

**Harmonogram na siedemnasty rok realizacji
programu Szkoły Podstawowej nr 3
w ramach realizacji programu Szkoła Promująca Zdrowie**
41-100 Siemianowice Śląskie, ul. Szkolna 15
tel.32 2282-176 fax 32/2282-176
sp3@sp3siemianowice.pl
koordynator Monika Hołubowicz tel. 502-484-894

ROK SZKOLNY 2025/2026

W roku szkolnym 2025/2026 zamierzamy realizować działania zaplanowane w 3-letnim Programie napisanym na lata 2023-2026.

Szczegółowy harmonogram działań SzPZ został przedstawiony w poniższej tabeli.
Nowe działania zostaną dołączone do Harmonogramu w trakcie trwania roku szkolnego

ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI	ODPOWIEDZIALNY
Dbamy o zdrowe odżywianie	Udział klas I-V w akcji „Program dla szkół”- realizacja działań związanych ze zdrowym odżywianiem oraz spożywanie na terenie szkoły dostarczonych owoców, warzyw oraz produktów mlecznych. Organizacja konkursów i dni owocowych	p. Joanna Miłek
	Realizacja tematów związanych z wpływem odżywiania na zdrowie człowieka	wszyscy nauczyciele
	Przygotowywanie podczas lekcji w klasach I-III, a także podczas zajęć z techniki i zajęć świetlicowych zdrowych posiłków – kanapek, sałatek owocowych lub warzywnych, szejków i koktajli, itp.	nauczyciele klas I-III oraz nauczyciele świetlicy szkolnej
	Informowanie rodziców nt. wpływu żywienia na zdrowie dzieci	wychowawcy
	Zaangażowanie rodziców do organizacji stoiska ze zdrowymi przekąskami podczas Festynu Szkolnego	organizatorzy Festynu Szkolnego
	Wykonanie z uczniami klas V i VI prac plastycznych "Talerz pełen witamin" - collage	p. Jadwiga Gęsikowska
	Przeprowadzenie akcji szkolnej "Butelka zdrowia-Dzień Picia Wody" związanej z piciem wyłącznie wody przez jeden dzień	p. Monika Hołubowicz p. Katarzyna Kasprzyk
	Przeprowadzenie akcji szkolnej "Dzień Pełen Witamin" polegający na jedzeniu owoców i warzyw zamiast innych mniej zdrowych przekąsek	p. Monika Hołubowicz p. Katarzyna Kasprzyk
Promujemy aktywność fizyczną	Organizacja zajęć SKS dla klas VII-VIII „Aktywna szkoła”	p. Paweł Kobiela p. Grzegorz Pyrchala
	Organizacja zajęć „ Mały Mistrz” dla klas 1-3	p.Grzegorz Pyrchala wraz z wychowawcami klas 1-3
	Organizacja rajdu sportowego dla chętnych uczniów - propagowanie zdrowego i sportowego stylu życia	p. Paweł Kobiela p. Grzegorz Pyrchala
	Organizacja zajęć dotyczących karty rowerowej- nauka przepisów ruchu drogowego, poznanie zasad pierwszej pomocy, nauka odpowiedzialnej jazdy na rowerze. Przygotowanie kl. IV-VIII do konkursu Bezpieczeństwo Ruchu Drogowego	p. Beata Bętkowska
	Uczestnictwo w ogólnopolskim programie WF z	p. Paweł Kobiela

	AWF- zajęcia dla klas 5-6	p. Grzegorz Pyrchala
	Organizacja rywalizacji rodzin podczas Festynu Szkolnego	p. Paweł Kobiela p. Grzegorz Pyrchala
	Udział w biegach pozaszkolnych organizowanych przez firmy i organizacje	p. Paweł Kobiela p. Grzegorz Pyrchala
	Organizacja Sportowego Dnia Dziecka	p. Paweł Kobiela p. Grzegorz Pyrchala
	Innowacja „Maraton na raty”	p. Paweł Kobiela p. Grzegorz Pyrchala
Dbamy o innych	Prowadzenie Szkolnego Koła Wolontariatu – aktywizacja uczniów chętnych do działań prospołecznych, współpraca z instytucjami	p. Marta Majnusz p. Marzena Pankiewicz p. Joanna Miłek
	Inicjowanie akcji charytatywnych, zbiórek Pomocowych	wszyscy nauczyciele
	Udział w konkursie i uroczystej Gali „Siemianowickie Barwy Wolontariatu”	p. Marzena Pankiewicz
	Prowadzenie zajęć w klasach 1-3 z pierwszej pomocy przedmedycznej	wychowawcy klas 1-3
	Działania na rzecz Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, zdrowy kiermasz charytatywny	p. Anna Robak-Ostręga p. Ewa Suss
	Promowanie pomocy rówieśniczej	p. Marta Majnusz oraz wychowawcy
	Przeprowadzenie akcji szkolnej "Dzień Pierwszej Pomocy Przedmedycznej"-zadania i wyzwania sprawdzające wiedzę z zakresu udzielania pierwszej pomocy	p. Monika Hołubowicz p. Katarzyna Kasprzyk
Ciekawie i aktywnie spędzamy czas	Organizacja wyjść i wycieczek klasowych, szkolnych	wychowawcy, nauczyciele
	Organizacja Festynu Szkolnego – imprezy dla całej społeczności szkolnej i lokalnej	p. Beata Opara p. Emilia Gontarczyk p. J. Manowska-Painta
	Organizacja balu charytatywnego na rzecz WOŚP	p. Anna Robak-Ostręga p. Grażyna Bartel
	Zajęcia uświadamiające zagrożenia płynące z nieodpowiedzialnego korzystania z Internetu i sprzętu multimedialnego	p. Grażyna Bartel p. Paweł Kobiela wychowawcy kl .I-III
	Prowadzenie zajęć z wykorzystaniem sprzętu pozyskanego w ramach rządowego programu "Laboratoria Przyszłości"	wszyscy nauczyciele
	Organizacja zajęć popołudniowych w formie warsztatów dla uczniów i rodziców	wyznaczeni nauczyciele
	Wykonanie prac plastycznych w kl. V i VI pt. "Zimowe zabawy"-pastel oraz pt. "Bezpieczne wakacje" - collage	p. Jadwiga Gęsikowska
Troszczymy się o środowisko	Segregacja odpadów i zbiórka surowców Wtórnych.	wszyscy nauczyciele
	Organizacja akcji "Sprzątanie świata"	p. Anna Ossowska oraz wychowawcy
	„Wesołe śmieci”: zajęcia plastyczno-techniczne z kreatywnego recyklingu i upcyklingu.	nauczyciele świetlicy nauczyciele klas I-III
	Organizacja zajęć propagujących ekologiczny tryb życia, uświadamiających o zagrożeniach generowanych przez człowieka dla środowiska	wszyscy nauczyciele

	Udział w programie "Bezpieczniki Taurona"	p. Beata Bętkowska
	Akcja Baterie - zbieramy zużyte baterie	p. Justyna Kuliś
	„Kubusiowi przyjaciele natury”-ogólnopolski Program Edukacyjny	nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej
	Wykonanie prac plastycznych – plakatów o tematyce ochrony środowiska wykonane przez uczniów klas VII i VIII	p. Jadwiga Gęsikowska
Prowadzimy zdrowy i higieniczny tryb życia	Prowadzenie zajęć dotyczących higieny i profilaktyki zdrowotnej	higienistka szkolna, nauczyciele
	Przeprowadzenie akcji "Fluoryzacja zębów" dla uczniów kl. I-III	higienistka szkolna
	Propagowanie idei akcji "Lekki tornister", dostosowanie na bieżąco wysokości krzeseł do stolików, badanie wad postawy	higienistka szkolna, nauczyciele
	Udział w kampanii profilaktycznej "Zachowaj Trzeźwy Umysł"	p. Monika Hołubowicz
	Pogadanki na temat zdrowia psychicznego i regulacji emocji. Wsparcie rodziców w sytuacjach trudnych. Profilaktyka uzależnień.	p. Marta Majnusz p. Joanna Manowska-Painta
	Udział w debacie o dopalaczach - „Smak życia”	p. Marta Majnusz p. Joanna Manowska-Painta
	Udział w Dniu Bezpiecznego Internetu	p. Grażyna Bartel
	Udział w programie pod patronatem Głównego Inspektoratu Sanitarnego „Bieg po zdrowie”- profilaktyka antynikotynowa przez realizację różnorodnych działań uświadamiających uczniom szkodliwości palenia papierosów. Nauka ciekawych sposobów na spędzanie czasu wolnego bez tytoniu	p. Joanna Manowska-Painta p. Marta Majnusz
	Program profilaktyki czerniaka w klasach VII we współpracy z Sanepidem	p. Anna Ossowska
	Przeprowadzenie akcji szkolnej "Rośnij zdrowo" polegającej na przygotowaniu przez każdą klasę plakatu/gazetki promującej zdrowy sen, higienę, zdrowie psychiczne	p. Monika Hołubowicz p. Katarzyna Kasprzyk

Opracowanie:

Anna Robak-Ostręga

.....

Koordynator:

Monika Hołubowicz

.....