

PRIORYTET

Kształtowanie motywacji wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia, a także podejmowanie inicjatyw na rzecz zdrowia własnego i innych.

OPIS PROBLEMU

Na zdrowie znaczący wpływ mają zmiany stylu życia, pracy, nauki, sposobu spędzania wolnego czasu. Praca i wypoczynek powinny być dla ludzi źródłem zdrowia. W promocji zdrowia za podstawowe sprawy należy uznać troskę o siebie i innych. Promocja zdrowia wspiera osobisty i społeczny rozwój człowieka, poprzez udostępnienie informacji o zdrowiu, edukację dla zdrowia i doskonalenie umiejętności związanych ze zdrowym stylem życia.

UZASADNIENIE WYBORU PRIORYTETU

Nadrzędnym celem szkoły promującej zdrowie jest zdrowy styl życia całej społeczności szkolnej - uczniów i pracowników. Promocja zdrowia to proces umożliwiający ludziom zwiększenie kontroli nad swoim zdrowiem. Celem nadrzędnym w promocji zdrowia, jest kształtowanie u ludzi zachowań (stylu życia) i warunków sprzyjających zdrowiu, jego poprawie i ochronie.

Promując zdrowie należy:

a) Kształtować prawidłowe nawyki żywieniowe, zgodne z zasadami zdrowego żywienia oraz zwracania uwagi na prawidłową postawę ciała - szczególnie u dzieci, dające szansę na poprawę stanu zdrowia przyszłych pokoleń.

- b) umożliwiać uczniom rozwój ich potencjału fizycznego, psychicznego i społecznego oraz wzmacniać poczucie własnej wartości,
- c) przedstawiać dla promocji zdrowia i bezpieczeństwa społeczności szkolnej (uczniom i dorosłym) jasne cele,
- d) kształtować dobre relacje między: pracownikami i uczniami, samymi uczniami, szkołą i rodzicami oraz społecznością lokalną,
- e) wykorzystać wszelkie dostępne środki w społeczności lokalnej dla wspierania działań w zakresie promocji zdrowia,
- f) planować wszechstronną edukację prozdrowotną z zastosowaniem metod aktywizujących uczniów,
- g) wyposażyć uczniów wiedzę i umiejętności, niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia oraz poprawy i ochrony środowiska fizycznego,
- h) zapewnić sprzyjające zdrowiu środowisko,
- i) kształtować u uczniów i pracowników szkoły poczucie odpowiedzialności za zdrowie,
- j) zachęcać do zdrowego życia oraz stworzyć uczniom i pracownikom realne i atrakcyjne możliwości dokonywania zdrowych wyborów.

PRZYCZYNY ISTNIENIA PROBLEMU

- a) Bagatelizowanie zależności między prawidłową postawą ciała, masą tornistrów, aktywnością fizyczną i zasadami zdrowego żywienia, a konsekwencjami dla zdrowia.
- b) Trudna sytuacja materialna wielu rodzin.
- c) Niewłaściwe nawyki żywieniowe, wypoczynku i ich wzmacnianie poprzez negatywny przykład zachowań osób dorosłych.
- d) Niska odporność uczniów na wpływy reklamy różnorodnych produktów.

ROZWIĄZANIA DLA USUNIĘCIA PROBLEMU

- a) Podnieść poziom świadomości uczniów oraz osób dorosłych w zakresie indywidualnej odpowiedzialności za dokonywanie wyborów w zakresie odżywiania się oraz zdrowego stylu życia.
- b) Kształtować zdrowe nawyki żywieniowe, przyzwyczajając dzieci do właściwych zachowań żywieniowych, higienicznych a także w zakresie estetyki spożywania posiłków.
- c) Uświadomić zależność między masą tornistrów, postawą podczas pracy oraz sprawnością fizyczną, a wadami postawy i ich wpływem na prawidłowe funkcjonowanie organizmu.
- d) Promować różnorodne formy aktywności fizycznej oraz życie bez używek i uzależnień.
- e) Włączyć rodziców w realizację zadań wynikających z priorytetów Szkoły Promującej Zdrowie.

Realizację działań wynikających z planu wspiera Szkolny Zespół Promocji Zdrowia:

Szkolny koordynator: mgr Agnieszka Zaborowska

Członkowie: mgr Małgorzata Czwartkiewicz,
 mgr Magdalena Brzuchacz
 mgr Jolanta Frosztęga
 mgr Monika Róg
 mgr Beata Dorczak