

W roku szkolnym 2015/2016 w klasach pierwszych kształcenia zintegrowanego został zrealizowany program profilaktyczny



Celem głównym programu było ukształtowanie prawidłowych nawyków i umiejętności prozdrowotnych u dzieci w wieku wczesnoszkolnym oraz ich rodziców.

Do celów szczegółowych programu należało m.in.: podniesienie poziomu wiedzy rodziców i opiekunów na temat wybranych elementów zdrowego stylu życia, wzmocnienie zainteresowania rodziców zdrowiem ich dzieci oraz wskazanie czynników mających wpływ na zachowanie zdrowia.

Spotkanie rodziców z panią psycholog przyniosło odpowiedzi na pytania dotyczące dojrzałości szkolnej.

Każdy rodzic otrzymał „Broszurę” zawierającą ważne zagadnienia zdrowotne.



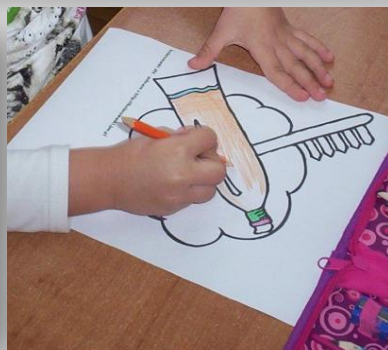
Na zajęciach uczniowie rozmawiali o prawidłowej postawie ciała, o kręgosłupie i prawidłowym odżywianiu. Utrwalali zasady higieny osobistej i dbałości o zęby. Odbyło się także spotkanie z policjantem.

W czasie zajęć lekcyjnych pogłębiano wiedzę o bezpiecznym poruszaniu się po drogach, bezpiecznych miejscach do zabaw oraz bezpieczeństwie w czasie uprawiania sportów zimowych. Uczniowie nauczyli się jak zachowywać się w przypadku spotkania z nieznanym czy z niebezpiecznym zachowaniem psa.

Na każdym zajęciach były wykonywane prace plastyczne, które można było obejrzeć na korytarzu szkolnym.

**Zajęcia w ramach tego programu przeprowadziła koordynator
Pani Grażyna Michalska**

Uczniowie poznali znaczenie słowa higiena. Potrafią dbać o postawę ciała, higienę osobistą, zęby.



Uczniowie wiedzą jak bezpiecznie poruszać się po drodze, znają bezpieczne miejsca zabaw, znają numery alarmowe do służb niosących pomoc.



DBAJ O SWOJE BEZPIECZEŃSTWO 112

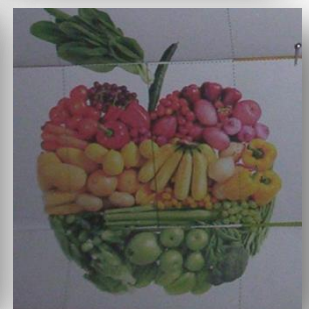
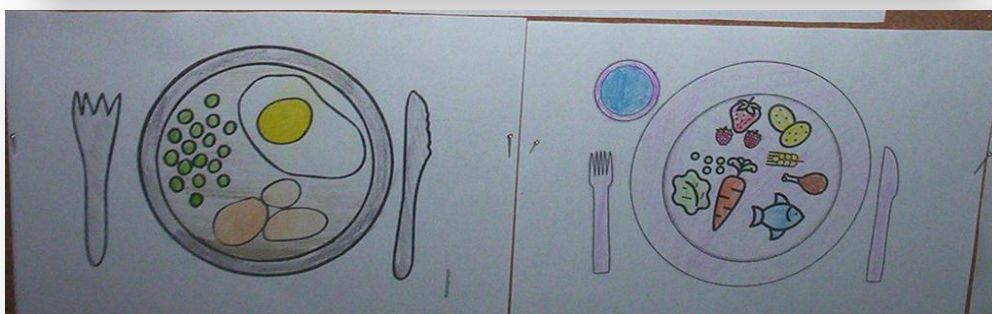
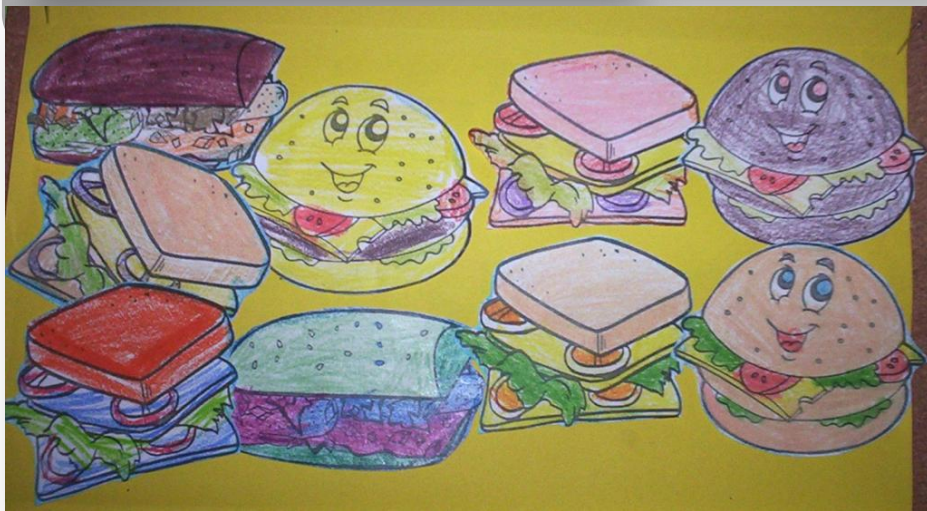
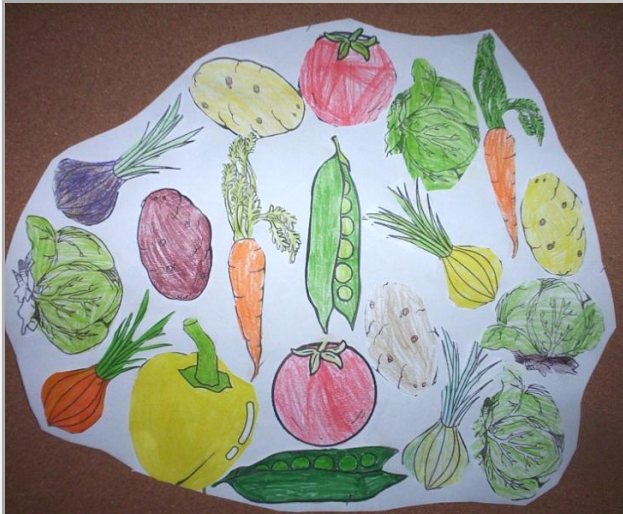
<p>Nie baw się na jezdni</p>	<p>Nie rozmawiaj z nieznajomymi</p>	<p>Nie dotykaj nieznanych przedmiotów</p>
<p>Bądź ostrożny nad wodą</p>	<p>Nie igrzaj z ogniem</p>	<p>Zabawy na lodzie są niebezpieczne</p>

tel. 999

NUMERY ALARMOWE - POGOTOWIE

NAJUBNA

**Uczniowie wiedzą co powinni jeść, aby być zdrowymi.
Jedzenie owoców i warzyw umożliwia dostarczanie
organizmowi niezbędnych witamin.**



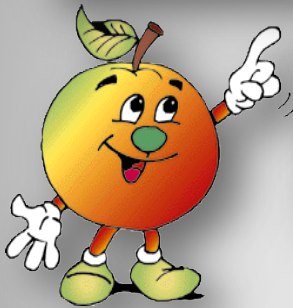
PRAWDŁOWE ŻYWIENIE



RADOŚĆ, ZADOWOLENIE,
POZYTYWNE NASTAWIENIE



Aktywność ruchowa



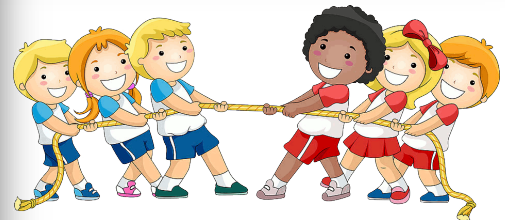
HIGIENA OSOBISTA
ODPOWIEDNI UBIÓR



ZDROWY
STYL
ŻYCIA



Wypoczynek czynny i bierny



Zebrała i opracowała:
Grażyna Michalska - wychowawczyni kl. 3a