

Plan działań o tematyce zdrowotnej w roku szkolnym 2011/2012

Lp.	Zadanie	Odbiorca	Termin realizacji	Odpowiedzialni
	Udział w programach i projektach			
	Trzymaj formę	Uczniowie klas IV – VI szkoły podstawowej oraz gimnazjum	Cały rok	H. Pedowska
	Szkoła bez przemocy	Wszyscy uczniowie	Cały rok	E.Radelczuk – pedagog szkolny
	Bądź bezpieczny w sieci	Wszyscy uczniowie	Luty - marzec 2012	I. Karczmarz, U. Pazdan
	Znajdź właściwe rozwiązanie	Kl. IV SP oraz I gimnazjum	Październik – kwiecień 2011	Z.Bednarczuk
	Razem bezpieczniej – piłka zamiast pałki	Uczniowie SP i G	Wrzesień – grudzień 2011r.	E. Widyma - dyrektor
	5 porcji warzyw i owoców	Kl. IIa i b SP	Wrzesień – maj	L.Marnik
	Owoce w szkole	Kl.I – III SP	Październik – maj	Wychowawcy
	Szklanka mleka	KL. I – VI SP	Październik - maj	R.Pieczykolan, Z.Bednarczuk
	Ja i moja sprawność fizyczna w wybranym układzie gimnastycznym	Kl. I – II G	Styczeń – marzec 2012	H.Pedowska, W.Hołosyniuk
	Szkoła dobrze wychowana	Kl. IV	Cały rok	A. Jałowicka
	„Powszechny program nauki pływania”	Kl. I –III SP	Październik – grudzień 2011, luty – maj 2012	B. Kondrat, E .Pomazanka
	Spotkania i szkolenia			
	Spotkanie z pielęgniarką szkolną na temat higieny osobistej uczniów	I a, Ib SP	Październik 2011	B. Kondrat, E .Pomazanka
	Spotkanie z pielęgniarką na temat: Higiena jamy ustnej”, „Owoce i warzywa w codziennym życiu”	Kl. IIa SP	Listopad 2011	J.Kudyba
	Spotkanie z pielęgniarką na temat: „Zdrowy styl	Kl.IIIa i b SP	Grudzień 2011	J.Sieczkowska, K.Wróbel

życia”				
Spotkanie z lekarzem na temat: „Lekarstwa – czy można po nie sięgać samodzielnie?”	KL. Va i b SP		Luty 2012	M.Salińska, Z.Bednarczuk
Spotkanie z lekarzem na temat: „Zdrowy styl życia”	Kl. Iib SP		Kwiecień 2012	L.Marnik
Spotkanie z pracownikami ośrodka zdrowia - zapoznanie z pracą	Kl. Ia i b SP		Kwiecień 2012	B. Kondrat, E .Pomazanka
Spotkanie ze stomatologiem, poznanie pracy oraz rozmowa na temat: „Higiena jamy ustnej”	Kl.Ib SP		Marzec 2012	E .Pomazanka
Szkolenia dla rodziców: 1.Radzenie sobie z agresją. 2. Rozpoznawanie zachowań narkotycznych	Rodzice		Październik 2011	E.Widyma - dyrektor
Szkolenia dla nauczycieli: 1.Radzenie sobie z agresją. 2. Rozpoznawania i przeciwdziałanie przemocy	Nauczyciele		Październik 2011	E.Widyma - dyrektor
Szkolenia dla uczniów – zasady udzielania I pomocy	Kl. I –III G		Listopad 2011	U.Pazdan
Spotkanie z rodzicami, rozmowa na temat: „Szkody i zagrożenia wynikające z nadużywania alkoholu, palenia papierosów”	Rodzice		Styczeń 2012	M.Salińska, Z.Bednarczuk
Spotkanie z rodzicami na temat: „Promocja zdrowego stylu życia: żywienie i aktywność fizyczna”	Rodzice		Wrzesień 2011	J.Kudyba
Sport i turystyka				
Sztafetowe biegi przełajowe dziewcząt (I runda)	Kl.IV – VI SP		Wrzesień 2011	K.Karczmarz
Sztafetowe biegi przełajowe chłopców (I runda)	Kl.IV – VI SP		Październik 2011	K.Karczmarz

Sztafetowe biegi przełajowe dziewcząt (I Irunda)	Kl.IV – VI SP	Październik 2011	K.Karczmarz
Mistrzostwa szkoły w siatkówce mieszanej 4+2	Kl. I – III G	Październik 2011	H.Pedowska, W.Hołosyniuk
Rajd na Roztocze Wschodnie	Kl. I – III G	Październik – listopad 2011	H.Pedowska, W.Hołosyniuk, K.Karczmarz
Otwarte Biegi Uliczne z okazji Święta Niepodległości	Kl.IV – VI SP	Listopad 2011	K.Karczmarz
V Nocny Rajd Niepodległościowy	Kl. I – III G	Listopad 2011– luty 2012	H.Pedowska, W.Hołosyniuk, K.Karczmarz
Zamojska liga LZS dziewcząt	Kl. I – III G	Grudzień 2011	H.Pedowska
Mistrzostwa szkoły w piłce halowej chłopców	Kl. I – III G	Styczeń 2012	H.Pedowska, W.Hołosyniuk
Puchar Dyrektora Zespołu Szkół im. Henryka Sienkiewicza w Grabowcu w piłce siatkowej dziewcząt	Kl. I – III G	Styczeń 2012	H.Pedowska, W.Hołosyniuk
Puchar Dyrektora Zespołu Szkół im. Henryka Sienkiewicza w Grabowcu w piłce siatkowej chłopców	Kl. I – III G	Styczeń 2012	H.Pedowska, W.Hołosyniuk
Eliminacje do turnieju powiatowego dziewcząt i chłopców	Kl.IV – VI SP	Marzec 2012	K.Karczmarz
Mistrzostwa powiatu w piłce siatkowej dziewcząt	Kl. I – III G	Marzec 2012	H.Pedowska, W.Hołosyniuk
Mistrzostwa powiatu w piłce siatkowej chłopców	Kl. I – III G	Marzec 2012	H.Pedowska, W.Hołosyniuk
Rozgrywki powiatowe w mini siatkówce chłopców	Kl.IV – VI SP	Marzec 2012	K.Karczmarz
Rozgrywki powiatowe w mini siatkówce dziewcząt	Kl.IV – VI SP	Czerwiec 2012	K.Karczmarz

Szkolny turniej piłki halowej chłopców	K.Karczmarz	Październik 2011	K.Karczmarz
Ruch na świeżym powietrzu jako element zdrowego stylu życia – zabawy na świeżym powietrzu	Kl.IIb SP	Cały rok	L.Marnik
Dzień Sportu Szkolnego – olimpiada sportowa z rodzicami	Kl.IIb SP	Maj 2012	L.Marnik
Wyjazdy na basen	Kl.IV – VI SP	Wrzesień październik 2011r.	K.Karczmarz, M. Salińska
Konkursy			
Konkurs dla uczniów klas szóstych „Nie palmy”	Kl. VI a i b SP	I semestr	J.Kanarszczuk
Konkurs na list „Mamo, tato nie pal”	Kl. IV a i b SP	Styczeń 2012	A.Jałowicka
Konkurs plastyczny na plakat „Szkodliwy dymek”	Kl.IV – VI SP	Marzec 2012	Z.Greniuk
Konkurs muzyczny ”Piosenka promująca zdrowie”	Kl.I –III SP	Marzec 2012	E.Radelczuk, L.Marnik
Konkurs matematyczny „Liczenie kalorii”	Kl.VIa i b SP	Kwiecień 2012	M.Salińska, M.Pawłowska
Klasowy konkurs przyrodniczo – zdrowotny „Jesteśmy znawcami przyrody”	Kl.Ia SP	Maj 2012	B.Kondrat
Międzyszkolny konkurs przyrodniczo – ekologiczno – zdrowotny – „Przyroda Potrzebuje Przyjaciół”	Uczniowie z zaprzyjaźnionych szkół	Maj 2012	Nauczyciele zespołu matematyczno – przyrodniczego –
„Jedz smacznie i zdrowo” - konkurs na plakat	Wszyscy uczniowie	Styczeń 2012	A. Mandziuk
Konkurs plastyczny „Jadam zdrowo i kolorowo”	Uczniowie świetlicy	Kwiecień 2012	B. Jaworska

	<p>Realizacja tematyki zdrowotnej na godzinach z wychowawcą i innych zajęciach</p> <p>Pogadanka na temat higieny osobistej</p> <p>Zasady bezpiecznego korzystania z drogi w różnych porach roku</p> <p>Pogadanka na temat pracy umysłowej w szkole i w domu</p> <p>Pogadanka na temat efektywnego wypoczynku – ruch i świeże powietrze</p> <p>Wartości odżywcze owoców i warzyw – rozmowa</p> <p>Pogadanka na temat prawidłowego odżywiania się i innych zachowań prozdrowotnych. Ćwiczenia praktyczne w prawidłowym myciu zębów</p> <p>Co to jest nałóg? Rodzaje nałogów</p> <p>Dostrzeganie związku zmian pogody z potrzebami organizmu – „Jak się ubrać na cebulkę?”</p> <p>Zabawa tematyczna „U lekarza”</p> <p>Pogadanka na temat „Lekarstwa, czy można po</p>	<p>Wszyscy uczniowie</p> <p>Kl. IVa, IVb</p> <p>Kl. IVa, IVb</p> <p>Kl. IVa, IVb</p> <p>Kl.IIa</p> <p>Kl.IIa</p> <p>Kl. IVa, IVb</p> <p>Kl.Ia SP</p> <p>Kl.Ia SP</p> <p>Kl.Ib SP</p>	<p>Cały rok</p> <p>Wrzesień 2011</p> <p>Październik 2011</p> <p>Październik 2011</p> <p>Październik 2011</p> <p>Listopad 2011</p> <p>Grudzień 2011</p> <p>Grudzień 2011</p> <p>Styczeń 2012</p> <p>Styczeń 2012</p>	<p>Wszyscy wychowawcy</p> <p>A.Jałowicka, M.Pawłowska</p> <p>A.Jałowicka, M.Pawłowska</p> <p>A. Jałowicka, M.Pawłowska</p> <p>J.Kudyba</p> <p>J.Kudyba</p> <p>A. Jałowicka, M.Pawłowska</p> <p>B.Kondrat</p> <p>B.Kondrat</p> <p>E.Pomazanka</p>
--	--	--	---	--

nie sięgać samodzielnie?"			
Realizacja modułu – zajęcia kulinarne	Kl.I – III G	I semestr	Z.Greniuk
Zasady prawidłowego odżywiania	Kl.VIa i b SP	II semestr	Z.Greniuk
Zasady prawidłowego odżywiania	Kl. Va i b SP	II semestr	J.Kanarszczuk, Z.Bednarczuk
Promowanie zdrowego trybu życia na zajęciach bibliotecznych – księgozbiór, filmy, multimedia	Kl.IV – VI SP	Raz w miesiącu	B.Momot
Rozwiązywanie zadań matematycznych o tematyce ekologiczno – zdrowotnej – „Przyroda wokół nas, „Żyj zdrowo i trzymaj formę”	Kl.VIa i b SP	Cały rok	M.Salińska
Układamy jadłospis zgodnie z zasadami właściwego odżywiania	Klasy II G	II semestr	Z.Bednarczuk
Przedstawienia, uroczystości			
Dzień Bezpiecznego Internetu w bibliotece	Uczniowie SP	Luty 2012	B.Momot
Dzień promocji zdrowia w bibliotece – konkurs,, przedstawienie, wystawa książek	Wszyscy uczniowie	Kwiecień 2012	B.Momot
Przedstawienie „Kopciuszek na zawodach”	Kl.I- VI SP	Kwiecień 2012	J.Sieczkowska
Przedstawienie „Orzeszek”	Kl. I –VI SP	Kwiecień 2012	K.Wróbel
Zorganizowanie święta „Marchewkowe szaleństwo”	Wychowankowie świetlicy	Luty 2012	M. Panas

Gazetki, plakaty, ulotki, foldery				
Gazetki na korytarzach na temat „Szkoły Promującej Zdrowie”	Uczniowie, nauczyciele, rodzice	Listopad 2011	Z.Greniuk, L.Marnik, E.Radelczuk	
Ulotka dotycząca na temat Szkoły Promującej Zdrowie	Rodzice	Listopad 2011	M.Salińska	
Szkolenie na temat „Co to jest Szkoła Promująca Zdrowie?”	Rodzice, nauczyciele	Listopad 2011	E.Widyma - dyrektor	
„Żyj zdrowo!” – artykuły propagujące zdrowy styl życia w gazetce szkolnej „Redaktorek”	Uczniowie SP	Raz w miesiącu	B.Momot	
Gazetki na korytarzu szkolnym: - Kultura osobista Twoją wizytówką - Jedz kolorowo – rośnij zdrowo	Wszyscy uczniowie	Grudzień 2011 Kwiecień 2012	B.Momot	
Opracowanie folderu „Żyjemy zdrowo i bezpiecznie”	Wszyscy uczniowie	Styczeń 2012	B.Momot	
Wykonanie cyklu gazetek – Jak być zdrowym? <ul style="list-style-type: none"> • Właściwe odżywianie • Witaminy na co dzień, rola witamin • Sport to zdrowie • Dlaczego życie bez nałogów? • Jak zapobiegać chorobom? 	Wszyscy uczniowie	Grudzień 2011 Styczeń 2012 Luty 2012 Marzec 2012 Kwiecień 2012	Z.Bednarczuk, R. Pieczykolan	
Gazetka „Ciekawe formy spędzania wolnego czasu”	Wszyscy uczniowie	Kwiecień 2012	M.Salińska, Z.Bednarczuk	
Gazetka w świetlicy - owoce i warzywa źródłem witamin	Wychowankowie świetlicy	Marzec 2012	E. Kanikuła	

	Inne zadania			
	Wystawa- „Cudaki dziwaki z warzyw	Wychowankowie świetlicy	Styczeń 2012	M.Panas
	Wykonanie owocowej sałatki – higiena spożycia i przygotowania posiłków	Kl. Ia SP	Październik 2012	B.Kondrat
	Założenie klasowego ogródka – wartości odżywcze warzyw	Kl. Ia SP	Marzec 2012	B.Kondrat
	Kanapki z nowalijek – wykonanie i kultura spożycia	Kl.IIb SP	Kwiecień 2012	L.Marnik