

„SZWAJCARSKO – POLSKI PROJEKT KIK/34”

rok szkolny 2013/2014

1. **Temat: „Zapobieganie nadwadze i otyłości oraz chorobom przewlekłym, poprzez edukację społeczeństwa w zakresie żywienia i aktywności fizycznej”.**
2. **Odpowiedzialne:** mgr Anna Bartkowiak, mgr Ewa Maruszewska
3. **Adresat:** uczniowie Szkoły Podstawowej, Gimnazjum oraz Szkoły Przysposabiającej do Pracy
4. **Termin realizacji:** rok szkolny 2013/2014
5. **Osoby współpracujące w realizacji projektu:** wychowawcy klas, nauczyciele wf, kierownik i nauczyciele świetlicy.
6. **Cele projektu:**
 - Edukacja uczniów i rodziców w zakresie zdrowego żywienia
 - Edukacja uczniów i rodziców w zakresie promocji zdrowia
 - Zachęcanie do systematycznego podejmowania wysiłku fizycznego
 - Rozwijanie zdolności i wiedzy kulinarnej uczniów zgodnej z zasadami racjonalnego żywienia
 - Poznawanie różnorodnych form aktywności ruchowej oraz miejsc ćwiczeń.
 - Motywacja uczniów do samodzielnych prozdrowotnych wyborów
7. **Formy realizacji:**
 - Pogadanki tematyczne podczas zajęć dydaktyczno - wychowawczych – godziny z wychowawcą, lekcje wychowania fizycznego, apele tematyczne, imprezy szkolne.
 - Edukacja rodziców podczas spotkań szkolnych, festynów oraz rozmów indywidualnych.
 - Kwalifikacja uczniów do udziału w różnorodnych pozalekcyjnych formach aktywności ruchowej.

- Przeprowadzenie testu sprawności fizycznej uczniów – na początku roku szkolnego oraz na koniec I oraz II semestru (wybrana grupa badawcza)
- Organizacja konkursów promujących zdrowy styl życia ze szczególnym uwzględnieniem zasad racjonalnego żywienia oraz aktywności fizycznej.
- Organizacja atrakcji sportowo - rekreacyjnych podczas imprez szkolnych.
- Prezentacja aktywności ruchowej uczniów na apelach szkolnych.
- Prezentacja realizacji projektu na szkolnej stronie internetowej oraz parawanach wystawienniczych.

8. Oczekiwane efekty:

- Zwiększenie sprawności fizycznej uczniów.
- Zwiększenie częstotliwości podejmowania wysiłku fizycznego przez uczniów.
- Zwiększenie świadomości wpływu prawidłowego żywienia oraz ćwiczeń na zdrowie i samopoczucie człowieka.
- Aktywny i systematyczny udział uczniów w zajęciach ruchowych oferowanych przez szkołę.
- Zwiększenie zainteresowania różnymi formami zajęć ruchowych.
- Edukacja rodziców w zakresie racjonalnego żywienia oraz aktywności fizycznej.

ZADANIA ETAPOWE I TERMINARZ PRAC:

WRZESIEŃ 2013:

1. Zapoznanie uczniów i rodziców z projektem KIK/34.
2. Rozmowa z rodzicami podczas zebrania w szkole.
3. Rozdanie materiałów edukacyjnych wychowawcom klas, rodzicom, kierownikowi świetlicy – plakaty, broszury, ulotki, płyty CD.
4. Opracowanie Przedmiotowego Systemu Oceniania – motywującego uczniów do podejmowania wysiłku fizycznego.
5. Przygotowanie atrakcji sportowo – rekreacyjnych podczas „Dnia Sąsiada”.

PAŹDZIERNIK 2013:

1. Przeprowadzenie testu sprawności fizycznej – próby biegowe – wytrzymałości i zwinności, próba siły i wytrzymałości mięśni brzucha oraz mięśni ramion, próba gibkości (wybrana grupa badawcza).
2. Przeprowadzenie lekcji z wychowawcą w oparciu o płyty CD udostępnione przez wielkopolskiego koordynatora projektu.
3. Założenie Szkolnego Klubu Olimpiad Specjalnych – poszerzenie oferty sportowych zajęć pozalekcyjnych.

LISTOPAD 2012:

1. Analiza jadłospisu szkolnej stołówki – analiza 10- dniowego menu.
2. Analiza wystroju szkoły – pod kątem promocji zdrowia ze szczególnym uwzględnieniem racjonalnego żywienia i aktywności fizycznej.
3. Monitorowanie aktywności uczniów podczas zajęć wychowania fizycznego oraz zajęć sportowych – nauczyciele wf.
4. Konkurs Wiedzy o Zdrowym Stylu Życia – konkurs dla Szkoły Podstawowej (odpowiedzialne – E. Maruszewska, A. Bartkowiak)

GRUDZIEŃ 2013:

1. Konkurs Wiedzy o Zdrowym Stylu Życia – konkurs dla Gimnazjum i PDP (odpowiedzialne – A. Bartkowiak, E. Maruszewska)
2. Zachęcanie i mobilizowanie uczniów do podejmowania aktywności fizycznej na świeżym powietrzu ze szczególnym uwzględnieniem uczniów mniej sprawnych, z nadwagą i otyłością – hartowanie organizmu.
3. Pogadanki tematyczne w ramach lekcji wychowania fizycznego.

STYCZEŃ/LUTY 2014:

1. Bezpieczne zabawy na śniegu i lodzie – organizacja wspólnej zabawy na śniegu (zabawy na śniegu uzależnione od warunków atmosferycznych).
Hartowanie organizmu.
2. Apel szkolny – podsumowanie pracy Kół Sportowych w I semestrze, promocja aktywnego i bezpiecznego spędzania czasu wolnego.
3. Przeprowadzenie kontrolnego testu sprawności fizycznej wśród wybranej grupy dzieci – wszystkie próby.

MARZEC 2014:

1. Organizacja Konkursu Plastycznego o tematyce prozdrowotnej – wszystkie etapy edukacyjne – prezentacja prac na parawanach wystawienniczych.
2. Analiza jadłospisu stołówki szkolnej – analiza 10- dniowego menu.
3. Opracowanie gazetki tematycznej – motywacja uczniów do samodzielnych prozdrowotnych wyborów.

KWIECIEŃ/MAJ 2014:

1. Monitorowanie realizacji założeń zadania projektowego poprzez analizę udziału uczniów w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze prozdrowotnym – opiekunowie kół, Anna Bartkowiak, Ewa Maruszewska.
2. Przeprowadzenie kontrolnego testu sprawności fizycznej wśród wybranej grupy dzieci – wszystkie próby (koniec maja).
3. Analiza udziału uczniów w zajęciach organizowanych przez Stowarzyszenie Olimpiady Specjalne – Wielkopolska.
4. Podsumowanie realizacji projektu na apelu szkolnym oraz szkolnej stronie internetowej.

EWALUACJA PROJEKTU:

1. Monitoring realizacji projektu.
2. Konsultacje z zespołem projektowym.
3. Określenie mocnych i słabych stron projektu.
4. Wnioski do dalszej pracy.
5. Analiza osiągniętych efektów – opracowanie sprawozdania dla Koordynatora Regionalnego oraz Dyrektora Szkoły.

PREZENTACJA PROJEKTU:

1. Apel szkolny.
2. Szkolna strona internetowa.
3. Parawany wystawiennicze.

Opracowały :

*mgr Anna Bartkowiak
mgr Ewa Maruszewska*