

4-8 IV 2022 r. - Tydzień Zdrowia w ZSGiH
 pod hasłem „Nasza planeta, nasze zdrowie”
 realizowany w ramach obchodów Światowego Dnia Zdrowia 2022

L p.	Zadanie/działanie	Termin realizacji	Osoby realizujące / wspierające	Instytucje współpracujące	Adresat i ilość uczestników	Liczba zrealizowanych godzin (warsztata-ty, szkolenia)	Monitoring i ewaluacja	Spodziewane efekty	Sposoby dokumentowania
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Międzyszkolny konkurs na prezentację multimedialną w języku angielskim „Our planet, our health”.	3-6.04.2022	Monika Sapiaszko, Monika Emerla, Marzena Nowosad, Radosław Buczma		uczniowie kl. VII i VIII szkół podstawowych			zainteresowanie uczniów problematyką prozdrowotną i ekologiczną	prace uczniów, zdjęcia z podsumowania konkursu
2.	Quiz i konkurs klasowy “Zdrowo - pieczemy bez glutenowo”.	05.04.2022	Iwona Jarząbek-Starzyńska, Ewa Lisiecka		uczniowie kl. 3czg	5 godz.		zainteresowanie uczniów problematyką prozdrowotną	zdjęcia wyrobów uczniów
3.	Promocja zdrowia - zajęcia na siłowni zewnętrznej w parku miejskim.	05.04.2022	Anna Podściańska		uczniowie klasy 3htg	1 godz.		zainteresowanie uczniów problematyką prozdrowotną	zapis w dzienniku lekcyjnym
	Promocja zdrowego stylu życia - rozdawanie	06.04.2022	Renata Winiarczyk,		uczniowie klasy IV ht i	1 godz.		zainteresowanie uczniów	zdjęcia umieszczone

4.	zdrowych przekąsek.		Ewa Mąka, Zofia Jędraczka		1 at			problematyką prozdrowotną	na fb szkoły
5.	Konkurs klasowy “Zdrowo- bezcukrowo” na najlepszy deser bez cukru.	06.04.2022	Marta Sternik, Elżbieta Kamińska- Chęć, Agnieszka Celińska		uczniowie klasy 1cz	4 godz.		zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej zdrowego odżywiania	zdjęcia wyrobów uczniów
6.	Promocja zdrowego stylu życia- Pogadanka- Profilaktyka uzależnień – skutki palenia papierosów, picia alkoholu, zażywania narkotyków dla organizmu człowieka.	05.04.2022	Zofia Jędraczka		uczniowie klasy 3 ksz	1 godz.		zwiększenie świadomości uczniów problematyką prozdrowotną i zachęcenie do materiałów o tematyce poświęconej zdrowiu i skutkom uzależnień	zapis w dzienniku lekcyjnym
7.	Konkurs klasowy “Zdrowy street food”.	07.04.2022	Marta Sternik		uczniowie klasy 3bzp	5 godz		zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej zdrowego odżywiania	zdjęcia wyrobów uczniów
8.	Gazetka ścienna “Chroń planetę, robiąc zakupy na obiad”.	04.04.2022	Anna Burzyńska		uczniowie i nauczyciele ZSGiH	1 tydzień		zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej zanieczyszczenia ziemi i dokonywania zakupów	zdjęcie
9.	Gazetka ścienna “Sam wybierz, jaką planetę	04.04.2022	Anna Burzyńska	Bibliote ka	uczniowie i nauczyciele	1 miesiąc		zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej	zdjęcie

	wolisz”.				ZSGiH			zanieczyszczenia ziemi	
10	Dzień relaksu dla stóp- dzień kapci Akcja Integracja- "Dzień relaksu w PIDŻAMIE i KAPCIACH". gimnastyka śródlekcyjna z muzyką "dla duszy i ciała".	08.04.2022	Aneta Wójtowicz	SU	uczniowie i nauczyciele ZSGiH	1 dzień		zwiększenie świadomości uczniów na temat znaczenia relaksacji, Integracja klas i szkoły	zdjęcia , tik tok
11	Publikacja na temat witamin.	06.04.2022	Aneta Wójtowicz	SU, zespół Ucznió w ds. Promoc ji zdrowia	uczniowie i nauczyciele ZSGiH			zwiększenie świadomości uczniów na temat znaczenia witamin dla zdrowia	prezentacja w zakładce prozdrowotne j
12	Konkurs klasowy w aplikacji quizziz o zdrowym stylu życia Wersja w języku polskim i angielskim.	07.04.22	Katarzyna Oliwiak		klasa 2cz 2at 4at			zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej zdrowego odżywiania i stylu życia	zdjęcia
13	Gazetka ścienna w języku angielskim w sali 31 o tematyce promującej mądre zakupy oraz o koncepcji śladu węglowego.	04-08 22	Katarzyna Oliwiak		uczniowie klasy 2cz			zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej zanieczyszczenia ziemi i dokonywania zakupów	zdjęcia
14	Zanieczyszczenia żywności pochodzące ze środowiska naturalnego i ich wpływ na zdrowie człowieka - prezentacja przygotowana przez	5- 7.04 2022 r.	Lidia Mazurek		uczniowie klasy 3bzp	2 godz.		zainteresowanie młodzieży świadomym wyborem produktów spożywczych	zapis w dzienniku (przedmiot: zasady żywienia człowieka)

	chętnych uczniów i dyskusja na forum klasy.							i problematyką ekologiczną	
15	Poinformowanie członków społeczności szkolnej o obchodach Tygodnia Zdrowia w ZSGiH.	03.04.2022	Joanna Juszcak		społeczność szkolna – 1036 osób		wymiana informacji, opinii	zwrócenie uwagi na obchody Światowego Dnia Zdrowia; zwiększenie świadomości na temat znaczenia profilaktyki i zachęcenie do działań ukierunkowanych na zdrowie i dobre samopoczucie	wiadomość przesłana poprzez e-dziennik
16	Publikacja materiałów w zakładce prozdrowotnej. Publikacja tekstów popołarnonaukowych (ekologia, ruch na świeżym powietrzu).	03.04.2022	Łukasz Horyłek, Joanna Juszcak Anna Berbecka		użytkownicy Internetu użytkownicy Internetu	Na bieżąco	udostępnienie materiałów istotnych dla kwestii dbałości o planetę i zdrowie	budowanie postaw proekologicznych, zwrócenie uwagi na potrzebę ochrony planety i zdrowia oraz znaczenie profilaktyki w zachowaniu zdrowia	zakładka prozdrowotna FB biblioteki
17	Aktywność na świeżym powietrzu z każdą klasą, z którą mam lekcje. Zgodnie z hasłem: “nie ma złej pogody, jeśli jest odpowiednio dobrany ubiór”.	03.04 - 08.04. 2022	Bożena Szukało		uczniowie klas 1kz, 1ct, 2at, 2ht, 2kz, 3czg, 3kzg, 3htp			budowanie nawyku spędzania czasu w ruchu na świeżym powietrzu bez względu na pogodę	zapis tematu lekcji i w zakładce rejestr wyjść grupowych.
18	Konkurs klasowy “Zdrowy obiad z ziemniakami w roli	08.04.2022	Zofia Jędraczka, Elżbieta		Uczniowie klasy 1at			zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej	zdjęcia wyrobów uczniów

	główniej”.		Kamińska-Chęć					zdrowego odżywiania	
20	Dyskusje na tematy dotyczące zdrowia z wykorzystaniem fiszek edukacyjnych.	4-8.04.2022	Joanna Juszcak	PSSE (udostępnienie materiałów)	uczniowie klas: 3htp – 15; 4bt – 8; 2bs - 8	1	wymiana opinii, dyskusja, poszukiwanie źródeł informacji na temat stopnia uzależnienia osób w kraju i na świecie	uświadomienie skutków uzależnień i zwrócenie uwagi na zagrożenia płynące ze strony używek i dopalaczy	zdjęcia
21	Udostępnienie ulotek informacyjnych i materiałów o tematyce prozdrowotnej.	04.04.2022	Anna Mielnicka		społeczność szkolna		zachęcanie do przemyśleń i zastanowienia nad czynnikami zagrażającymi zdrowiu i dobremu samopoczuciu	zachęcanie do lektury materiałów o tematyce poświęconej zdrowiu i skutkom uzależnień	ekspozycja materiałów o tematyce prozdrowotnej
22	Udostępnianie materiałów przesłanych przez PSSE	04.04.2022	Joanna Juszcak		Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna w Chełmie Sekcja Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia		zapoznanie z materiałami wykorzystywanymi w trakcie obchodów Światowego Dnia Zdrowia 2022	zwrócenie uwagi na obchody Światowego Dnia Zdrowia 2022	zakładka prozdrowotna
23	“Podniebna podróż” - film dokumentalny BBC	05.04.2022 07.04.2022	Anna Berbecka		2at 2cz			zainteresowanie tematyką piękna natury nieujarzmionej	dziennik elektroniczny
24	Wycieczka zawodoznawcza - Hotel "Kozak". Spacer ulicami Chełma.	06.04.2022	Ewa Mąka, Joanna Juszcak	Manager Hotelu “Kozak”	2ht - 27	3	poznanie struktury organizacyjnej hotelu i wyposażenia jednostek mieszkalnych	zachęcanie do zwiedzania atrakcji turystycznych miasta, aktywności na świeżym	relacja z wyjścia

								powietrzu; poznawanie obiektów noclegowych	
25	Konkurs klasowy „Jem kolorowo - żyje zdrowo”.	07.04.2022	Zofia Jędraczka, Agnieszka Celińska		klasa 1 kz			zwiększenie świadomości uczniów na temat znaczenia witamin dla zdrowia	zdjęcia
26	Pogadanka, dyskusja - Jak dbamy o środowisko naturalne.	06.04.2022	Aneta Wójtowicz		klasa 2ft 21 uczniów		wspólne wypracowanie w punktach i zapisanie na tablicy naszych zachowań eko	zwiększenie świadomości uczniów na temat znaczenia dbania o środowisko naturalne dla naszego zdrowia	wpis tematu lekcji, zdjęcie
27	Spacer do parku miejskiego.	06.04.2022	Małgorzata Miszczak		klasa 3 czg 10 uczniów	1,5		budowanie nawyku przebywania na świeżym powietrzu	wpis tematu lekcji
28	Jak właściwie dbać o narządy zmysłów?	5.04.2022	Aneta Starczewska		2at	1	sporządzenie notatki graficznej	zainteresowanie własnym zdrowiem i najbliższych	temat lekcji w dzienniku lekcyjnym
29	Porównywanie budowy i właściwości sacharozy, maltozy i laktozy - występowanie i wpływ na zdrowie człowieka.	06.04.2022	Aneta Starczewska		4ft	1	wykonanie notatki graficznej	znajomość cukrów występujących w przyrodzie oraz ich wpływ na zdrowie człowieka	temat w dzienniku lekcyjnym
30	Wyjście do Parku Miejskiego na ścieżkę zdrowia.	07.04.2022	Aneta Starczewska		2at/ 21 uczniów	2	uśmiechy na twarzach	formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu	wpis w dzienniku lekcyjnym
31	Higiena i choroby układu krążenia.	07.04.2022	Aneta Starczewska		2kz/ 17 uczniów	1	wykonanie sketchnotki	zainteresowanie zdrowiem własnym i najbliższych	temat w dzienniku lekcyjnym
32	Dyskusja na temat „Łojotokowe zapalenie skóry głowy”- profilaktyka chorób skóry głowy.	06.04.2022	Aneta Chomczyńska		2 ft 9 osób	1	prezentacja na temat chorób skóry głowy i odpowiednia profilaktyka, diagnoza skóry głowy	zainteresowanie uczniów problematyką prozdrowotną	temat w dzienniku

33	“Atopowe zapalenie skóry głowy” Wpływ środowiska na stan skóry głowy.	08.04.2022	Marzena Wilińska		2 ft 8 osób	1	badanie skóry głowy oraz obsługa mikrokamery	zachęcanie uczniów do lektury o tematyce profilaktyka atopowa „Jak łagodzić objawy AZS?”	temat w dzienniku
34	Szlakiem chełmskich pomników przyrody - zajęcia w terenie.	07.04.2022	Anna Jawornicka-Dobosz		3atp- 25	1,5	uczniowie wykonają fotoplakat edukacyjny	poznanie pomników przyrody w najbliższym otoczeniu, zachęcenie do aktywności ruchowej	zdjęcia, fotoplakat
35	Gazetka dotycząca szkodliwości palenia papierosów i motywowania do rzucenia palenia, przygotowanie stanowiska z ulotkami, udostępnienie testów- Testu uzależnienia od tytoniu i Testu motywacji do zaprzestania palenia.	06.04.2022	Beata Śmigielska		społeczność szkolna	-----	udostępnienie ulotek - możliwość zabrania ich w celu zapoznania się	zwrócenie uwagi na skutki palenia papierosów Umożliwienie anonimowego wykonania testów	zdjęcia
36	Gazetka dotycząca szkodliwości picia alkoholu, w tym jego wpływu na organizm i życie człowieka. Przygotowanie stanowiska z ulotkami informacyjnymi.	07.04.2022	Beata Śmigielska		społeczność szkolna	-----	udostępnienie ulotek - możliwość zabrania ich w celu zapoznania się	zwrócenie uwagi na wpływ nadużywania alkoholu na organizm i życie człowieka	zdjęcia
37	Gazetka dotycząca szkodliwości używania narkotyków, dopalaczy. Przygotowanie stanowiska z ulotkami	08.04.2022	Beata Śmigielska		społeczność szkolna	-----	udostępnienie ulotek - możliwość zabrania ich.	zwrócenie uwagi na szkodliwość używania narkotyków, dopalaczy	zdjęcia

	informacyjnymi.								
38	Gazetki ilustrujące tegoroczne hasło Światowego Dnia Zdrowia "Nasza planeta, nasze zdrowie"	07.04.2022	Kamila Tunicka		społeczność szkolna	-----	udostępnienie treści edukacyjnych	zwrócenie uwagi na obchody Światowego Dnia Zdrowia, problematykę	zdjęcia