieli, którzy chętnie nauczali demonstrując różne ćwiczenia. Jak co roku wielu uczniów próbowało swoich sił w opanowaniu tej niełatwej dyscypliny sportu. Nauczyciele dzieląc uczestników na kilka grup, postarali się o szybką i efektywną naukę podstawowych umiejętności narciarskich. Zwracali uwagę na zasady bezpieczeństwa i właściwego zachowania się na stoku oraz wyciągu narciarskim.



„Turnieje Piłki Nożnej drużyn mieszanych i dla dziewcząt”

W ramach projektów edukacyjnych uczniowie klas II zorganizowali turnieje piłki nożnej. Turnieje cieszyły się dużym zainteresowaniem uczniów. Rywalizacja była bardzo zacięta, ale toczyła się w ramach zasad fair play. Celem głównym była popularyzacja aktywności fizycznej i promocja zdrowego stylu życia.



Profilaktyka

Wyjazdy integracyjno-adaptacyjne do Motycza

- Dla klas pierwszych szkoły podstawowej,
- <http://www.g7.lublin.eu/galeria/znale-skarb-motycz-pierwsza-klasa.html>
- Dla klas czwartych szkoły podstawowej,
- Dla klas siódmych szkoły podstawowej,

Wyjazdy integracyjne są już wieloletnią tradycją naszej szkoły. Uczniowie w czasie tych wyjazdów mogą dobrze poznać nowych kolegów, nauczycieli, a także zacząć kształtować umiejętność współpracy w nowym zespole klasowym.

Program profilaktyczno-wychowawczy „Spójrz inaczej”

Ten program to zbiór scenariuszy zajęć do systematycznej pracy ze wszystkimi klasami szkoły podstawowej i gimnazjum oraz w świetlicach socjoterapeutycznych. Stanowi profilaktykę dotyczącą całego procesu powstawania negatywnych zachowań u dzieci i młodzieży. Program uczy je rozumienia siebie i innych, rozpoznawania i zaspokajania własnych potrzeb i wyrażania emocji w konstruktywny sposób lepszego radzenia sobie z różnymi problemami, umiejętności dobrego współżycia z innymi i znajdowania w sobie oparcia w trudnych sytuacjach, tak, aby w przyszłości nie sięgały w tym celu po środki uzależniające.

Program profilaktyczny „Archipelag Skarbów”

Zdrowy styl życia wolny od alkoholu i narkotyków to jeden z celów programu profilaktycznego Archipelag skarbów realizowanego w naszej szkole kolejny już raz. Program ten cieszy się dużym zainteresowaniem uczniów każdorazowej edycji.

Zdrowe żywienie

„PoZdro” – Ogólnopolski Program Profilaktyki Cukrzycy i Chorób Cywilizacyjnych



„Tydzień Zdrowia”



- Quiz o zdrowiu
- Hasło promujące zdrowy styl życia
- Przepis na zdrowy posiłek
- Plakat o składnikach pokarmowych
- Nietypowa konkurencja sportowa

Projekt prozdrowotny „Zdrowo jem, więcej wiem”

Program dający szansę uczniom na zdobycie wiedzy o zdrowym odżywianiu oraz wyrobienie prawidłowych nawyków żywieniowych, a także zdobycie cennych umiejętności takich jak praca w grupie.

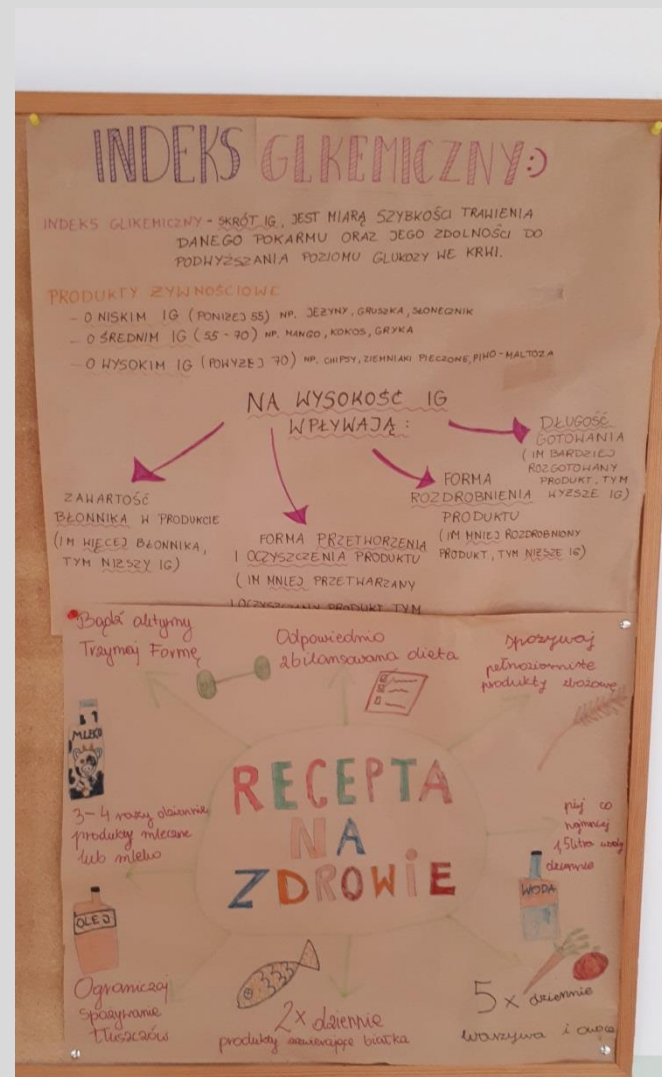
<http://www.g7.lublin.eu/galeria/zdrowo-jem-wiecej-wiem.html>

**Tydzień prozdrowotny „Piramidka” dla klas I zakończony konkursem
„Paszport po zdrowie”**

Program promujący zdrowy styl życia „Trzymaj formę”

Program "Trzymaj Formę" promuje zdrowy styl życia o dwukierunkowym podejściu promującym zbilansowanie odżywianie połączone z regularną aktywnością fizyczną.

Uczniowie klas 7A i 7B opracowywali zagadnienia: piramida zdrowia, zbilansowana dieta, indeks glikemiczny, BMI, czytaj etykiety, wpływ aktywności fizycznej na organizm, rodzaje aktywności fizycznej.



Dziękujemy za uwagę 😊

