

PROGRAM
PROMOCJI ZDROWIA
„ZDROWO JEM,
SPORTOWO SIĘ CZUJĘ,
ŻYCIE LUDZKIE
URATUJĘ”

OPRACOWANY DO REALIZACJI

W

ZESPOLE SZKÓŁ SPECJALNYCH

W CZELADZI

W LATACH OD 2021 DO 2023

*Czy to obcy na ulicy,
czy ktoś bliski w szkole, w domu,
może już na ciebie liczyć,
wiesz co zrobisz: wezwiesz pomoc.
Działaj jak cię nauczono,
bezzradności powiedz: "nie!",
gdy ratujesz życie komuś
bądź spokojny.
Nie bój się, wiedzę masz,
odrzuć strach, wiedzę chwyć,
przecież człowiek dzięki tobie może żyć!*

Jachne Orda

I. Diagnoza stanu wyjściowego – rozpoznanie i opis problemów w środowisku szkolnym.

Zespół Szkół Specjalnych w Czeladzi jest szkołą z 20 oddziałami, do których uczęszcza - 100 uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym oraz znacznym.

W skład Zespołu Szkół Specjalnych wchodzi: Przedszkole, Szkoła Podstawowa, Szkoła przysposabiająca do pracy, Branżowa Szkoła I Stopnia.

W placówce panuje ciepła i rodzinna atmosfera, co sprzyja harmonijnemu rozwojowi i kształceniu zgodnie z podstawą programową oraz potrzebami uczniów. Zapewniając naszym uczniom zdobywanie wiadomości i umiejętności umożliwiających pokonanie poszczególnych etapów kształcenia oferujemy specjalistyczną opiekę i ofertę zajęć pozalekcyjnych.

Niestety, na co dzień borykamy się z wieloma problemami wynikającymi z prowadzonej w naszej szkole, w poprzednim roku szkolnym edukacji zdalnej oraz hybrydowej. Diagnoza potrzeb uczniów i rodziców w zakresie zachowań prozdrowotnych oraz sytuacja epidemiologiczna na świecie skłoniła nas do opracowania nowego Programu Promocji Zdrowia pt. „Zdrowo jem, sportowo się czuję, życie ludzkie uratuję” .

Na podstawie wniosków z przeprowadzonej ewaluacji Programu Promocji Zdrowia „Zdrowo się czuję mądrze ratuję” zdecydowano o wyborze nowych priorytetów, jakimi są utrwalanie pożądaných zachowań dotyczących reżimu sanitarnego COVID - 19 i przyzwyczajęń prozdrowotnych, promowanie umiejętności udzielania pierwszej pomocy. Jednocześnie w ramach nowego programu „Zdrowo jem, sportowo się czuję, życie ludzkie

uratując” nadal realizowane będą działania dotyczące promowania higieny osobistej, kształtowania kompetencji społecznych oraz propagowanie sportowego stylu życia.

Mając na względzie dobro i zdrowie naszych uczniów, opracowaliśmy nowy program, którego celem jest wdrożenie działań mających na celu poprawę i utrwalenie pożądanych zachowań związanych z epidemią COVID-19, przyzwyczajenie prozdrowotnych naszych uczniów oraz poszerzenie wiedzy i umiejętności na temat udzielania pierwszej pomocy.

Nauczanie zdalne, siedzący tryb życia oraz ograniczenie aktywnego spędzania czasu, spowodował u uczniów wiele zagrożeń zdrowotnych. W związku z tym w naszym programie zwrócimy szczególną uwagę na zachęcanie uczniów do sportowego, aktywnego spędzania czasu oraz wsparcie psychologiczne dla uczniów i ich rodziców.

Materiał ten został podzielony na 3 moduły, które można realizować niezależnie.

II. Główne założenia programu

Cel główny:	Doskonalenie i utrwalenie pożądanych zachowań prozdrowotnych oraz zapoznanie uczniów z podstawowymi zasadami udzielania pierwszej pomocy, wykształcenie poczucia odpowiedzialności za siebie i innych, uwrażliwienie na krzywdę drugiego człowieka, a przede wszystkim zaszczepienie idei niesienia bezinteresownej pomocy.
Cele szczegółowe:	<ul style="list-style-type: none">Rozbudzanie zainteresowania własnym zdrowiem i rozwojem;Wdrażanie do dbania o zdrowie własne i innych;Uświadomienie uczniom konieczności przestrzegania zasad bezpieczeństwa w życiu codziennym;Kształtowanie zasad związanych z bezpiecznym poruszaniem się w ruchu drogowym z bezpiecznymi feriami oraz wakacjami;Kształtowanie prawidłowych nawyków związanych z higieną i własnym bezpieczeństwem wynikających z zagrożeń epidemicznych (ze szczególnym uwzględnieniem COVID - 19);Profilaktyka prozdrowotna;

	<p>Kształtowanie umiejętności i prawidłowych postaw związanych z udzielaniem pierwszej pomocy;</p> <p>Kształtowanie i rozwijanie umiejętności zachowania się w sytuacjach trudnych i niebezpiecznych oraz unikania zagrożeń;</p> <p>Kształtowanie pozytywnych cech charakteru;</p> <p>Wdrażanie do współdziałania i współżycia w grupie;</p> <p>Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych;</p> <p>Utrwalanie prawidłowych nawyków higienicznych;</p> <p>Wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego;</p> <p>Uświadamianie znaczenia profilaktyki chorób cywilizacyjnych (choroby krążeniowo - oddechowe, nowotwory, nadwaga, cukrzyca).</p>
<p>Kryteria sukcesu:</p>	<p>Uczniowie bardziej świadomi znaczenia przestrzegania zasad bezpieczeństwa w życiu codziennym;</p> <p>Większa liczba uczniów prezentujących umiejętności zachowania się w sytuacjach trudnych i niebezpiecznych;</p> <p>Większa liczba uczniów prezentujących prawidłowe postawy związane z udzielaniem pierwszej pomocy;</p> <p>Schludny i czysty wygląd uczniów;</p> <p>Uczniowie bardziej świadomi dbania o własne zdrowie oraz znaczenia profilaktyki w zapobieganiu chorobom cywilizacyjnym.</p>
<p>Adresaci programu:</p>	<p>Wychowankowie przedszkola;</p> <p>Uczniowie szkoły podstawowej;</p> <p>Uczniowie Szkoły przysposabiającej do pracy;</p> <p>Uczniowie Branżowej Szkoły I-go stopnia;</p> <p>Rodzice uczniów i wychowanków Zespołu Szkół Specjalnych w Czeladzi;</p>

	Pracownicy pedagogiczni i niepedagogiczni Zespołu Szkół Specjalnych w Czeladzi.
Problemy priorytetowe:	<p>Rodzice i uczniowie potrzebują więcej informacji na temat reżimu sanitarnego związanego z COVID-19 oraz szczepieniami;</p> <p>Rodzice i uczniowie wymagają wsparcia psychologiczno – pedagogicznego w związku z wcześniejszą nauką zdalną;</p> <p>Nauczyciele zauważają, że uczniowie wymagają utrwalania pożądanых zachowań i przyzwyczajzeń zdrowotnych;</p> <p>Uczniowie prezentują niską świadomość prawidłowych nawyków związanych z higieną i własnym bezpieczeństwem;</p> <p>Rodzice i nauczyciele zauważają, że uczniowie wymagają kształtowania prawidłowych postaw związanych z udzielaniem pierwszej pomocy.</p>
Wykonawcy Programu:	<p>Nad realizacją programu czuwa koordynator.</p> <p>Bezpośrednimi wykonawcami programu są: pedagog szkolny, psycholog, pielęgniarka szkolna, wychowawcy klas, nauczyciele.</p>
Formy działania:	<p>Projekcja filmów, warsztaty, prelekcje, konkursy, sesja plakatowa, praca w grupach dyskusyjnych, prezentacje multimedialne, zajęcia praktyczne, zajęcia w ramach godzin wychowawczych, imprezy organizowane na terenie szkoły i poza nią, szkolenia interaktywne, wycieczki.</p>
Ewaluacja:	<p>Skuteczność programu będzie sprawdzana po realizacji poszczególnych zadań;</p> <p>Ewaluacja niniejszego programu opierać się będzie na:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obserwacji uczniów, ich zachowań podczas zajęć, a także podczas działań praktycznych,

	<ul style="list-style-type: none"> - analizie prac uczniów, ich podejścia i zaangażowania w wykonywanie powierzonych działań, - analizie oceny wystawionej przez uczniów w postaci ankiet ewaluacyjnych i aktywnych metod badawczych.
--	---

III. Moduły programu

1. Zachowania prozdrowotne

Lp.	Treści	Procedury osiągnięcia celu	Przewidywane efekty
1.	Reżim sanitarny COVID-19.	<p>1. Zapewnienie środków sanitarnych na terenie całej szkoły.</p> <p>Zakup nowoczesnego urządzenia do pomiaru temperatury ciała osób wchodzących na teren placówki.</p> <p>Systematyczna kontrola stanu zdrowia uczniów, wychowanków oraz wszystkich pracowników szkoły.</p> <p>Prelekcje dla uczniów i rodziców nt. zasad bezpieczeństwa w czasie pandemii.</p> <p>Kampania informacyjna dla uczniów i rodziców nt. szczepień.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - przestrzega procedur wprowadzonych na terenie szkoły związanych z pandemią Covid-19. <p>Społeczność szkolna czuje się bezpiecznie.</p>
2.	Higiena osobista.	<p>1. Warsztaty, prelekcje, konkurs plastyczny.</p> <p>Objęcie uczniów szkoły profilaktyczną opieką stomatologiczną.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, że zęby należy szczotkować, co najmniej dwa razy dziennie rano i wieczorem, a najlepiej po każdym posiłku, - wie jak zapobiegać

			<p>próchnicy oraz jak często należy kontrolować stan jamy ustnej,</p> <ul style="list-style-type: none"> - potrafi prawidłowo szczotkować zęby, - wie jak dbać o higienę jamy ustnej.
		<p>2. Stworzenie możliwości utrzymywania higieny na terenie szkoły.</p> <p>Dostępność i możliwość korzystania z natrysków, zapewnienie mydła i papieru toaletowego w ubikacjach.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, co to jest zdrowy styl życia, - dba o higienę ciała i czystość ubioru, - zna i rozumie zasady pielęgnacji skóry, jej budowę i funkcje, - wyjaśni znaczenie pocenia się w powiązaniu z wydalaniem i termoregulacją, - dostrzega konieczność intensywnego dbania o skórę w okresie dojrzewania,
		<p>3. Systematyczna obserwacja higieny osobistej uczniów prowadzona przez higienistkę szkolną – zapisy w dokumentacji medycznej uczniów.</p>	<p>Widoczna poprawa higieny osobistej uczniów.</p>
		<p>4. Prelekcje profilaktyczne zgodnie z tematyką zalecaną przez Sanepid.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jak chronić się przed grypą. - Prelekcja informacyjna nt. zasadności szczepień. - Znamię! Znam je. 	<p>Uczeń zna znaczenie działań i zachowań profilaktycznych dla ochrony własnego zdrowia.</p>

		- Kleszcz - wróg czy przyjaciel.	
3.	Choroby cywilizacyjne.	1. Prelekcje profilaktyczne, konkursy plastyczne, wiedzy, zawody sportowe, pogadanki uwzględniające tematykę: - cukrzyca, - otyłość, - zaburzenia odżywiania, - depresja.	Uczeń: - potrafi wymienić czynniki powodujące choroby cywilizacyjne, - wie jak należy zapobiegać chorobom cywilizacyjnym, - rozumie znaczenie profilaktyki w przeciwdziałaniu chorob cywilizacyjnych, - zna zasady zdrowego odżywiania.

2. Bezpieczeństwo w życiu codziennym- Pierwsza pomoc przedmedyczna

Lp.	Treści	Procedury osiągnięcia celu	Przewidywane efekty
1.	Bezpieczeństwo w domu.	1. Omówienie podstawowych zagrożeń bezpieczeństwa człowieka mogących wystąpić w warunkach domowych. Przygotowanie gazetki ściennej. Prezentacja multimedialna.	Uczeń: - zna domowe źródła zagrożenia bezpieczeństwa człowieka.

		<p>2. Zapoznanie uczniów z cechami i wymogami bezpieczeństwa, którym powinien odpowiadać bezpieczny dla swoich domowników dom.</p> <p>Prelekcja, praca w grupach – ustalenie cech bezpiecznego domu.</p> <p>Konkurs plastyczny – „Bezpieczny dom”.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zna podstawowe wymogi bezpieczeństwa, jakie powinien spełniać dom, mieszkanie, - zna cechy bezpiecznego domu.
		<p>3. Biomedyczne aspekty zdrowego domu.</p> <p>Uczniowie analizują środowisko domu (mikroklimat, faunę, florę, środki i substancje chemiczne) pod kątem zagrożeń zdrowia.</p> <p>Praca w grupach, prezentacja multimedialna.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - potrafi dokonać analizy przyczyny wypadków, które zdarzyły się w domu, - potrafi określić stan zagrożenia domowymi wypadkami.
		<p>4. Problemy odpadów bytowych w mieszkaniu, domu, środowisku lokalnym.</p> <p>Uczniowie określają swój udział w utrzymaniu ekologicznie czystego środowiska, bezpiecznego dla zdrowia i funkcjonowania człowieka.</p> <p>Organizacja akcji:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprzątanie Świata - Dzień Ziemi <p>Przygotowanie gazetki ściennej o treściach ekologicznych.</p> <p>Współpraca z fundacją Nasza Ziemia.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - potrafi określić rodzaje odpadów, - potrafi segregować odpady.
2.	Bezpieczna szkoła.	<p>1. Zapoznanie uczniów z regulaminami dotyczącymi bezpieczeństwa w szkole.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - czuje się bezpiecznie na terenie szkoły.
		<p>2. Jak uczynić moją szkołę bezpieczną?</p>	<p>Uczeń:</p>

		<p>Czy moje zachowanie nie stwarza zagrożenia dla innych? Uświadomienie uczniom, które z ich zachowań są niewłaściwe i stwarzają zagrożenia dla innych. Prelekcja, rozmowy na lekcjach wychowawczych, przygotowanie plakatu.</p>	<p>- ma świadomość, które zachowania mogą stwarzać niebezpieczeństwo dla niego samych i pozostałych uczniów, - potrafi właściwie zareagować, gdy widzi niebezpieczne zachowania wśród innych uczniów.</p>
		<p>3. Związek między określonymi zachowaniami, a zdrowiem psychicznym. Prelekcja, opracowanie zasad higieny psychicznej. Warsztaty z psychologiem i pedagogiem szkolnym oraz rozmowy z uczniami na godzinach wychowawczych.</p>	<p>Uczeń: - zna konkretne działania mające wpływ na jego zachowanie w szkolenie.</p>
		<p>4. Warsztaty na temat umiejętności reagowania w sytuacjach stresowych. Prelekcja na temat właściwego motywowania się do pracy i odpoczynku po niej. Warsztaty kultura słowa, a komunikacja. Realizacja Projektu „Rozmawiamy bez wulgaryzmów”.</p>	<p>Uczeń: - znają sposoby rozwiązywania konfliktów, - potrafi w sposób właściwy zachować się w sytuacjach konfliktowych.</p>
		<p>5. Konflikty i sposoby jego rozwiązywania pogadanki z psychologiem i pedagogiem szkolnym, Wdrażanie Szkolnego Dekalogu Rozwiązywania Konfliktów – Samorząd Uczniowski Dyżury nauczycieli na korytarzach oraz w stołówce szkolnej</p>	<p>Uczeń: - znają opracowany przez siebie Szkolny Dekalog Rozwiązywania Konfliktów.</p>

		Kształtowanie prawidłowych zachowań uczniów na lekcjach, przerwach międzylekcyjnych, podczas uroczystości szkolnych, wycieczek i imprez organizowanych na terenie szkoły i poza nią.	
3.	Organizacja bezpiecznej nauki.	1. Zorganizowanie kampanii informacyjnej na temat chorób kręgosłupa i czynników, jakie je powodują. Pokaz prawidłowego siedzenia przy biurku. Zrealizowanie projektu: "Moje miejsce do nauki". Pokaz ćwiczeń fizycznych sprzyjających zachowaniu zdrowia i zapobiegających powstawaniu chorób kręgosłupa.	Uczeń: - zna budowę funkcje kręgosłupa, - wymienia czynniki wpływające na powstawanie schorzeń i skrzywień kręgosłupa, - wie jak zapobiegać tym schorzeniom.
		2. Przypomnienie zasad bezpiecznej i higienicznej pracy w szkole.	Uczeń: - potrafi zorganizować prawidłowe i higieniczne stanowisko pracy oraz nauki, - zna wpływ ćwiczeń fizycznych na wszechstronny rozwój organizmu, - zna zasady bezpiecznej i higienicznej pracy w szkole.
		3. Przypomnienie zasad bezpiecznego i higienicznego korzystania z komputera.	Uczeń: - zna zasady prawidłowej pracy przy komputerze, - potrafi w sposób bezpieczny i higieniczny

			zorganizować sobie miejsce nauki.
		4.Konkurs plastyczny jak powinno wyglądać bezpieczne miejsce nauki „Moje miejsce nauki”.	Uczeń: - bierze udział w konkursie plastycznym.
4.	Bezpieczeństwo w ruchu drogowym.	<p>1. Organizacja konkursu „Bezpieczna droga do szkoły” - konkurs plastyczny - konkurs wiedzy o bezpieczeństwie w ruchu drogowym.</p> <p>2. Prowadzenie zajęć z wychowania komunikacyjnego na lekcjach techniki.</p> <p>3. Pogadanki na lekcjach wychowawczych dotyczące bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię, odpowiedniego zachowania w czasie dowozu.</p>	Uczeń: - potrafi bezpiecznie poruszać się po drodze.
5.	Udzielanie pierwszej pomocy.	<p>1. Wypracowanie wzorca zachowania się w sytuacjach zagrożenia życia własnego lub życia innych osób.</p> <p>2. Prezentacja multimedialna „Pierwsza pomoc”, pokaz sztucznego oddychania z wykorzystaniem fantomu skierowana do uczniów, rodziców, pracowników szkoły.</p> <p>3. Organizacja szkolnego konkursu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.</p>	Uczeń - udzieli pierwszej pomocy w najczęstszych urazach, - ma świadomość, że udzielanie pierwszej pomocy jest obowiązkiem każdego człowieka, - zna zasady reanimacji człowieka, - potrafi wezwać pomoc w stanach zagrożenia życia i w chorobie, - zna zasady prawidłowego i bezpiecznego stosowania leków, - rozumie potrzebę pomocy ludziom

			starszym i niepełnosprawnym.
6.	Zagrożenia bezpieczeństwa i działania ratownicze.	<p>1. Szkolenie WDN – przypomnienie procedury ewakuacji uczniów i pracowników naszej szkoły. Przypomnienie uczniom instrukcji alarmowej i zasad ewakuacji</p> <p>2. Droga ewakuacyjna w naszej szkole. Próbną ewakuacją. Konkurs z znajomości zagrożeń ogłaszanych alarmami. Zapoznanie uczniów z postępowaniem w przypadku powodzi, pożaru, huraganu i innych zagrożeń</p> <p>3. Szkolenie WDN “Zdrowie psychiczne i fizyczne naszych uczniów” - zapoznanie grona pedagogicznego ze stanem zdrowia każdego ucznia.</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zna i przestrzega zasad bezpieczeństwa w szkole i poza nią, - zna skutki promieniowania jądrowego oraz efektu cieplarnianego, - zna drogę ewakuacyjną, - rozpoznaje dzwonki alarmowe, - wie, że należy zachować porządek i dyscyplinę w czasie ewakuacji.

III. Zdrowie ciała i ducha daje sportowy i aktywny tryb życia

Lp.	Treści	Procedury osiągnięcia celu	Przewidywane efekty
1.	Rozwój sprawności ruchowej.	<p>1. Organizacja Szkolnych Zawodów Sportowych (Mikołajkowe Zawody Sportowe, Dzień Dziecka na Sportowo):</p> <ul style="list-style-type: none"> - gry i zabawy ruchowe: skoczne, rzutne, kopne, tory przeszkód 	<ul style="list-style-type: none"> - Poznanie wpływu aktywności ruchowej na funkcjonowanie organizmu. - Rozwój i doskonalenie zdolności motorycznych.

		<p>szybkościowo-zwinnościowe.</p> <p>2. Udział uczniów w Międzyszkolnych Zawodach Sportowych (Integracyjna Olimpia, Olimpiada Sportowa dla dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu umiarkowanym i znacznym, Mistrzostwa Śląska i Zagłębia Dart, Olimpiada Sportowa dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnej ruchowo, Ostojada, Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych). Gry zespołowe (uproszczona „gra w dwa ognie”, gra w bulle, zespołowy turniej w Darta. Gry rzutne, skoczne, z mocowaniem, zręcznościowe</p> <p>3. Cykliczna organizacja Integracyjnych Mistrzostw Śląska i Zagłębia w Tenisie Stołowym -rozgrywki w tenisa stołowego.</p> <p>4. Realizacja godzin z wychowania fizycznego zgodnie z zainteresowaniami uczniów: -Piłka siatkowa, Tenis Stołowy, Unihokej, Nordic Walking, Marszobiegi Terenowe, gry i zabawy ruchowe, lotki, Piłka nożna halowa, zajęcia taneczne.</p> <p>5. Organizacja pikniku rodzinnego: - gry zręcznościowe, skoczne, rzutne,</p>	<p>- Pozytywny wpływ i poprawa funkcjonowania układów: krążeniowo-oddechowego, kostno-stawowego, mięśniowego, nerwowego.</p> <p>- Wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego.</p> <p>- Poznanie i przestrzeganie przepisów gier i zabaw.</p> <p>-Poznanie i przestrzeganie zasady „fair play”.</p> <p>-Współodpowiedzialność grupy za wynik.</p> <p>- Integracja grupy.</p> <p>- Integracja lokalnego środowiska osób niepełnosprawnych</p> <p>-Poznanie dyscyplin sportowych, które można uprawiać w czasie wolnym</p> <p>-Aktywne spędzanie czasu wolnego w gronie rodziny.</p> <p>- Aktywne uczestnictwo w zajęciach z wychowania fizycznego.</p>
--	--	--	--

		z mocowaniem, piłka siatkowa balonowa.	
2.	Rozumienie znaczenia różnych form aktywnego wypoczynku dla rozwoju człowieka w okresie jego intensywnego rozwoju.	1. Prelekcja na temat zagrożeń dla zdrowia wynikających z pasywnego trybu życia. 2. Realizacja projektu: „Tydzień z życia aktywnego nastolatka” poprzez zbieranie propozycji uczniów na temat aktywnego spędzania czasu wolnego.	- wiedza na temat znaczenia ruchu dla zdrowia człowieka. - wzrost aktywności na lekcjach Wychowania fizycznego. - potrafi zaplanować aktywny wypoczynek - zna znaczenie aktywności fizycznej dla rozwoju młodego człowieka.
3.	Wsparcie psychologiczne dla uczniów i ich rodziców.	Objęcie wszystkich rodziców i uczniów pomocą psychologiczno - pedagogiczną. Cykliczne spotkania zespołu pomocy psychologiczno - pedagogicznej z rodzicami i opiekunami uczniów. Rozmowy i konsultacje indywidualne z rodzicami i uczniami w sytuacjach wymagających wsparcia. Stała współpraca z poradniami psychologiczno - pedagogicznymi. Tematyczne warsztaty i szkolenia w ramach realizacji programu wychowawczo - profilaktycznego dla uczniów i ich rodziców.	Uczniowie i ich rodzice wiedzą do kogo zwrócić się o wsparcie psychologiczno - pedagogiczne. Biorą udział w różnych formach wsparcia, szkoleniach.

IV. Bibliografia

Bohming U., Nasze zdrowie. Poradnik dla całej rodziny, Warszawa 1999.

Dobrzańska A., Gajewska D., Goniprowska E., Badania sposobu żywienia i stanu odżywiania dzieci przedszkolnych z regionów wiejskich, "Medycyna wiejska", Zeszyt 26, 1998.

Forster D., Pilke S., Promocja zdrowia, Lublin 1998.

Koszczyca T [et al.] Aktywność ruchowa dzieci i młodzieży; Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. - Wrocław : Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, 2007

Kulmatycki L, Promocja zdrowia w kulturze fizycznej : kryteria dobrej praktyki: Wydaw. AWF, Wrocław 2003

Kulmatycki L., Lekcja relaksacji, Wrocław 1999.

Sherbone V., Ruch rozwijający dla dzieci, Warszawa 1999.

Szybka P, Edukacja dzieci w wieku przedszkolnym w zakresie pierwszej pomocy przedmedycznej: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków 2009.

Wojnarowska B, Sokołowska M, Szkoła promująca zdrowie : doświadczenia dziesięciu lat : poradnik dla koordynatorów zespołów promocji zdrowia szkolnych, lokalnych i wojewódzkich Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zdrowotnej, Warszawa 2000

Wojnarowska B., Edukacja zdrowotna w szkole, Warszawa 1995.b Żuchelkowska K., Wojciechowska K., Promocja zdrowia w edukacji dzieci przedszkolnych, Bydgoszcz 2000.

Wojnarowska B., Promocja zdrowia, Warszawa 1994.

Zalewska – Meler A., Lider zdrowia w edukacji - między wyzwaniem a zaniechaniem; Akademia Pomorska. - Słupsk : Wydawnictwo Naukowe Akademii Pomorskiej, 2007

Dubińska B., Kowalewski M., Olechowska A.: Program nauczania pierwszej pomocy przedmedycznej uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w klasach IV-VI, Warszawa 2010.

Mikołajczak A., Pierwsza pomoc- ilustrowany poradnik, Poznań 2008

Praca zbiorowa pod red. R. Piotrowicza: Nauczanie pierwszej pomocy przedmedycznej uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w szkole podstawowej - Przewodnik metodyczny dla nauczycieli, Warszawa 2011

