

KAMPANIA SPOŁECZNA

1. Temat:

„Razem – Zdrowo i Sportowo”

2. Cel kampanii

- krzewienie zdrowego stylu życia,
- włączenie w akcję całej społeczności szkolnej nie tylko reprezentacji klas
- włączenie w akcję i wdrażanie do wspólnej zabawy uczniów z dysfunkcjami ruchowymi
- wdrażanie do aktywnego spędzania wolnego czasu
- zachęcanie do rodzinnej aktywności sportowej
- krzewienie zdrowych nawyków żywieniowych
- kształtowanie umiejętności pracy w grupie
- propagowanie aktywności ruchowej dla różnych grup wiekowych
- nauczanie stosowania zasad bezpieczeństwa w każdej sytuacji
- nauczanie dokonywania prawidłowych wyborów

3. Hasło przewodnie: „Wkręć się w sport i zdrowe odżywianie”

4. Grupa docelowa: uczniowie klas I – III i IV – VI, rodzice/opiekunowie uczniów

5. Narzędzia: hasła, plakaty, prace plastyczno techniczne, ulotki, listy do sponsorów, zaproszenia, apele, konkursy, quizy, gry, zabawy, turnieje, stoiska, wystawy, plebiscyt, prezentacje, scenariusze lekcji,

6. Rola nauczyciela i rola uczniów:

Uczniowie:

- uświadamiają sobie jak ważna jest rola ruchu już od najmłodszych lat, w zachowaniu zdrowia i dobrego humoru
- nabywają umiejętności samooceny swojego poziomu sprawności fizycznej i stylu życia,
- dokonują refleksji nad swoim sposobem odżywiania i nad formami spędzania wolnego czasu
- uczą się nowych form aktywności fizycznej,
- uczą się bawić wspólnie bez względu na wynik
- uczą się pokonywać swoje trudności i niedomagania
- nabywają umiejętności organizowania i przeprowadzenia różnych form aktywności sportowej
- zdobywają umiejętność pracy w grupie
- wykorzystują swoją sprawność fizyczną i wiedzę w celu uzyskania wspólnie klasowego, dobrego wyniku
- wypracowują wspólnie aktywne, nowe, atrakcyjne i bezpieczne formy ruchu na wf-ie,
- tworzą zestawy ćwiczeń śródlekcyjnych,
- zdobywają wiedzę o zdrowym odżywianiu,

- umieją przygotować wspólnie i we współpracy z rodzicami posiłki i koktajle ze zdrowych produktów,
- umieją wprowadzić i zachować zasady bezpieczeństwa podczas aktywności sportowej,
- uczą się kulturalnego kibicowania i gry fair play
- uczą się opanowania w sytuacjach stresowych,
- uczą się dostosowania do zasad i reguł,
- krzewią wśród rówieśników znaczenia ruchu i odżywiania aby żyć zdrowo i sportowo,
- **wkręcają siebie, rodziców i rówieśników w sport i zdrowe odżywianie !!!**

Nauczyciele:

- zachęcają uczniów i rodziców do wspólnej aktywności sportowej,
- uczą różnych form aktywności sportowej,
- uczą umiejętności organizacji i przeprowadzenia różnych gier i zabaw rekreacyjnych,
- uczą kreatywności w tworzeniu i wykorzystaniu niekonwencjonalnego sprzętu sportowego na użytek wspólnych gier i zabaw,
- uczą jak przygotować akcję szkolną na dany temat,
- uczą umiejętności występów publicznych,
- krzewią wiedzę na temat zdrowych nawyków ,
- aktywizują, motywują i wspierają uczniów i rodziców w podejmowaniu wszelkich wspólnych działań,
- uczą uczniów i rodziców czerpać radość z każdej wspólnie spędzonej chwili,
- współpracują z rodzicami w poszczególnych działaniach związanych z kampanią,
- współpracują z dyrekcją szkoły, radą rodziców i sponsorami,
- **wkręcają siebie i sprzymierzeńców kampanii w propagowanie zdrowego stylu życia !!!**

Rodzice:

- wykonują wspólnie z uczniami prace o tematyce sportu, rekreacji, zdrowych nawykach żywieniowych,
- uczestniczą w działaniach ukierunkowanych na aktywność i zdrowe sposoby odżywiania,
- pomagają w zakupie zdrowych produktów do przygotowania zdrowych posiłków
- motywują i wspierają, zachęcają, pomagają w działaniach i dążeniach uczniów do wszelkich zmian w kierunku zdrowego stylu życia,
- wspierają nauczycieli w działaniach kampanii,
- **wkręcają się w sportowe życie swoje rodziny i szkoły w oparciu o zdrowe odżywianie !!!**

7. Ogólny harmonogram działań:

ORGANIZACJA:

- Szkolny Tydzień „Kolorowo, zdrowo i sportowo”- 16 – 20 XI 2015r.
- Rodzinny Turniej Piłki Koszykowej – XII 2015r.
- Dzielnicowy Międzyszkolny Turniej Klas Integracyjnych I – III - 16. 04. 2016r.
- Dzielnicowy Międzyszkolny Turniej Mini Piłki Nożnej klas II - 26. 04. 2016r.
- Szkolny Dzień Promocji Zdrowia - 23-24. 05. 2016r.

- Świetlicowy Turniej Mini Piłki Nożnej – 17 .05. 2016r.
- Szkolny Dzień Sportu klas I – III i IV – VI - 07 – 08 .06 .2016r.
- Środowiskowy Rodzinny Piknik Integracyjny – 11. 06. 2016r.

UDZIAŁ w:

- Międzyszkolnych Zawodach Sportowych w różnych dyscyplinach sportu zgodnie z kalendarzem Warszawskiej Olimpiady Młodzieży – rok szkolny 2015/2016
- Międzyszkolnych Świątecznych Zawodach Sportowych o Puchar Burmistrza Dzielnicy Woli m.st Warszawa – 10.XII 2016r.
- Dzielnicowym Międzyszkolnym Turnieju Klas I – IV „Od zabawy do sportu” – 18 XI 2016r.:

8. Promocja:

Plakaty, ulotki, ogłoszenia samorządu szkolnego, informacje do rodziców, strona internetowa szkoły,

9. Działanie:

miejsce kampanii: sale lekcyjne, korytarze szkolne, boisko szkolne, sala widowiskowa ART.bem, stołówka i świetlica szkolna, Szkoły Podstawowe Dzielnicy Bemowo, Hala sportowa WOLA

udział biorą: uczniowie klas I – VI, nauczyciele, rodzice/opiekunowie, dyrekcja szkoły,

program działania:

Działania promujące aktywność fizyczną

- godziny wychowawcze na temat: „Ruch a zdrowie” i „Aktywna rodzina”
- aktywne poranki przy muzyce
- aktywne przerwy
- ćwiczeniach śródlekcyjne
- turnieje piłki nożnej
- tory sprawnościowe
- gry i zabawy rekreacyjne
- gra terenowa pt. „Szukanie karteczek.”
- miasteczko rowerowego
- pokaz technik relaksacyjnych
- sportowe tory przeszkód
- „Zumba dla najmłodszych”
- mecze i rozgrywki rodziców z nauczycielami
- rodzinne turnieje, zawody i konkursy sportowe
- integracyjne turnieje i zabawy sportowe z udziałem uczniów z dysfunkcjami fizycznymi
- gimnastyka kinezyjologiczna i na materacach
- zakup nowego sprzętu sportowego
- wspólne wyście na kręgle i do Kolorado

Działania promujące zdrowe odżywianie:

- godziny wychowawcze na temat: „Zdrowe nawyki żywieniowe”

- plakaty o zdrowym odżywianiu, hartowaniu, znaczeniu wody i ruchu dla organizmu człowieka,
- stoiska ze zdrowymi kanapkami, koreczkami, przekąskami, własnoręcznie pieczonymi ciastami, koktajlami, sokami itp. (sprzedaż za „symboliczną złotówkę” - kwota zebrana przeznaczona na fundusz klasowy)
- stroje odzwierciedlających kolory owoców i warzyw
- apele na temat zdrowego odżywiania
- warsztaty kulinarne „Skoła na widelcu”
- międzyskolny konkurs „Master chieł”
- zdrowe, wspólnie w klasach przygotowane II śniadanie
- wspólny posiłek z zachowaniem zasad savoir vivre
- kiermasz zdrowych potraw
- plebiscyt w stołówce szkolnej na ulubione danie przez uczniów
- dekalogu dziesięciu zasad
- wspólne kulinarne spotkania uczniów i rodziców
- trójwymiarowa piramida żywienia
- jabłka dla wszystkich

10. Sojusznicy:

Urząd Dzielnicy Bemowo, Burmistrz Dzielnicy Bemowo, Wydział Sportu i Rekreacji Dzielnicy Bemowo, Burmistrz Dzielnicy Wola, Spółdzielnia „Górcze”, Stowarzyszenie „Nadzieja”, ze strony szkoły - Rada Rodziców, Rodzice/Opiekunowie uczniów klas I – VI, Dyrekcja szkoły, Rada Pedagogiczna.

Źródła:

Książki, Internet, wymiana doświadczeń

11. Ewaluacja:

Apele podsumowujące, sprawozdanie z przebiegu akcji, ogłoszenie wyników, wręczenie nagród, degustacje, filmiki,

12. Autor/ka:

Nauczyciele wf i nauczyciele wspomagający program „WF z klasą” klas I – VI i świetlicy

Opracowała: Alina Sekuła – nauczyciel wf - koordynator programu „WF z klasą”