

## Program Wychowania zdrowotnego w Bursie Międzyszkolnej we Wrześni

Wychowanie zdrowotne czyli edukacja zdrowotna jest procesem kształtowania nawyku dbałości o zdrowie własne i innych ludzi oraz umiejętności tworzenia zdrowego środowiska.

Edukacja zdrowotna jest jedną z metod działania promocji zdrowia, ale nie jest z nią tożsama.

Nie ma jednej uniwersalnej, uzgodnionej definicji edukacji zdrowotnej. Światowa Organizacja Zdrowia przyjmuje, że jest to dowolne połączenie zaprojektowanych doświadczeń edukacyjnych, które mają pomóc jednostkom i społecznościom w poprawie ich zdrowia w wyniku poszerzenia ich wiedzy lub wpływania na ich postawy.

Zdrowie jest podstawowym warunkiem pomyślnego procesu wychowawczego.

Zgodnie z założeniami naukowymi wychowanie zdrowotne opiera się na czterech działach:

1. Wiedza o zdrowym stylu życia i świadome podejmowanie decyzji o nim;
2. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc;
3. Wiedza o chorobach i dysfunkcjach;
4. Umiejętność jednoczenia środowiska wokół spraw związanych ze zdrowiem.

W związku z powyższym głównym celem realizacji wychowania zdrowotnego w Bursie jest tworzenie sytuacji sprzyjających rozwojowi młodzieży w nabywaniu nawyków i zachowań prozdrowotnych, poszanowania zdrowia własnego i innych.

Tematyka realizowana będzie w korelacji z Programem Wychowawczo – Profilaktycznym Bursy Międzyszkolnej we Wrześni, poprzez realizację działań z kalendarza imprez Bursy Międzyszkolnej we Wrześni oraz włączanie się w proponowane akcje i projekty zewnętrzne w/w tematyce.

W ramach realizacji wychowania zdrowotnego planuje się współpracę z:

- Powiatową Stacją Sanitarno – Epidemiologiczną we Wrześni;
- Komendą Powiatową Policji we Wrześni;
- Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną we Wrześni;
- Pedagogami szkół średnich powiatu Wrzesińskiego tj. Zespół Szkół Politechnicznych we Wrześni, Liceum Ogólnokształcące we Wrześni, Zespołem Szkół Technicznych i Ogólnokształcących we Wrześni, Zespołem Szkół Zawodowych nr 2 we Wrześni;
- Starostwem Powiatowym we Wrześni głównie z wydziałem Promocji, Spraw Społecznych i Sportu;
- Poradnią Leczenia Uzależnień i Współuzależnienia „Centrum U” we Wrześni.

Koordynatorzy programu: Anna Węcłewska, Anna Głowacka

Realizatorzy: wychowawcy Bursy Międzyszkolnej we Wrześni wraz z partnerami.

Treści programowe realizowane z wychowankami

Obszar tematyczny	Zakres tematyczny	Sposób realizacji
Wiedza o zdrowym stylu życia i świadome podejmowanie decyzji o nim	Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za czystość i estetykę	Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne ploteczki”, spotkania ze specjalistami Zajęcia rekreacyjno – sportowe; Udział w turniejach sportowych
	Kształtowanie zachowania odpowiedniej postawy ciała podczas pracy i wypoczynku	
	Rozumienie potrzeby porządkowania miejsca pracy i wypoczynku	
	Dostosowanie ubioru do pogody	
	Znaczenia właściwej długości snu dla organizmu	
	Zachęcanie do aktywnego spędzania czasu	
	Rozumienie konieczności racjonalnego odżywiania się, zachęcanie do spożywania zdrowych posiłków. Zapoznanie z prawami konsumenta.	
Kształtowanie postaw racjonalnego korzystania z mediów, internetu oraz uświadamiania zagrożeń w cyberprzestrzeni	Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne ploteczki” , spotkania ze specjalistami	
Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc	Pogłębienie wiedzy na temat bezpiecznego zachowania się na drodze, w szkole, w bursie, podczas spędzania wolnego czasu	Spotkanie z przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji we Wrześni, Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne ploteczki”
	Dostarczanie wiedzy o prawach młodzieży	Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne

		ploteczki”, spotkania ze specjalistami
	Zapoznanie ze sposobami zachowania się w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia	Zajęcia informacyjne i warsztatowe w zakresie udzielania I pomocy przedmedycznej
	Dostarczanie wiedzy w zakresie bezpieczeństwa w budynku mieszkalnym	Pogadanki, próbna ewakuacja
Wiedza o chorobach i dysfunkcjach	Uświadomienie konsekwencji kryjących się przy sięganiu po środki uzależniające;	Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne ploteczki”, spotkania ze specjalistami
	Nabywanie umiejętności odmawiania	
	Kształtowanie umiejętności podejmowania właściwych decyzji i rozwiązywania problemów	
	ZDROWIE PSYCHOSPOŁECZNE Zdrowie fizyczne i zdrowie psychiczne; Asertywność; Sukcesy i porażki; Relacje międzyludzkie	Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne ploteczki”, spotkania ze specjalistami
	Profilaktyka w zakresie chorób sezonowych, cywilizacyjnych i nowotworowych	Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne ploteczki”, spotkania ze specjalistami
Umiejętność jednoczenia środowiska wokół spraw związanych ze zdrowiem	Uświadomienie uczniom własnych uczuć i umiejętności ich wyrażania	Zajęcia cykliczne, pogadanki, rozmowy indywidualne, kącik informacyjny „Zdrowotne ploteczki”
	Kształtowanie umiejętności współpracy, tolerancji i akceptacji potrzeb innych	Aktywizowanie środowiska bursy i lokalnego, spotkania ze specjalistami

Ewaluacja programu będzie przeprowadzona systematycznie w formie obserwacji i będzie poddawana ocenie na koniec roku szkolnego. Uzyskane wyniki ewaluacji będą analizowane i wykorzystane do wprowadzenia zmian w programie.

Koordynatorzy: Anna Węcłewska; Anna Głowacka