

Program „Zarządzający Zdrowiem”

Harmonogram działań na rok szkolny 2021/2022

w ramach przynależności do Śląskiej Sieci Szkół
Promujących Zdrowie

I.p.	Nazwa zadania	Sposób realizacji	Termin realizacji	Wykonawca	Adresat
I.	Ja i społeczeństwo				
	Przeprowadzenie gier i zabaw integrujących zespół klasowy.	Wprowadzenie zabaw i gier towarzyskich na godzinach wychowawczych	cały rok szkolny	uczniowie i wychowawca	cała społeczność szkolna
	Dygitral Youth Forum 2022	Digital Youth Forum poświęcone jest edukacji w zakresie bezpiecznego, kreatywnego i pozytywnego korzystania z internetu i nowych technologii. Impreza skierowana jest do uczniów klas 7-8.	czerwiec 2022	wychowawcy klas 7-8, pedagog szkolny	klasy 7-8
	Udział w projekcie „Poznaj Polskę”	Napisanie wniosków o przyznanie dotacji przez MEN do wycieczek szkolnych w miejsca szczególne na terenie Polski.	cały rok szkolny	wychowawcy klas	cała społeczność szkolna
	Środowisko społeczne szkoły zdrowie psychiczne członków społeczności szkolnej Bezinteresowne działanie na rzecz innych.	Koła zainteresowań Organizacja pomocy koleżeńskiej doraźnej i stałej. Udział w szkolnych, rejonowych i ogólnopolskich akcjach charytatywnych tworzenie klimatu wspierającego zdrowie psychiczne.	na bieżąco	nauczyciel biologii	cała społeczność szkolna
	Wyjazdy dwóch dwunastoosobowych grup uczniów w ramach realizacji programu Erasmus+	Uczniowie wraz z opiekunami udadzą się do szkół w Finlandii oraz wysp Hiszpanii w celu poznania tamtejszej kultury, systemu nauczania, rozwoju osobistego, rozwoju umiejętności językowych	wiosna 2022	koordynator Erasmus+	24 uczniów z klas 7-8
	Akcje szkolne Erasmus+	Organizowanie wydarzeń, akcji, konkursów w ramach uczestnictwa szkoły w programie Erasmus+. Wszelkie podjęte działania koordynatora programu odbywają się w dwu-trzy- języcznej formule.	cały rok szkolny	koordynator Erasmus+ oraz nauczyciele biorący udział w programie	cała społeczność szkolna
	Reintegracja	Zajęcia integracyjne prowadzone przez pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznej – pogadanka, prezentacja, zabawy ruchowe.	cały rok szkolny	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna	klasy II-VIII
	„Odpowiedzialność nieletnich w świetle prawa” - warsztaty	Pogadanka z dzielnicowym na temat odpowiedzialności cywilnej osób przekraczających 13 rok życia.	listopad	dzielnicowy	klasa VII

	Pierwsza pomoc przedlekarska w urazach układu ruchu. Proste urazy kości i stawów. Uraz kręgosłupa.	Kurs I pomocy przedlekarskiej dla uczniów i nauczycieli- ćwiczenia praktyczne w udzielaniu pierwszej pomocy przedlekarskiej w urazach układu ruchu- złamanie kości, skręcenie i zwichnięcie stawu. Uraz kręgosłupa- rozpoznanie i postępowanie Ćwiczenia rozpoznawaniu urazów i w udzielaniu pomocy przedlekarskiej.			
	Pierwsza pomoc przedlekarska w urazach układu krążenia.	Wykonanie pomiaru ciśnienia i tętna w czasie spoczynku i po wysiłku fizycznym.	listopad - kwiecień	nauczyciel biologii	klasa VII, IV
	Urazy skóry. Skaleczenia. Oparzenia i odmrożenia	Objawy i przyczyny odmrożeń i oparzeń, pokaz i ćwiczenia w udzielaniu I pomocy przedlekarskiej przy oparzeniach i odmrożeniach.			
	Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc	Filmy edukacyjne, pogadanki z pielęgniarką, tworzenie plakatów, wykłady o tematyce I pomocy i bezpieczeństwa.	cały rok szkolny	nauczyciel wychowania fizycznego, pielęgniarka	klasy IV-VIII
	Ratownictwo medyczne	Uczniowie klas pierwszych uczestniczą w zajęciach praktyczno - teoretycznych z zakresu podstawowej pierwszej pomocy.	cały rok szkolny	nauczyciel wychowania wczesnoszkolnego	klasy I
	Udzielanie pierwszej pomocy poszkodowanemu	Uczniowie w ramach przedmiotu Edukacja dla Bezpieczeństwa przypominają i trenują na fantomie podstawowe zasady pierwszej pomocy przedmedycznej	II semestr	nauczyciel Edukacji dla Bezpieczeństwa	klasa VIII
	Dzień Postaci z Bajek	Uczniowie przebijają się za dowolne postaci z bajek. Wspólne zabawy na sali gimnastycznej.	październik	samorząd szkolny +opiekun	
	Dzień Pluszowego Misia	Zbiórka pluszowych misiów, które przeznaczone zostaną na loterię. Zebrane pieniądze wspomogą kolejne akcje charytatywne.	listopad		
	Szlachetna Paczka	Zbiórka potrzebnych produktów dla jednej z rodzin zgłoszonych do krajowego Programu „Szlachetna Paczka”	grudzień		
	Dzień Szalonych Fryzur	Uczniowie przychodzą do szkoły z	czerwiec	Szkolny Klub Wolontariatu + opiekun	

		fantazyjnymi uczesaniem. Wśród biorących udział w akcji rozlosowane zostaną nagrody. Dodatkowo odbędzie się kampania informacyjna dotycząca chorób, na skutek których ludzie tracą włosy (plakaty, pogadanki)			cała społeczność szkolna
	Turniej gier planszowych	Zorganizowanie turnieju – promocja pożytecznego spędzania czasu wolnego, nauka pozytywnej rywalizacji.	cały rok szkolny	nauczyciel matematyki	
	Klub gier planszowych „Granna”	Organizacja turniejów gier planszowych „Granna” w szkolnej świetlicy w ramach przynależności do ogólnopolskiej sieci klubów tej firmy.	cały rok szkolny	wychowawcy świetlicy, koordynator SzPZ	
	Dzień Życzliwości	Uczniowie zastanowią się nad gestami życzliwości, których dokonali w minionym czasie, a następnie zapiszą je w języku polskim i angielskim na sercu wykonanym z dowolnego tworzywa. Serca zawisną na „Szkolnym Drzewie Życzliwości”.	listopad	Szkolny Klub Wolontariatu, + opiekun, koordynator SzPR	
	Międzynarodowy Dzień Tolerancji	Nauczyciele przeprowadzają lekcje oparte o scenariusz dotyczący tolerancji, wolności i szacunku. Chętni uczniowie przygotowują plakaty.	listopad	Wychowawcy, koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych	W szkole przygotowane są stanowiska, w których każdy uczeń może przekonać się, jak to jest, gdy się nie widzi, nie słyszy, nie można chodzić, gdy bodźce z zewnątrz docierają do nas ze wzmożoną siłą.	grudzień	koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Tolerancja w sporcie i w życiu codziennym	Wykłady, plakaty, zawody sportowe na lekcjach wychowania fizycznego: sporty osób niepełnosprawnych : koszykówka na wózkach, taniec, piłka nożna dla osób niewidomych „Goalball”, pływanie, itp.	grudzień	nauczyciel wychowania fizycznego	klasy IV-VIII
	Integracja społeczności szkolnej poprzez wycieczki – w zależności od wytycznych inspektora sanitarnego w związku z covid-19	Wycieczki jednodniowe – kulturoznawcze, przyrodnicze.	cały rok szkolny	Wychowawcy i pozostali nauczyciele	

	Integracja klasowa poprzez wydarzenia klasowe	Dbanie o atmosferę i oprawę artystyczną każdej uroczystości: Dzień Chłopaka, wigilia klasowa, dzień Kobiet, Mikołajki, Andrzejki itp. – gry, zabawy, wspólne przygotowanie posiłków oraz drobnych upominków, wybór samorządu klasowego, ustalanie kontraktu.	wrzesień, listopad, grudzień, marzec	wychowawcy klas	cała społeczność szkolna
	Budowanie przyjaznej atmosfery w szkole i w klasie. Przestrzeganie i podporządkowanie się określonym regułom. Zasada fair-play na boisku oraz w życiu. Pomoc słabszym w wykonaniu zadań oraz współpraca z rówieśnikiem.	Pogadanki w czasie lekcji wychowawczych oraz na lekcjach wychowania fizycznego. Ćwiczenie prawidłowych reakcji na przegraną/wygraną grę. Udział w zawodach sportowych.	cały rok szkolny	nauczyciel wychowania fizycznego	klasy IV-VIII
II	Zdrowie psychiczne				
	Strefa ciszy	Wyznaczenie w szkole miejsca, w którym będzie obowiązywał całkowity zakaz hałasowania – strefa ciszy dla zszarganych nerwów.	cały rok szkolny	koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Wyciszenie szkoły	Montaż paneli odbijających dźwięk w szkolnym korytarzu, praca nad kulturą wypowiedzi uczniów – w celu zmniejszenia hałasu na lekcjach i przerwach.	cały rok szkolny	nauczyciele, wychowawcy, koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Udział klasy w projekcie w ramach Uniwersytetu Dziecięcego	Przeprowadzenie 8 lekcji wychowawczych według gotowych scenariuszy.	cały rok szkolny	wychowawca	klasa VIIb
	Dzień Składanki i Łamigłównki	Uczniowie w czasie przerw będą rozwiązywali rozmaite zagadki, rebusy, wykreślanki itp. Wśród biorących udział w akcji zostaną rozlosowane nagrody.	styczeń	Koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Udział w akcji METIS – „czytajMY!” Zachęcenie uczniów do czytania swoich ulubionych książek	Wspólne czytanie książek na godzinie wychowawczej – 20 minut. Rozwijanie miłości do książek wśród uczniów. Comiesięczne akcje związane z czytelnictwem zaproponowane przez METIS.	1 raz w tygodniu na lekcji wychowawczej cały rok szkolny	wychowawcy, koordynator SzPZ	klasy IV-VIII

	Uśmiechem i życzliwością zarażam innych	Tydzień klasowej życzliwości i kultury zachowania. Wybory „ucznia z klasą”.	listopad	wychowawcy I-III	klasy I-III
	Powiedz „Nie hałasowi!	Wykonanie pracy plastycznej dotyczącej wpływu hałasu na zdrowie psychiczne człowieka.	II semestr	wychowawcy I-III	klasy I-III
	Dzień Zdrowia Psychicznego	Pogadanki na temat zdrowia psychicznego, jego ważności w życiu. Przygotowanie plakatów informacyjnych, stosowanie dużej ilości przerw śródlekcyjnych – muzyka relaksacyjna, ćwiczenia fizyczne, układ taneczny.	październik	koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Radzę sobie z porażkami i krytyką!	Zajęcia z pedagogiem szkolnym oraz psychologiem dotyczące radzenia sobie z porażkami szkolnymi i osobistymi oraz z krytyką otoczenia. Zajęcia metoda dramy, pogadanki, filmy edukacyjne, ankiety.	cały rok szkolny	pedagog i psycholog szkolny, koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Higiena pracy i snu – na wszystko musi być czas	Akcje uświadamiające uczniom, jak ważny w życiu jest sen, właściwe dysponowanie czasem pracy oraz odpoczynek i relaks. Plakaty, konkursy, wykłady.	cały rok szkolny	nauczyciel biologii, psycholog, pedagog, koordynator SzPZ	klasy IV-VIII
III	Ruch to zdrowie				
	V e-bieg Erasmusa	Udział drużyn sztafetowych z klas VI-VIII w ogólnopolskiej akcji „V e-bieg Erasmusa” w związku z październikowymi obchodami Dni Erasmusa. Uczniowie biegają przez 60 minut wokół szkolnego boiska wymieniając się w swoich drużynach pałeczką. Za udział w zawodach otrzymują medale, stroje sportowe, numer startowy.	październik	nauczyciel wychowania fizycznego, koordynator SzPZ, koordynator Erasmus+, nauczyciel matematyki	klasy VI-VIII
	Rodzinne akcje prozdrowotne	Dzieci stają się organizatorami aktywności rodzinnej – włączenie współpracy szkoła – dom.	cały rok szkolny	wychowawca klasy VI	klasa VI
	Rozwój fizyczny poza szkołą	Zachęcanie uczniów do chwalenia się podejmowanymi wysiłkami fizycznymi poza szkołą – w czasie wolnym w domu, na podwórku, w zorganizowanych grupach sportowych itd. Stworzenie papierowej „ścieżki	cały rok szkolny	Nauczyciel w-f, koordynator SzPZ	Klasy IV-VIII

		rozwoju” – rolki papieru, na której uczniowie będą wypisywać swoje osiągnięcia.			
	Europejski Tydzień Sportu	Wycieczka w góry w ramach obchodów Europejskiego Tygodnia Sportu, rozgrywki sportowe, podkreślanie ważności pozostawiania w dobrej formie fizycznej.	wrzesień	nauczyciele w-f	Klasy IV-VIII
	Nauka tańca	Nauka tańca w kręgu - Belgijka i Taniec Eleny w ramach godziny wychowawczej	cały rok szkolny	wychowawca klasy VII b	klasa VIIb
	Światowy Dzień Roweru + konkurs fotograficzny „Selfie on the bike”	Zachęcenie uczniów do uczczenia tego dnia w najlepszy z możliwych sposobów – przejażdżką rowerową. Zorganizowanie konkursu na najpiękniejsze zdjęcie z przejażdżki rowerowej.	czerwiec	koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	<p>Piękno ruchu i muzyki kształtowanie prawidłowych nawyków postawy ciała oraz wzmocnienie aparatu mięśniowego poprzez ćwiczenia przy muzyce</p> <p>Gry i zabawy ruchowe źródłem dobrego samopoczucia.</p> <p>Znaczenie prób i testów sprawnościowych oraz ich interpretacja</p> <p>Znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka</p> <p>Rozwijanie zainteresowań sportowych ucznia w lekkiej atletyce, piłce nożnej, siatkowej, koszykowej, ręcznej, na pływalni</p> <p>Stwarzanie warunków do aktywnego udziału ucznia w zajęciach sportowych w czasie wolnym</p>	Zajęcia rozwijające zainteresowania ucznia, akcje prozdrowotne, pogadanki z uczniami i rodzicami, filmy edukacyjne, pogadanki z pielęgniarką, wykłady, plakaty, wycieczki, zawody sportowe. Zapoznanie ucznia z bazą sportową w okolicy.	cały rok szkolny	nauczyciele wychowania fizycznego	klasy I-VIII

	Organizacja oraz udział ucznia w szkolnych, gminnych i powiatowych zawodach sportowych Wykorzystanie możliwości nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej				
	Aktywność fizyczna a układ krążenia. Znaczenie aktywności fizycznej w prawidłowym funkcjonowaniu układu krążenia.	Ocenienie wpływu ćwiczeń fizycznych na sprawność serca. Dyskusja nt. Moje postępowanie a czynniki ryzyka chorób serca.	luty	nauczyciel biologii	klasa VII
	Zwiększenie aktywności fizycznej uczniów w klasie	Wprowadzenie gimnastyki śródlekcyjnej, spacerów po okolicy, prowadzenie niektórych lekcji, np. matematyki, biologii, geografii metodą outdoor (na zewnątrz), wprowadzenie elementów tańca na godzinie wychowawczej	min. raz w miesiącu	nauczyciele przedmiotów	cała społeczność szkolna
	Od zabawy do sportu	Udział w zajęciach w-f, zajęciach basenowych i innych pozalekcyjnych (szkółka piłkarska, karate itd.), ćwiczenia śródlekcyjne.	cały rok szkolny	wychowawcy klas I-III	klasy I-III
	Aktywne soboty w przyszwickim parku	Spotkania organizowane 2 razy w miesiącu, rano, w parku. Wspólna rozgrzewka, marszobiegi, taniec do konkretnego układu tanecznego.	2 razy w miesiącu, przez cały rok szkolny – w zależności od sytuacji epidemicznej w Polsce i przepisów inspektoratu sanitarnego	nauczyciel w-f, nauczyciel matematyki, koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Szkolne wycieczki	Wycieczki klasowe jednodniowe, w tym piesze wędrówki po terenach nizinnych i górskich.	cały rok szkolny	kierownicy wycieczek	cała społeczność szkolna
IV	Wiem, co jem				
	Konkurs „Zdrowie na talerzu”	Zorganizowanie konkursu kulinarnego- uczniowie przygotowują dowolne zdrowe danie – śniadanie, obiad, deser, przekąska itp. w domu, wykonują zdjęcie potrawy wraz z opisem, który ma zawierać listę składników.	II semestr	koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna

	<p>Odżywianie źródłem energii niezbędnej do życia. Zapotrzebowanie na składniki odżywcze.</p>	<p>Opis potrzeb żywieniowych i energetycznych ludzi z różnych grup wiekowych i zawodowych. Analiza produktów żywnościowych ze względu na zawartość składników odżywczych i wartość energetyczną na podstawie tabel. Opis roli składników pokarmowych na podstawie materiałów źródłowych- przygotowanie pracy plastycznej Opis wartości odżywczej posiłków.</p>	listopad - styczeń	nauczyciel biologii	IV, VII, cała społeczność szkolna
	<p>Prawidłowe żywienie. Żywność a zdrowie. Zrównoważona dieta. Planowanie prawidłowego żywienia. Bezpieczna żywność. Przechowywanie i przygotowywanie żywności. Reklama żywności Zdrowie i tryb życia matki w czasie ciąży a rozwój płodu.</p>	<p>Dyskusja na temat stosowania zasad zrównoważonej diety i zdrowego trybu życia. Analizowanie piramidy zdrowego żywienia – moje odżywianie – technika SWOT Projektowanie jadłospisu i obliczanie jego wartości kalorycznej. Analiza sposobu odżywiania się i trybu życia. Dyskusja na temat odżywiania się i trybu życia matki w czasie ciąży Praca w grupach wykonanie metaplanu – Odżywianie a zdrowie człowieka <i>Ankieta dotycząca przechowywania i przygotowywania żywności.</i> Dyskusja na temat jakości żywności.</p>	listopad - styczeń	nauczyciel biologii	IV, VII, cała społeczność szkolna
	<p>Piramida żywieniowa a aktywność fizyczna</p> <p>Zagrożenia dla zdrowia związane z jedzeniem produktów przetworzonych oraz jedzenia typu „fast food”</p>	<p>Zapoznanie z aktualną piramidą żywieniową, analiza kolejnych pięter, przygotowanie plakatów, konkurs promocji piramidy żywieniowej, pogadanki, filmy edukacyjne. Uczeń poznaje zasady prawidłowego odżywiania (regularne spożywanie posiłków, rola warzyw i owoców w diecie, spożywanie produktów</p>	II semestr	nauczyciel wychowania fizycznego, wychowawcy	cała społeczność szkolna

		pełnoziarnistych, ryb, chudego mięsa, źródła oleju roślinnego.....)			
	Europejski Dzień Zdrowej Żywności	Akcja „Zdrowe drugie śniadanie” - uczniowie przynoszą do szkoły śniadanie pełne wartościowych składników odżywczych. Przygotowuje opis w języku polski i angielskim wraz ze spisem występujących w nim składników odżywczych.	listopad	nauczyciel biologii, wychowania fizycznego, angielskiego, koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Śniadanie daje moc	Przygotowanie wiosennych kanapek, sałatek owocowych oraz warzywnych. Pogadanka na temat korzyści płynących z jedzenia warzyw i owoców.	kwiecień-czerwiec	wychowawcy klas I-III	klasy I-III
	Zdrowo jem – wszystko wiem	Udział w programie „Owoce i warzywa”. Prace techniczne wykonane z warzyw i owoców, wystawa. Poznanie i nauka piosenki „Witaminki”.	II semestr	wychowawcy klas I-III	klasy I-III
	„Wiem co jem”	Spotkanie profilaktyczne prowadzone przez Amorena Gliwice. Wykład na temat zdrowego odżywiania połączony z warsztatami oraz pomiarem składu ciała.	listopad	Amorena Gliwice	Klasa VII
V	Ja w środowisku				
	Poznajemy swoją wieś, gminę i najbliższe miasta.	Cykl jednodniowych wycieczek po regionie głównie w formie spacerowej. Obserwacja przyrody oraz zagrożeń, jakie na nią czyhają.	cały rok szkolny	wychowawca klasy VII b	klasa VI b
	Strażnicy Ziemi	Akcje charytatywne: zbieranie korków, baterii, kasztanobranie, Obchody Dnia Ziemi, akcja „Sprzątanie świata”.	cały rok szkolny	wychowawcy klas I-III	klasy I-III
	Recykling-art	Przygotowanie prac plastycznych z wykorzystaniem odpadów nadających się do recyklingu – plakaty, prace grupowe, indywidualny, modele 3d	wrzesień-październik	nauczyciel biologii, plaktyki, koordynator SzPZ	cała społeczność szkolna
	Wigilia bez plastiku	Tegoroczne wigilie klasowe odbędą się bez użycia plastikowych sztućców oraz naczyń. Ta			

		akcja ma na celu uświadomienie, jak dużym problemem jest ogrom plastiku znajdującego się w przyrodzie.			
	Zdrowie człowieka a środowisko. Czynniki zewnętrzne powodujące choroby. Zanieczyszczenia a sprawność układu oddechowego. Uprzemysłowienie a zdrowie człowieka. Skażenie żywności.	Opis negatywnego wpływu na zdrowie człowieka czynników zewnętrznych. Dyskusja na temat: <i>Zdrowie i choroba a środowisko wewnętrzne organizmu i środowisko życia.</i> Dyskusja na temat wpływu warunków w miejscu zamieszkania i pracy na sprawność układu oddechowego. Dyskusja na temat wpływu zanieczyszczonego środowiska na powstawanie mutacji. Manifestacja środowiskowa	na bieżąco listopad	nauczyciel biologii	klasy IV, VII, VIII
	Wpływ człowieka na funkcjonowanie ekosystemów. Przyczyny i skutki globalnego ocieplenia klimatu. Woda i energia elektryczna w gospodarstwie domowym. Rodzaje, przyczyny i skutki zanieczyszczeń powietrza atmosferycznego, wody i gleby	<i>Projekty uczniowskie na wybrany temat: Rodzaje, przyczyny i skutki zanieczyszczeń powietrza atmosferycznego, wody i gleby, ocieplenie klimatu, gospodarka odpadami lub zużycie wody i energii elektrycznej w gospodarstwie domowym.</i> <i>Prezentacja wniosków.</i>	marzec- czerwiec	nauczyciel biologii	cała społeczność szkolna
	Znaczenie roślin kwiatowych dla człowieka. Estetyka pomieszczeń. Zdrowotny wpływ roślin.	Referat na temat znaczenia roślin okrytonasiennych w przyrodzie i dla człowieka. Dyskusja na temat dominacji roślin okrytonasiennych na Ziemi.	czerwiec na bieżąco	nauczyciel biologii	cała społeczność szkolna
	Segregacja odpadów. Odpady w gospodarstwie domowym.	Gospodarka odpadami Czystość środowiska. Konieczność specjalnego postępowania ze zużytymi bateriami, świetłówkami i przeterminowanymi lekami	na bieżąco	nauczyciel biologii	cała społeczność szkolna
	Stop smogowi!	Konkurs na plakat antysmogowy, wykład	listopad	nauczyciel biologii	klasy IV-VIII

VI	Potrafię odmawiać				
	Asy Internetu	Asy Internetu to darmowy program edukacyjny oferujący między innymi scenariusze lekcji wokół bezpieczeństwa w sieci, darmowe webinaria dla rodziców, bezpłatne warsztaty i szkolenia dla nauczycieli. W konferencji wezmą udział nie tylko nauczyciele i rodzice, ale przede wszystkim uczniowie szkoły.	luty	koordynator SzPZ, wychowawcy klas	klasy V-VIII
	Hazard? Nie, dziękuję!	Celem akcji „Hazard? Nie, dziękuję” jest podniesienie świadomości osób młodych na temat zagrożeń, jakie niesie ze sobą hazard i uzależnienie od niego. Akcja ma również zwrócić uwagę, jakie konsekwencje prawne wiążą się z udziałem w procederze nielegalnego urządzania i prowadzenia gier hazardowych	cały rok szkolny	koordynator SzPZ, wychowawcy	klasy IV-VIII
	Jak zadbać o swój nastrój? Dobre życie bez używek	Udział klasy w projekcie: Lekcje z emocjami. Jak zadbać o swój nastrój? W ramach Uniwersytetu Dziecięcego. Przeprowadzenie lekcji wychowawczej według wybranego scenariusza.	I semestr	wychowawca klasy VIIb	klasa VIIb
	Uzależnienia Negatywne skutki stosowania substancji psychoaktywnych, narkotyków i środków dopingujących oraz nadużywania kawy i niektórych leków.	Opis negatywnego wpływu na zdrowie człowieka tytoniu, alkoholu, narkotyków, środków dopingujących, nadużywania kofeiny i niektórych leków na podstawie zdobytej już wiedzy i materiałów źródłowych. <i>Nagłośnienie Światowego Dnia bez Papierosa, wystawka prac plastycznych.</i>	luty - maj	nauczyciel biologii	cała społeczność szkolna
	Doping w sporcie negatywny wpływ stosowania środków dopingujących oraz sterydów	Wykłady, pogadanki z uczniami i rodzicami, filmy edukacyjne, konkurs na plakat antidopingowy.	cały rok szkolny	nauczyciel wychowania fizycznego	klasy IV-VIII
	Używki w wieku dorastania	Lekcje wychowawcze o tematyce szkodliwego wpływu używek na organizm oraz psychikę człowieka, pogadanki, praca w grupach.	cały rok szkolny	wychowawcy	klasy VI-VIII

	Bezpieczeństwo w internecie	Przeprowadzenie na lekcjach wychowawczych pogadanek. Wykorzystanie materiałów za strony fundacji – Dajmy Dzieciom Siłę.	luty - kwiecień	wychowawcy	cała społeczność szkolna
	Uzależnienie od telefonów – problemem dzisiejszej społeczności	Akcja uświadamiająca ile czasu spędzamy każdego dnia korzystając z telefonów. Zwrócenie uwagi na negatywne korzyści płynące z tego faktu oraz tego, jak wiele tracimy z życia realnego, patrząc w wyświetlacz telefonu.	marzec - czerwiec	koordynator SzPZ, wychowawcy	cała społeczność szkolna
	Dzień Bez Telefonu	Zorganizowanie szkolnego challenge'u dla uczniów i nauczycieli polegającego na przeżyciu jednego dnia bez telefonu, a dokładniej be dostępu do internetu. Uczestnicy wyzwania mają za zadanie wyłączenie WiFi w swoich telefonach oraz transmisji danych. Akcja ma na celu sprawdzenie, jak radzimy sobie bez smartfona.	luty	koordynator SzPZ, wychowawcy	cała społeczność szkolna
	Dzień Bez Papierosa	Zorganizowanie akcji informującej uczniów o zagrożeniu, jakie niesie za sobą uzależnienie od nikotyny – przygotowanie plakatów, gazetek, przeprowadzenie pogadanek.	maj	nauczyciel biologii	cała społeczność szkolna

W czasie roku szkolnego harmonogram może ulegać zmianie w związku z sytuacją epidemiczną w kraju i na świecie.