

**Zadania z zakresu Promocji Zdrowia  
zaplanowane do realizacji  
w Szkole Podstawowej nr 99 na rok szkolny 2018-2019**

Lp.	Czas realizacji	Zadania zaplanowane do realizacji
1.	wrzesień	<b>Witamy w szkole</b> - przypomnienie zasad bezpiecznego zachowania się podczas zajęć oraz przerw - przypomnienie wszelkich regulaminów (świetlica, stołówka itp.)
2.	październik	<b>Stres – konflikty rówieśnicze</b> - wpływ stresu na stan organizmu, sposoby radzenia sobie ze stresem, - sposoby rozwiązywania konfliktów, mediacje, - radzenie sobie z agresją. - mediacje i rozwiązywanie konfliktów  <b>Dzień Mycia Rąk</b> - pogadanki/prezentacje na lekcjach wychowawczych
3.	listopad	<b>Problem z głowy</b> - pogadanki na lekcjach wychowawczych w klasach I-VI ze szczególnym zwróceniem uwagi na higienę osobistą, mycie rąk itp. - przeglądy czystości przeprowadzane przez pielęgniarkę szkolną ( w miarę potrzeb), - zwrócenie uwagi na problem wszawicy.  <b>Dzień Ziemiaka</b> - pogadanki/prezentacje na lekcjach wychowawczych
4.	grudzień	<b>Czas wolny</b> - sposoby na ciekawe spędzanie czasu wolnego, - sport i jego wpływ na stan organizmu, - planowanie i organizacja czasu wolnego.  <b>Dzień Herbaty</b> - pogadanki/prezentacje na lekcjach wychowawczych
5.	styczeń	<b>Choroby zakaźne</b> - pogadanki dotyczące przenoszenia się chorób (szczególnie zakaźnych typu grypa) na lekcjach wychowawczych w klasach I-VII - sposoby wzmacniania odporności, - wpływ odżywiania na stan zdrowia. - bezpieczne ferie – pogadanki  <b>Dzień Sprzątania Biurka</b> pogadanki/prezentacje na lekcjach wychowawczych
15.	I i II semestr	<b>Program Owoce i warzywa w szkole, Mleko w szkole.</b>
16.	luty	<b>Czystość</b> - pogadanki na lekcjach wychowawczych w klasach I-VIII ze szczególnym zwróceniem uwagi na higienę osobistą, mycie rąk itp. - prelekcje przeprowadzane przez pielęgniarkę szkolną Dzień  <b>Dzień Marchewki</b> pogadanki/prezentacje na lekcjach wychowawczych
17.	marzec	<b>Trzymaj się prosto</b> - pogadanki na lekcjach wychowawczych w klasach I-VIII - turnieje sportowe między oddziałowe - przerwa międzylekcyjna na sportowo – uczniowie klas IV-VII na przerwie prowadzą pod kierunkiem nauczyciela W-F aerobik na sali gimnastycznej dla chętnych uczniów oraz przykładowe ćwiczenia do wykonania w klasach I-III - występ chóru szkolnego z piosenką promującą zdrowie ( w klasach młodszych) - Zumba na sali gimnastycznej dla chętnych Dzień  <b>Dzień bez hałasu</b> - pogadanki/prezentacje na lekcjach wychowawczych
18.	kwiecień	<b>Zdrowo sałatkowo</b>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki na lekcjach wychowawczych,</li> <li>- zdrowe śniadanie-przygotowywanie śniadania w klasach I-III,</li> <li>- przygotowywanie sałatek, soków owocowych/warzywnych – chętne klasy</li> </ul> <p><b>Światowy dzień zdrowia</b> - pogadanki/prezentacje na lekcjach wychowawczych</p>
19.	maj	<p><b>Wolę wodę</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki na lekcjach wychowawczych w klasach I-VIII</li> <li>- prelekcje przeprowadzane przez pielęgniarkę szkolną wg potrzeb</li> </ul> <p>Profilaktyka brodawczka ludzkiego HPV</p> <p><b>Kampania Rowerowy maj</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki z uczniami na temat bezpiecznego zachowania się jako uczestnik ruchu drogowego.</li> <li>- kampania rowerowa</li> </ul>
20.	czerwiec	<p><b>Bezpieczne wakacje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki na lekcjach wychowawczych (tematy do wyboru w zależności od wieku dzieci i ich potrzeb: zatrucia pokarmowe, bezpieczne podróżowanie, zachowanie w różnych warunkach, bezpieczeństwo w sieci, bezpieczne zawieranie znajomości, ochrona swoich danych osobowych itp.).</li> </ul>