|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Zadania | Sposoby realizacji | Osoba odpowiedzialna | Współpraca | Termin realizacji |
| I Działania na rzecz zdrowia | Stała opieka pielęgniarki szkolnej.  Przeprowadzanie badań okresowych.  Udzielanie pomocy w nagłych wypadkach: zachorowania, urazy, zatrucia.  Dbanie o wyposażenie apteczek szkolnych.  Pogadanki na temat dbania o prawidłową postawę uczniów. | Pielęgniarka  Pielęgniarka  Pielęgniarka  Dyrektor  Pielęgniarka | Dyrektor  Lekarz  Lekarz  Pedagodzy Nauczyciele wf Wychowawcy | Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok |
| II Oświata  prozdrowotna | Zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa w szkole- bezpieczne zachowanie w klasie na lekcjach, w sali gimnastycznej, w świetlicy, na boiskach szkolnych, placu zabaw i na korytarzach w czasie przerw.  Dbanie o prawidłową postawę przy ławce szkolnej(dostosowanie wysokości krzeseł i stołów do wzrostu uczniów).  Zapobieganie dysfunkcjom układu ruchu, w szczególności skrzywieniom kręgosłupa poprzez noszenie przez uczniów prawidłowo dobranego i spakowanego tornistra. Zostawianie w klasach lekcyjnych i szafkach części przyborów i podręczników szkolnych. | Pracownicy pedagogiczni  Dyrektor,  Pielęgniarka, Wychowawcy  Rodzice, Wychowawcy | Pedagog  Strażnik Miejski  Policjant  Pedagodzy szkolni  Pedagodzy szkolni  Nauczyciele | Początek roku szkolnego - pierwsze zajęcia i monitorowanie przez cały rok  Cały rok  Cały rok |
| Przygotowanie do podejmowania działań mających na celu zdrowy styl życia w aspekcie fizycznym i psychicznym.  Propagowanie podstawowych zasad dbałości o zdrowie własne i innych, kształtowanie umiejętności kreowania środowiska.  Propagowanie zasad zdrowego odżywiania. Udział w akcjach: Owoce i warzywa oraz mleko i przetwory mleczne klasy 1 – 5.  Zachęcenie do aktywności fizycznej.  Kształtowanie świadomości dotyczącej wykorzystania ruchu w życiu człowieka jako skutecznego sposobu dbania o zdrowie.  „Zajęcia od zabawy do sportu” dla klas 1-3.  Dzień Sportu, zawody sportowe w szkole i poza szkołą, organizowanie klas sportowych.  Udział w zawodach sportowych WOM.  Organizacja zajęć „Wychowanie do życia w rodzinie”.  Zapoznanie uczniów z profilaktyką chorób zakaźnych.  Profilaktyka chorób pasożytniczych ze szczególnym uwzględnieniem wszawicy (kontrola czystości za zgodą rodzica ucznia).  Profilaktyka zdrowotna w zakresie stanu zdrowia jamy ustnej. Program przesiewowy. Profilaktyczne badania stomatologiczne wśród uczniów.  Profilaktyka w zakresie wykrywania wad wzroku.  Profilaktyka w zakresie korekcji wad postawy. Udział w projekcie „Program profilaktyki i przeciwdziałania chorobom kręgosłupa” dla klas 1-3.  Promocja określonych wzorców zachowań w celu przeciwdziałania nałogom- szkolenia warsztaty  Poznawanie zasad udzielania pierwszej pomocy. Zajęcia dotyczące pierwszej pomocy przedmedycznej.  Zajęcia profilaktyczne „Umiem wezwać pomoc”, „ Wiem- Pomagam-Ratuję”. | Pielęgniarka  Wychowawcy  Pedagog,  Wychowawcy  Wychowawcy  Nauczyciele w-f  Nauczyciele w-f  Dyrektor  Nauczyciel przedmiotu  Wychowawcy  Pielęgniarka  Pielęgniarka  Pielęgniarka  Pielęgniarka  Fizjoterapeuci  Pielęgniarka  Wychowawcy | Pedagodzy szkolni  Nauczyciele przedmiotu  Nauczyciele  Wychowawcy  Wychowawcy  Nauczyciel przedmiotu  Pielęgniarka  Wychowawcy  Stomatolog  Wychowawcy,  Lekarz  Wychowawcy,  Lekarz  Wychowawcy,  Nauczyciele,  Straż Miejska  Nauczyciel  przedmiotu EDB  Ratownicy Medyczni | Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok |
| II Oświata prozdrowotna | Profilaktyka grypy sezonowej z uwzględnieniem zagadnienia: Co robić, żeby ustrzec się grypy?  Uświadomienie roli szczepień ochronnych i ich wpływ na zapobieganie chorobom.  Propagowanie i przestrzeganie zasad związanych z bezpiecznym korzystaniem z kąpielisk oraz uświadomienie niebezpieczeństwa z zabawą petardami.  Wdrażanie do zachowanie bezpieczeństwa w kontaktach z lekami i substancjami chemicznymi-pogadanki  Udział w programie zdrowotnym „ Program nadań przesiewowych słuchu dla uczniów klas I i VI szkół podstawowych na terenie m. st. Warszawy” . | Pielęgniarka  Pielęgniarka  Pielęgniarka  Pielęgniarka | Wychowawcy  Wychowawcy  Pedagog,  Wychowawcy  Wychowawcy | Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok |
|  | Propagowanie podstawowych zasad higieny i jej wpływu na zdrowie fizyczne i psychiczne.  Higiena wzroku i słuchu jako ważne elementy percepcji. Czysta skóra zdrowie i uroda. Higiena intymna.  Odpoczynek jako ważny element higieny.  Propagowanie zasad zdrowego odżywiania. Uświadomienie jak zdrowo i właściwie się odżywiać. Rola pierwszego i drugiego śniadania. Ukazanie skutków niewłaściwego żywienia. Przypominanie zasad higieny przygotowywania i spożywania posiłków i picia wody.  Wykłady z użyciem materiałów informacyjnych m.in. w ramach kampanii społecznej „Wiem co jem”. Pogadanki dla uczniów. Zajęcia tematyczne i prezentacje. Konkursy plastyczne. Plakaty. Piramida Zdrowego Żywienia. | Pielęgniarka  Pielęgniarka | Wychowawcy  Wychowawcy | Cały rok  Cały rok |
| II Oświata prozdrowotna | Program przeciwdziałania chorobom kręgosłupa- „Zdrowy Kręgosłup”.  Centrum Rehabilitacji Funkcjonalnej ORTHOS  Propagowanie i przestrzeganie zasad bezpiecznego korzystania z komputera i Internetu, kształtowanie świadomości negatywnego wpływu pracy przy komputerze na zdrowie i kontakty społeczne.  Przypominanie i wdrażanie zasad ruchu drogowego i bezpiecznego zachowania się na wycieczkach szkolnych oraz w drodze do szkoły.  Zajęcia przygotowujące do egzaminu na Kartę Rowerową | Centrum Rehabilitacji Funkcjonalnej ORTHOS  Wychowawcy  Wychowawcy,  Nauczyciele techniki  Nauczyciele przedmiotu | Dyrekcja  Wychowawcy  Strażnik miejski,  Nauczyciel przedmiotu  Pedagodzy szkolni  Policja | Wg harmonogramu  Cały rok  Wrzesień  Wg harmonogramu |
|  | Zachęcanie uczniów do pracy nad własną motywacją oraz analizą czynników, które ich demotywują.  Nabycie podstawowej wiedzy na temat stresu.  Rozwijanie właściwej postawy wobec zdrowia i życia, jako najważniejszych wartości. Doskonalenie i wzmacnianie zdrowia fizycznego.  Zajęcia profilaktyczne  „Bezpieczne Dzieci”  Zapoznanie i wdrażanie procedur obowiązujących w czasie pandemii COVID-19.  Propagowanie zasad reżimu sanitarnego. Wdrażanie do zachowania bezpiecznej odległości między pracownikami szkoły. Przestrzeganie zasady dezynfekcji rąk oraz zasłaniania ust i nosa w obszarach wspólnych. | Pedagodzy  Wychowawcy  Fundacja Bliżej Dziecka  Wychowawcy  Nauczyciele, obsługa szkoły  Wychowawcy  Nauczyciele przedmiotu  obsługa szkoły | Wychowawcy  Nauczyciele w-f  Wychowawcy  Rodzice  Pielęgniarka  Nauczyciele  Pielęgniarka | Cały rok  Cały rok  Wg harmonogramu  Do zakończenia pandemii  Do zakończenia pandemii |
| III  Wychowanie prozdrowotne | Zachęcenie do podejmowania aktywności fizycznej jako alternatywy na spędzanie czasu przed telewizorem i komputerem.  Wdrażanie nawyków zdrowego odżywiania..  Promocja zdrowego stylu życia: przedstawienie zdrowotnych  (psychicznych i fizycznych) skutków uzależnień (komputer, Internet) oraz form zapobiegania im.  Spotkania z pielęgniarką i panią pedagog poświęcone tematom zdrowia.  Kształtowanie właściwego zachowania się w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia oraz sytuacjach nadzwyczajnych, np. : w szkole (ćwiczenia ewakuacji) oraz w terenie w czasie burz i innych zagrożeń.  Zwrócenie uwagi na zagrożenia, jakie niesie ze sobą kontaktowanie się z obcymi, nieznajomymi osobami.  Spotkania z przedstawicielami Straży Miejskiej, Policji poświęcone tematom bezpieczeństwa. Utrwalanie numerów alarmowych i umiejętności korzystania z nich.  Udział w akcjach: „Sprzątanie Świata”, „Dzień Ziemi”  Zainteresowanie tematyką ekologii- kształtowanie nawyków segregowania śmieci, ograniczania zużycia plastiku, korzystania z kompostowników. Wyrabianie poczucia odpowiedzialności za otaczające nas środowisko.  Rozwijanie umiejętności podejmowania działań na rzecz ochrony przyrody w swoim środowisku. Zbiórka makulatury, udział w akcji Ekomol.  Realizacja tematów z edukacji zdrowotnej na lekcjach w-f.  Zwracanie uwagi na zagrożenie jakie niesie za sobą nieprzestrzeganie procedur w czasie pandemii. | Pielęgniarka  Pielęgniarka  Nauczyciele w-f  Pielęgniarka  Pedagodzy  Pracownik BHP  Pedagog  Pedagog  Nauczyciele przedmiotu  Nauczyciele przedmiotu,  Rodzice  Rodzice  Nauczyciele w-f  Wychowawcy | Wychowawcy, nauczyciele wf  Wychowawcy  Nauczyciele  Wychowawcy  Wychowawcy  Wychowawcy  Nauczyciele  Wychowawcy  Strażnik Miejski  Wychowawcy  Strażnik Miejski  Policja  Wychowawcy  Wychowawcy  Wychowawcy  Nauczyciele  Wychowawcy  Pielęgniarka | Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Wg harmonogramu  Wg harmonogramu  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Do momentu zakończenia pandemii |