

PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA W ZESPOLE SZKÓŁ SPECJALNYCH ZAWODOWYCH NR 6 W KATOWICACH W RAMACH PROJEKTU „ŚLĄSKA SIEĆ PRZEDSZKOLI I SZKÓŁ PROMUJĄCZ ZDROWIE” NA LATA 2020- 2023

Informacje o szkole

Nazwa szkoły: Zespół Szkół Zawodowych Specjalnych nr 6 w Katowicach

Dyrektor szkoły: Joanna Warpas

Adres: ul. Rolna 22, 40-555 Katowice

Nr telefonu, faksu: (32) 254 24 19

Adres strony www: zszsp6.edupage.org

Adres e-mail: sekretariat@zszs6katowice.pl

Koordinator do spraw promocji zdrowia: Martyna Rozlach- Cołoś

Wstęp

Szkoła promująca zdrowie zwiększa możliwości młodych ludzi do podejmowania działań i dokonywania zmian. Jest miejscem, w którym młodzi ludzie pracując razem z nauczycielami innymi osobami, mogą osiągnąć sukces. Wzmacnianie młodych ludzi, wspieranie ich wizji, idei umożliwia im wpływ na ich życie i warunki życia". (WHO, 1997)

Szkoła promująca zdrowie:

- zapewnia bezpieczeństwo
- zachęca do zdrowego stylu życia
- umożliwia uczniom rozwój ich potencjalnych możliwości fizycznych, psychicznych i społecznych
- wzmacnia poczucie własnej wartości
- uzmysławia pracownikom, uczniom i rodzicom społeczną rolę szkoły w promowaniu zdrowia
- kształtuje dobre relacje międzyludzkie.

Szkoła Promująca Zdrowie to inaczej:

- szkoła tworząca warunki (fizyczne i społeczne), sprzyjające ochronie i pomnażaniu zdrowia
- szkoła umożliwiająca aktywne uczestnictwo społeczności szkolnej w działaniach na rzecz zdrowia
- zdrowie: fizyczne, społeczne, psychiczne i duchowe.

Założenia

W dzisiejszym, stehnicyzowanym świecie znaczący wpływ na zdrowie mają zmiany stylu życia, pracy, nauki, sposobu spędzania wolnego czasu. Promocja zdrowia, edukacja prozdrowotna i ekologiczna wpływają na osobisty i społeczny rozwój każdego człowieka już od najmłodszych lat, zwłaszcza poprzez udostępnienie informacji o zdrowiu i zmianę stylu życia. Sieć Szkół Promujących Zdrowie stwarza możliwość przekazania uczniom wiedzy i umiejętności niezbędnych do podejmowania wyborów dla poprawy zdrowia i stanu środowiska. Daje szansę planowania wszechstronnej edukacji prozdrowotnej z zastosowaniem różnych metod aktywizujących społeczność szkolną. Oprócz tego daje perspektywę korzystania z dobrych przykładów innych szkół, pozwala dzielić się wiedzą i doświadczeniem w tak ważnej dziedzinie jaką jest jakość życia człowieka. Jako szkoła mająca na celu dobro ucznia, zależy nam, aby działania prozdrowotne przyczyniły się do osobistych sukcesów zarówno uczniów, nauczycieli jak i rodziców. Takie działania z pewnością przyczynią się także do większej integracji całej społeczności szkolnej i pozwolą zaangażować w rozwój szkoły więcej podmiotów, co tym samym poszerzy zakres oddziaływania edukacji zdrowotnej. Nasza szkoła podejmuje działania promujące zdrowie. Edukacja zdrowotna stanowi ważny element programu nauczania i wychowania szkoły. Uczestniczymy w wielu programach, projektach, konkursach i kampaniach promujących zdrowy styl życia. Wszystkie podejmowane działania łączą nas z siecią szkół promujących zdrowie, dlatego przystąpienie do projektu będzie kontynuacją naszej pracy na rzecz promocji zdrowia.

Charakterystyka Programu

Termin realizacji: rok 2020 -2023

Wybrane standardy według Szkoły Promującej Zdrowie (SPZ):

- *standard pierwszy:* „Szkoła promująca zdrowie pomaga członkom społeczności szkolnej (w tym rodzicom) zrozumieć i zaakceptować koncepcję szkoły promującej zdrowie”
- *standard trzeci:* „Szkoła promująca zdrowie prowadzi edukację zdrowotną uczniów i pracowników oraz dąży do zwiększenia jej jakości i skuteczności”
- *standard czwarty:* „Szkoła promująca zdrowie tworzy klimat społeczny sprzyjający: satysfakcji z nauki i pracy w szkole, osiągnięciu sukcesów oraz wzmacnianiu poczucia własnej wartości u uczniów i pracowników; zdrowiu i rozwojowi uczniów i pracowników; uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu członków społeczności szkolnej, rodziców i osób ze społeczności lokalnej.

Standard pierwszy: „Szkoła promująca zdrowie pomaga członkom społeczności szkolnej (w tym rodzicom) zrozumieć i zaakceptować koncepcję szkoły promującej zdrowie”

Cele:

- zrozumieć pojęcie „zdrowie”
- poznać czynniki warunkujące zdrowie
- poznać koncepcję promocji zdrowia
- poznać koncepcję szkoły promującej zdrowie
- zrozumieć korzyści z tworzenia takiej szkoły dla siebie i innych ludzi.

Założenia:

- zaakceptować własną odpowiedzialność za zdrowie swoje, innych ludzi i tworzenie środowiska sprzyjającego zdrowiu,
- aktywnie uczestniczyć w tworzeniu SPZ

Wymiary	Wskaźniki
Upowszechnianie wiedzy o koncepcji i zasadach tworzenia SPZ i poczucie znajomości tej koncepcji w społeczności szkolnej.	<ol style="list-style-type: none">1. Przekazywanie nowym członkom społeczności szkolnej wiedzy koncepcji SPZ.2. Dostępność publikacji na temat SPZ.3. Poczucie członków społeczności szkolnej, że otrzymali wystarczająco dużo informacji o SPZ.4. Wiedza większości uczniów na temat, co robi się w szkole dla ich zdrowia i dobrego samopoczucia.
Zrozumienie i akceptacja koncepcji SPZ przez członków społeczności szkolnej	<ol style="list-style-type: none">1. Akceptacja koncepcji SPZ i zasad jej tworzenia przez nauczycieli.2. Poczucie członków społeczności szkolnej znajomości koncepcji SPZ.3. Znajomość podstawowych cech SPZ przez nauczycieli i uczniów.4. Zrozumienie własnej roli w tworzeniu SPZ

Standard trzeci: „Szkoła promująca zdrowie prowadzi edukację zdrowotną uczniów i pracowników oraz dąży do zwiększenia jej jakości i skuteczności”

Cele:

- uświadomienie pojęcia zdrowia,
- pogłębienie wiedzy o zdrowiu, zasobach dla zdrowia, czyli czynnikach zwiększających jego potencjał i zagrażających zdrowiu,
- dbanie o zdrowie własne i innych,
- nabycie umiejętności niezbędnych dla: kształtowania zachowań sprzyjających zdrowiu i radzeniu sobie z nowymi sytuacjami, podejmowaniu właściwych decyzji i wyborów oraz podejmowanie działań służących poprawie zdrowia swojego i innych.

Założenia:

- uwzględnienie wszystkich aspektów zdrowia (fizycznego, psychicznego, społecznego i duchowego) oraz czynników je warunkujących,
- wykorzystywanie w edukacji wszystkich okoliczności (szkolny program nauczania, projekty, sytuacje edukacyjne, zajęcia pozalekcyjne, oddziaływania wychowawcze); włączanie wielu osób i organizacji w szkole i spoza szkoły,
- branie pod uwagę faktu, że każdy uczeń otrzymuje informacje i wzorce zachowań z różnych źródeł (rodzina, szkoła, rówieśnicy, służba zdrowia, środki społecznego przekazu, reklamy, społeczność lokalna)
 - uwzględnienie faktu, że każdy pracownik szkoły oddziałuje na ucznia werbalnie (informacje) i niewerbalnie (zachowania), dążenie do spójności na obu tych poziomach komunikowania oraz budowanie wiarygodności dorosłych,
 - dążenie do tworzenia w szkole środowiska wspierającego edukację zdrowotną,
 - uznawanie, że równie ważne jest zdrowie uczniów, jak i pozostałych członków społeczności szkolnej.

Wymiary	Wskaźniki
I. Polityka, warunki i organizacja życia szkoły sprzyjają edukacji prozdrowotnej.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dostępność informacji dotyczącej realizacji edukacji zdrowotnej. 2. Planowanie działań z zakresu edukacji zdrowotnej w szkole. 3. Uczestnictwo przez nauczycieli w szkoleniach z zakresu edukacji zdrowotnej. 4. Współpraca nauczycieli przy realizacji edukacji zdrowotnej. 5. Traktowanie edukacji zdrowotnej przez dyrekcję szkoły jako jej ważne zadanie.
II. Uczeń jest aktywnym uczestnikiem procesu realizacji edukacji zdrowotnej.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wpływ uczniów na treści realizowane w ramach edukacji zdrowotnej. 2. Stwarzanie uczniom przez nauczycieli okazji do wymiany doświadczeń, wiedzy i poglądów dotyczących zagadnień uwzględnianych w edukacji zdrowotnej.
III. Szkoła współpracuje ze środowiskiem i wykorzystuje jego zasoby.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zapraszanie rodziców do współpracy przy realizacji edukacji zdrowotnej. 2. Wpływ rodziców na treści realizowane w czasie zajęć z edukacji zdrowotnej uczniów. 3. Organizowanie w szkole zajęć dla rodziców z wybranych zagadnień edukacji zdrowotnej. 4. Dostosowanie zajęć dla rodziców dotyczących zdrowia do ich potrzeb i zainteresowań. 5. Zapraszanie specjalistów do realizacji wybranych zadań w szkolnym programie edukacji zdrowotnej. 6. Podejmowanie przez szkołę różnych form służących edukacji zdrowotnej w środowisku lokalnym.
IV. Szkoła prowadzi ewaluację i wykorzystuje jej wyniki do podnoszenia jakości edukacji zdrowotnej.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kończenie niektórych zajęć z zakresu edukacji zdrowotnej jakąś formą ewaluacji. 2. Wykorzystywanie wniosków z ewaluacji do planowania edukacji zdrowotnej. 3. Przedstawianie wyników ewaluacji dotyczących realizacji edukacji zdrowotnej osobom zainteresowanym. 4. Pomaganie uczniom przez nauczycieli w stosowaniu technik umożliwiających samoobserwację.

Standard czwarty: „Szkoła promująca zdrowie tworzy klimat społeczny sprzyjający: satysfakcji z nauki i pracy w szkole, osiąganiu sukcesów oraz wzmacnianiu poczucia własnej wartości u uczniów i pracowników; zdrowiu i rozwojowi uczniów i pracowników; uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu członków społeczności szkolnej, rodziców i osób ze społeczności lokalnej.

Cele:

- tworzenie pozytywnego klimatu społecznego, sprzyjającego zdrowiu
- wspieranie uczniów w nauce,
- wspieranie pracowników szkoły,
- stwarzanie członkom społeczności szkolnej możliwości uczestnictwa w życiu szkoły,
- tworzenie pozytywnych relacji między ludzkich,
- motywowanie do osiągania sukcesów,
- wdrażanie efektywnej pracy na lekcjach,
- znajomość praw i obowiązków przez społeczność szkolną.

Wymiary:

- I. Satysfakcja ze szkoły/ z pracy w szkole/wsparcia ze strony dyrekcji/ ze szkoły dziecka.
- II. Stwarzanie uczniom/nauczycielom/pracownikom/ rodzicom możliwości uczestnictwa w życiu klasy/szkoły.
- III. Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli. Relacje między pracownikami, którzy nie są nauczycielami.
- IV. Podejście uczniów do nauki i zachowania w szkole.
- V. Przestrzeganie praw i obowiązków, stosowanie reguł i zasad przez społeczność szkolną.
- VI. Relacje między osobami w społeczności szkolnej.

Cele / oczekiwane osiągnięcia	Zadania	Sposoby osiągnięcia celów	Sposób dokumentowania działań i ich efektów	Ewaluacja
Zapoznanie z ideą SPZ nauczycieli, pracowników i rodziców.	Czym jest zdrowie i choroba? Na czym polega zdrowy styl życia? Koncepcja Szkoły Promującej Zdrowie. Etapy zdobywania certyfikatu SPZ.	Prezentacja multimedialna, wykład.	Zdjęcia Wpisy w dzienniku Informacje na stronie www, FB	Quiz internetowy Obserwacja
Współpraca ze społecznością lokalną.	Pozyskiwanie osób instytucji i organizacji, które mogą włączyć się do działań podejmowanych przez szkołę. Wykorzystanie zasobów (ludzi, materiałów, sprzętu) do prowadzenia zajęć Prowadzenie akcji	Pogadanki, prezentacje multimedialne, filmy, konkursy, akcje, kampanie.	Zdjęcia Wpisy w dzienniku Podziękowania Informacje na stronie www, FB	Quiz internetowy Obserwacja

	edukacyjnych w środowisku szkolnym.			
Kształcenie nauczycieli i rodziców.	Przekazywanie podstawowej wiedzy z zakresu edukacji zdrowotnej. Udział w szkoleniach.	Wykład, szkolenia, prezentacje, spotkania dla rodziców.	Zdjęcia Wpisy w dzienniku Podziękowania Prezentacje Informacje na stronie www, FB	Quiz internetowy Obserwacja
Zdrowe odżywianie.	Racjonalne odżywianie, piramida zdrowego żywienia. Czynniki wpływające na niewłaściwe odżywianie. Skutki złego żywienia. Kultura i higiena przygotowywania spożywania posiłków. Choroby wynikające z braku higieny. Program „Jedz smacznie i zdrowo”.	Pogadanki, prezentacje, filmy, dyskusje, burza mózgów, praca w grupach, spotkania, konkursy, realizacja programów profilaktycznych. Ulotki, plansze.	Zdjęcia Wpisy w dzienniku Podziękowania Plakaty Prace uczniów Informacje na stronie www, FB	Quiz internetowy Obserwacja
Higiena osobista i otoczenia.	Higiena jamy ustnej. Przybory do higieny osobistej. Czystość ciała i otoczenia a stan zdrowia. Właściwy ubiór do warunków atmosferycznych. Znaczenie profilaktyki dla zdrowia. Akcje i kampanie na rzecz środowiska.	Prelekcje, prezentacje, filmy, warsztaty, konkursy, zbiórki, ulotki, plansze.	Zdjęcia Wpisy w dzienniku Podziękowania Plakaty Prace uczniów Prezentacje Informacje na stronie www, FB	Quiz internetowy Obserwacja
Aktywność fizyczna.	Wpływ aktywności fizycznej na zdrowie. Jak aktywnie i bezpiecznie spędzać czas? Wypoczynek czynny i bierny. Wpływ ruchu na mój organizm. Bezpieczeństwo podczas zajęć lekcyjnych, przerwach i poza szkołą. Higiena pracy umysłowej i snu. Aktywność ruchowa i sport.	Zajęcia pozalekcyjne, pogadanki, prelekcje, filmy, konkursy.	Zdjęcia Wpisy w dzienniku Plakaty Prace uczniów Prezentacje Informacje na stronie www, FB	Quiz internetowy Obserwacja
Troska o środowisko.	Udział w akcjach i kampaniach na rzecz środowiska. Skutki niszczenia środowiska.	Pogadanki, warsztaty, prelekcje, filmy, ulotki, konkursy.	Zdjęcia Wpisy w dzienniku Podziękowania	Quiz internetowy Obserwacja

	Sposoby walki z zanieczyszczeniami. Segregacja odpadów.		Plakaty Prace uczniów Prezentacje Informacje na stronie www, FB	
--	--	--	---	--

Sposoby realizacji Programu:

- pogadanki prowadzone z uczniami
- organizowanie spotkań z pielęgniarką szkolną
- organizowanie spotkań, prelekcji z zaproszonymi
- tematyczne filmy DVD, prezentacje multimedialne
- gazetki ścienne
- plansze, ulotki, broszury, plakaty
- udział w konkursach, zawodach, kampaniach

Oczekiwane efekty:

- wzrost wiedzy na tematy zdrowotne i ekologiczne
- wzrost wiedzy na temat uzależnienia
- dbałość o własne zdrowie i o zdrowie innych
- umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach

Sposób dokumentacji:

- sprawozdania
- zdjęcia
- wpisy w dziennikach
- protokoły zebrań zespołu ds. promocji zdrowia
- programy profilaktyczne
- prezentacje
- plakaty
- Filmy

Uczestnicy Programu:

- dyrekcja szkoły
- nauczyciele
- uczniowie
- rodzice i opiekunowie
- pracownicy szkoły
- pielęgniarka szkolna
- pedagog szkolny
- psycholog szkolny.