

OWOCE I MLEKO W SZKOLE

Jest to program organizowany w miejsce dotychczas realizowanych programów „Owoce i warzywa w szkole” oraz „Mleko w szkole”. W programie uczestniczą dzieci z klas I-V. W ramach programu dzieci otrzymują bezpłatnie owoce i warzywa oraz mleko i produkty mleczne. Celem programu jest poprawa wiedzy uczniów na temat zdrowych nawyków żywieniowych, pochodzenia żywności i rolnictwa oraz przeciwdziałania marnotrawieniu żywności.

Produkty owocowo-warzywne objęte programem to:

- owoce: jabłka, gruszki, śliwki, truskawki
- warzywa: marchew, rzodkiewka, papryka słodka, kalarepa, pomidorki
- soki: owocowe, warzywne, mieszane.

Produkty mleczne objęte programem to:

- mleko białe
- jogurt naturalny
- kefir naturalny
- serek twarogowy.

CZYSSTE POWIETRZE WOKÓŁ NAS

Przedszkolny Program Edukacji Antynikotynowej pt. „Czyste powietrze wokół nas” adresowany jest do dzieci pięcio i sześcioletnich oraz ich rodziców. Celem programu jest wzrost kompetencji rodziców w zakresie ochrony dzieci przed ekspozycją na dym tytoniowy oraz zwiększenie umiejętności dzieci w zakresie radzenia sobie w sytuacjach, gdy przebywają w zadymionych pomieszczeniach lub gdy dorośli palą przy nich tytoń. Program jest pierwszym etapem edukacji prozdrowotnej dzieci w zakresie nabywania wiedzy na temat szkodliwości palenia. Zajęcia edukacyjne dla dzieci prowadzi wychowawca przedszkola wykorzystując materiały edukacyjne przygotowane przez Państwową Inspekcję Sanitarną. Logo programu to zielony „Dinuś”, który przeprowadza dzieci przez kolejne etapy programu.

KRAJOWY PROGRAM ZWALCZANIA AIDS I **ZAPOBIEGANIA ZAKAŻENIOM HIV**

ZAWSZE RAZEM

Celem programu jest kształtowanie u dzieci właściwych postaw i zachowań wobec słabszych rówieśników, unikanie zachowań ryzykownych oraz podejmowanie zdrowych wyborów życiowych. W bieżącym roku szkolnym 2017/2018 program edukacyjny „Zawsze Razem” jest realizowany w kl III a jego wzmocnieniem był konkurs plastyczny.

Propozycje tematów do realizacji w programie to:

- co to jest zdrowie
- jak dbać o zdrowie
- dlaczego niektórzy ludzie chorują
- jak rozprzestrzenia się choroba
- jak się czujemy gdy jesteśmy chorzy
- komu mówisz gdy się źle czujesz
- co czujesz do kogoś kto jest chory
- co czujesz do siebie gdy jesteś chory
- co to są choroby przewlekłe i choroby zakaźne (w tym również AIDS), jak się można zakazić
- co robić żeby nie chorować
- jak pomóc choremu koledze.

TRZYMAJ FORMĘ

Celem programu jest edukacja dzieci w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i prawidłowego sposobu odżywiania się. Program profilaktyczny realizowany cyklicznie w klasach IV - VII.

PIERWSZA POMOC!

Uczniowie mieli okazję dokonania weryfikacji własnych opinii i postaw wobec wpływu niezdrowej żywności, alkoholu i napojów energetycznych na organizm człowieka. Zapoznali się również z obowiązującymi procedurami i wytycznymi w zakresie udzielania pierwszej pomocy w różnych sytuacjach. Brali udział w pokazie oraz ćwiczeniach praktycznych z wykorzystaniem podstawowego sprzętu medycznego, które prowadzili ratownicy z Pogotowia Ratunkowego z Przemyśla. Zajęcia, pomimo długiego czasu trwania cieszyły się ogromnym zainteresowaniem uczniów.

AKADEMIA DOJRZEWANIA

Ogólnopolski Program Profilaktyki Zdrowotnej dla Dziewcząt „Akademia Dojrzewania” to program przygotowany z myślą o uczennicach w wieku 11-16 lat. Zajęcia warsztatowe dla dziewcząt z klasy VII przeprowadziła pielęgniarka szkolna. Dotyczyły one dojrzewania nastolatek i przemian zachodzących w ich organizmach w tym okresie. Podczas zajęć korzystano z materiałów Akademii Zdrowia – Lactacyd

MIĘDZY NAMI KOBIETKAMI

Spotkanie dla dziewczynek odbyło się, w ramach realizowanego od lat w naszej szkole programu „Między nami Kobietkami”. Głównym założeniem programu jest szerzenie wiedzy na temat zmian fizycznych i emocjonalnych okresu dojrzewania oraz zasad i roli stosowania higieny osobistej w tym, tak ważnym dla organizmu młodej dziewczyny czasie. W spotkaniu wzięły udział dziewczęta z klas szóstych. Zajęcia prowadziła Pani higienistka szkolna, która w sposób przystępny i praktyczny ukazała problemy okresu dojrzewania, pierwsze tajniki dorosłości i udzieliła wskazówek, jak sobie radzić w trudnych dla małych kobiet sytuacjach. Każda z uczestniczek spotkania została również zaopatrzona w broszurkę edukacyjną i próbki produktów sanitarnych firmy Always.

STOP CYBERPRZEMOCY !

W dniu 29 maja 2018r. odbyły się warsztaty z panią kurator zawodową panią Agnieszką Puchalską dla uczniów z klasy VI i VII na temat cyberprzemocy. Celem spotkania było zaprezentowanie zjawiska cyberprzemocy oraz uwrażliwienie ich na specyfikę problemu.

Cyberprzemoc to przemoc z użyciem technologii informacyjnych i komunikacyjnych. Technologie te to głównie Internet oraz telefony komórkowe. Specyfika Internetu i telefonów komórkowych powoduje, że nawet pozornie błahe akty cyberprzemocy stanowią dla ich ofiar poważny problem, z którym często nie potrafią sobie poradzić. Problem cyberprzemocy w oczywisty sposób dotyczy szkół. W klasie, szatni, czy na boisku szkolnym dochodzi do aktów przemocy z użyciem telefonów komórkowych lub Internetu. Coraz częściej też „tradycyjne” konflikty rówieśnicze ze szkoły przenoszą się do sieci.

Bardzo ważną rolę w przeciwdziałaniu cyberprzemocy pełni najbliższe otoczenie dziecka. Każde dziecko, które doświadczało cyberprzemocy – ofiara, sprawca i świadek potrzebują reakcji ze strony dorosłych. Muszą usłyszeć, że cyberprzemoc jest krzywdzeniem kogoś. Nie jest żartem działanie, które powoduje czyjeś cierpienie. Dorośli powinni także informować o konsekwencjach, które grożą sprawcom przemocy, oraz sugerować reakcje ze strony dzieci – świadków sytuacji.

W przypadku cyberprzemocy dostępne są dwie drogi ochrony prawnej: karna i cywilna. Jest to istotne rozróżnienie ze względu na fakt, iż mnogość możliwości działań przemocowych przy użyciu nowych technologii powoduje, że przestępstwa zawarte w Kodeksie karnym nie obejmują ich swoim zakresem. W związku z tym, w niektórych przypadkach, niemożliwe jest skierowanie sprawy do postępowania karnego (zgłoszenia jako przestępstwa). W takich sytuacjach konieczne jest posłużenie się drogą cywilną, czyli drogą roszczeń odszkodowawczych.

Formy cyberprzemocy

- wykorzystanie czyjegoś wizerunku

umieszczenie w Internecie bez czyjejś wiedzy lub wbrew woli zdjęcia lub filmu przedstawiającego kogoś; rozesłanie zdjęcia przedstawiającego kogoś lub filmiku z czyimś udziałem mailem, telefonem komórkowym

- zniesławienie, znieważenie

wszelkie zachowania uwłaczające czyjejs godności, stanowiące przejaw lekceważenia oraz pogardy; pomówienie (oszczerstwo) o takie postępowanie lub właściwości, które mogą daną osobę poniżyć w opinii publicznej; wypowiedanie pod czyimś adresem znieważających wulgaryzmów lub epitetów

- włamania

włamania na konto mailowe, profil w serwisie społecznościowym i każde miejsce strzeżone hasłem lub innym zabezpieczeniem w celu uzyskania jakichś informacji; włamanie oraz wprowadzanie zmian typu: zmiana hasła, zmiany w treści czy w wyglądzie strony/profilu, dodanie lub usunięcie zdjęć, niszczenie, uszkodzanie, podszywanie się pod kogoś

- groźby

groźenie komuś popełnieniem przestępstwa (np. pozbawieniem życia, pobiciem) przez Internet lub telefon komórkowy; kierowanie do dziecka, za pomocą narzędzi dostępnych w Internecie, gróźb w celu zmuszenia go do określonego działania w taki sposób, że groźba ta wzbudza obawę, że zostanie popełniona

- wulgaryzmy

używanie w Internecie w miejscach dostępnych powszechnie wulgarnych zwrotów; umieszczenie w Internecie nieprzyzwoitego zdjęcia, rysunku, obrazu

- nękanie/złośliwe niepokojenie jakiejś osoby poprzez wykorzystanie Internetu; wielokrotne powtarzanie jakiegoś działania w Internecie skierowanego na jakąś osobę wbrew jej woli.

"POROZMAWIAJMY O ZDROWIU I NOWYCH ZAGROŻENIACH"

SZKOLENIE DLA RODZICÓW

Specjaliści Wydziału Prewencji pruchnickiej w ramach Wojewódzkiego Programu Profilaktyki Używania Substancji Psychoaktywnych przeprowadzili spotkanie profilaktyczne dla rodziców uczniów Szkoły Podstawowej im Jana Pawła II w Rokietnicy. Tematem spotkania była edukacja w obszarze zagrożeń i profilaktyki w zakresie działania środków odurzających. Podczas wywiadówki profilaktycznej zaprezentowana została przez pracownika policji **walizka edukacyjna**, która wyposażona jest w imitacje różnego rodzaju środków odurzających m.in. marihuany, amfetaminy, a także przyrządy do przechowywania i zażywania narkotyków.

W trakcie spotkania rodzicom przedstawiono epidemiologię używania substancji psychoaktywnych przez młodzież szkolną oraz zwrócono uwagę na przyczyny psychologiczne jakie warunkują, że młodzież sięga po narkotyki. Przybliżono również tematykę sposobów wprowadzania do obrotu nowych narkotyków oraz dopalaczy, a także wyjaśniono ich pochodzenie i sposób działania. Omówiono również problematykę związaną ze skutkami zdrowotnymi zażywania środków psychoaktywnych lub psychotropowych. Idealną pomocą dydaktyczną była policyjna walizka edukacyjna zawierająca przedmioty, które na pierwszy rzut oka wyglądają zwyczajnie jak wiele gadżetów posiadanych przez młodzież, a najczęściej wykorzystywane są do zażywania i dystrybucji narkotyków. Walizka wyposażona jest również w substancje, które do złudzenia przypominają różnego rodzaju narkotyki. Dzięki tego typu prelekcjom rodzicom przekazywana jest aktualna wiedza z zakresu środków odurzających, aby byli lepiej przygotowani do walki z „nowymi zagrożeniami”. Niejednokrotnie posiadając tego typu informacje mogą baczniej obserwować swoje dzieci by w czas zareagować na pojawiające się symptomy i ustrzec swoje pociechy przed utratą zdrowia lub życia.