 **Základná škola, Nám. L. Novomeského 2, Košice**

**PRÍLOHA**

**Plán činnosti koordinátorov – Zdravý životný štýl**

**Koordinátori : Mgr. Jana Lábajová (I. stupeň)**

**Mgr. Zuzana Guzová (II. stupeň)**

**Školský rok : 2017 / 2018**

**Základná škola Nám. L. Novomeského 2, 040 01 Košice:**

**Zdravý životný štýl**

1. V súlade s Európskym politickým rámcom Zdravie 2020 sa odporúča školám venovať pozornosť výchove k zdraviu v zmysle holistického prístupu k zdraviu a zdravému životnému štýlu .

2. Školám a školským zariadeniam sa odporúča:

a) aktívne zapájať deti a žiakov do aktivít a programov, ktoré podporujú výchovu ku zdraviu a zdravý životný štýl,

b) realizovať aktivity a programy na podporu telesného a duševného zdravia,

c) zvýšiť zapojenie detí a žiakov do pohybových aktivít, rozšíriť vyučovanie telesnej a športovej výchovy v ŠkVP,

d) podľa možností školy vytvoriť podmienky na vyučovanie voliteľného predmetu výchova k zdraviu,

e) venovať v školách zvýšenú pozornosť prevencii užívania alkoholu a tabaku a odvykaniu od nich,

f) informovať žiakov o škodlivých a vedľajších účinkoch nelegálnych a dopingových látok.

3. Školám a školským zariadeniam sa odporúča aktívne zapájať do Európskeho týždňa športu, iniciatívy Európskej komisie na podporu športu a pohybovej aktivity v celej Európskej únii. Informácie o Európskom týždni športu sú dostupné na www.tyzdensportu.sk.

4. Školy môžu využiť informácie, metodiky a príklady dobrej praxe na www.bezpre.sk, www.statpedu.sk. Odporúča sa využívať aj metodiky Európskej siete škôl podporujúcich zdravie na www.schools-for-health.eu.

5. Odporúča sa umožniť športovcom spájať prostredníctvom prispôsobených programov športovú činnosť so vzdelávaním formou individuálnych študijných plánov, doplnkovou prípravou a flexibilitou v plánovaní ich hodnotenia.

6. Odporúča sa taxatívne vymedziť v školskom poriadku opatrenia pre prevenciu a zamedzenie šírenia legálnych a nelegálnych drog v školách. Navrhované opatrenia prediskutovať so žiakmi a zákonnými zástupcami žiakov školy.

7. Odporúča sa prevenciu drogových závislostí a prevenciu rizikového správania detí a žiakov realizovať ako integrálnu súčasť výchovno-vzdelávacieho procesu pod gesciou regionálneho centra pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie (ďalej len „CPPPaP“).

8. Odporúča sa vedeniu školy, učiteľovi – koordinátorovi prevencie a triednemu učiteľovi priebežne informovať zákonných zástupcov o preventívnych aktivitách školy, ako aj o možnostiach odbornej pomoci, ktorú poskytujú CPPPaP.

9. Pri realizácii preventívnych aktivít a programov sa odporúča venovať zvýšenú pozornosť ich efektivite. Jednorazové aktivity, kultúrne podujatia, moralizovanie a zastrašovanie nie sú efektívne stratégie v danej oblasti.

10. V súlade s Národným programom prevencie HIV/AIDS sa odporúča zapojenie do celoslovenskej školskej kampane Červené stužky – www.cervenestuzky.sk.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **P. č.** | **a) Dátum konania aktivity**  **b) Cieľ aktivity** | **a) Názov aktivity**  **b) Forma realizácie – beseda, prednáška, súťaž, tvorivá dielňa, mediálna kampaň, iné – vypísať**  **c) Realizátor** | **a) cieľová skupina (žiaci, triedy, učitelia)**  **b) miesto realizácie**  **c) počet účastníkov** | 1. **Časová dotácia** 2. **Forma hodnotenia** |
| 1 | a) 14.9.2017  b) Ochrana človeka a zdravia | a)Jesenné účelové cvičenie  b) prednášky, súťaž  c) Mgr. Zuzana Guzová | 1. 5. -9. ročník 2. ZŠ Nám.L.Novomeského 2, Košice /park Anička | a) 5 vyuč. hodín  b) slovné hodnotenie |
| 2 | a) 23.-30.9.  b) venovanie pozornosti zdravej životospráve a pohybu, Beh s učiteľmi | 1. Európsky týždeň športu 2. Beseda, súťaže, športové aktivity 3. Mgr. Z.Guzová, Mgr. M. Zibrinyí | 1. Žiaci 5.-9. ročníka 2. ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice | a) 1. vyučovacia hodina  b) |
| 3 | a, október 2017  b, týždeň zameraný na protistresové aktivity | a, Týždeň boja proti stresu  b, besedy, relaxačné cvičenia v rámci TEV  c, Mgr. Z. Guzová, Mgr. M. Zibrinyí | a, žiaci 5. – 9. čočníka  b, ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice  c, | a,  b, |
| 4 | a, december 2017  b, školská turnaj v športovej hre | a, Vianočný turnaj v prehadzovanej / volejbale  b, súťaž  c, Mgr. Z. Guzová, Mgr. M. Zibrinyí | 1. Žiaci 7.-9. ročníka 2. ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice   c, | a, 5. Vyuč. hodín  b, |
| 5 | a, február 2017  b, výučba zjazdového lyžovania | a, Lyžiarsky kurz  b, kurz  c, Mgr. Z. Guzová, Mgr. M. Zibrinyí | a, Žiaci 7. ročníka  b, podľa ponuky  c, | a, 23. Vyuč. hod.  b, hodnotenie klasifikáciou |
| 6 | a, máj 2017  b, ochrana človeka a zdrvia | a, Účelové cvičenie  b, prednášky, súťaž  c, Mgr. Z. Guzová | a, 5.-9. Ročník  b, Park Anička  c, | a, 5. Vyuč. hodín  b, |
| 7 | a, november 2017  b, správanie sa chodcov v cestnej premávke | a, Nemotoroví účastníci cestnej premávky  b, beseda  c, Mgr. Guzová, kap. Mgr. D. Šemegdová | a, 5. Ročník  b, ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice  c, | a, 1. Vyuč. hodina  b, |
| 8 | a, máj 2017  b, zapojenie sa do súťaže z dopravnej výchovy | a, Na bicykli bezpečne  b, súťaž  c, Mg. Z. Guzová | a, 5. ročník  b, Košický kraj  c, 4 | a, 6. Vyuč. hodín  b, |
| 9 | a, október – jún 2017  b, aktívna účasť žiakov na súťažiach organizovaných: CVC Košice, Mesto Košice, Zober loptu nie drogy, Mestská športová liga | a, Športové súťaže OK, Mesta Košice, ZLND, ŠŠL  b, súťaž  c, Mgr. Z. Guzová, Mgr. M. Zibrinyí | a, 5.-9. ročník  b, Košice / Košický kraj  c, podľa propozícií | a,  b, |
| 10 | a, do 29.2.2017  b, zúčastniť sa počas hodiny TEV besedy na tému drogy | a, Prevencia látkových závislosti z dôrazom na legálne drog  b, beseda  c, Mgr. Kellemeš, Mgr. Guzová, Mgr. M. Zibrinyí | a, 6. ročník  b, ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice  c, | a, 1. vyuč. hodina  b, |
| 11 | a, do 30.11.2017  b, na hodinách TEV venovať pozornosť v boji proti AIDS | a, Červené stužky  b, zbierka  c, Mgr. Kellemeš | a, 5. – 9. ročník  b, ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice  c, | a,  b, |
| 12 | a,26.6.2017  b, v rámci hodiny TEV si vypočuť reláciu zameranú na zneužívanie drog | a, Medzinárodný deň proti zneužívaniu drog a obchodovania s nimi  b, rozhlasová relácia  c, Mgr. Kellemeš | a, 5. – 9. ročník  b, ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice  c, | a, 1. vyuč. hod.  b, |

**Poznámka:**

**Spracoval: Mgr. Z. Guzová**

**Kontakt:** [**guzova.zsnovomke@gmail.com**](mailto:guzova.zsnovomke@gmail.com)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **P. č.** | **a) Dátum konania aktivity**  **b) Cieľ aktivity** | **a) Názov aktivity**  **b) Forma realizácie – beseda, prednáška, súťaž, tvorivá dielňa, mediálna kampaň, iné – vypísať**  **c) Realizátor** | **a) cieľová skupina (žiaci, triedy, učitelia)**  **b) miesto realizácie**  **c) počet účastníkov** | 1. **Časová dotácia** 2. **Forma hodnotenia** |
| 1 | a) 22.9.2017  b) venovanie pozornosti ústnej hygiene, ústnemu zdraviu | a)Ústna hygiena  b) prednáška  c) Odbor podpory zdravia RÚVZ Košice | a) 1. - 3. ročník  b) ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice /spoločenské miestnosť  c) 310 | a) 4 vyuč. hodín  b) |
| 2 | a) 28.9.2017  b) podpora športovania žiakov, tímová práca a zmysel pre fair play. | a) Európsky týždeň športu  b )Turnaj vo vybíjanej medzi žiakmi tretích a štvrtých ročníkov  c) Mgr. Jana Lábajová, Mgr. Erika Šipošová | a) 3.- 4. ročník  b) ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice  c) 88 | a) 5 vyučovacím hodín  b) |
| 3 | a)október 2017  b) zameranie sa na protistresové aktivity v rámci TEV. | a) týždeň boja proti stresu  b) relaxačné cvičenia v rámci TEV  c) uč. TEV prvého stupňa | a) žiaci prvého stupňa  b) ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice/ telocvične/  c) 421 | a, 5 vyučovacích hodín  b, |
| 4 | a) 16.10.2017  podporiť zdravé stravovanie u detí | a) Deň zdravia  výstava zdravých jedál v šk. jedálni  výroba plagátov k dňu zdravia  b) výstava, prezentácie jedál v jedálni  c) učitelia prvého stupňa | a) Žiaci prvého stupňa  b) ZŠ Nám. L. Novomeského 2, Košice /jedáleň, triedy, chodby   1. 421 | a, 5. Vyuč. hodín  b, |
| 5 | a) február 2017  b)výučba zjazdového lyžovania | a) Lyžiarsky kurz  b) kurz  c) Mgr. Jana Lábajová | a) žiaci 4.ročníkov  b) podľa ponuky  c) | a, 23. Vyuč. hod.  b) |
| 6 | a) jún  b) organizovanie didaktických hier | a) Didaktické hry  b) hry, súťaže  c) Mgr. Jana Lábajová | a) Žiaci prvého stupňa  b) Mestský park Košice  c) 421 | a) 4 vyuč. hodín  b) |
| 7 | a) máj 2017  b) ohľaduplnosť v cestnej komunikácii, poznať základné pravidlá správania sa na cestách, chodníkoch | a) Dopravná výchova  b) prednáška, aktivity na dopravnom ihrisku  c) Mgr. Jana Lábajová | a) žiaci 2. ročníkov  b) Dopravné ihrisko, Alejová 2  c) 110 | a) 4 vyuč. hodín  b) |
| 8 | a) október – jún 2017  b) aktívna účasť žiakov na súťažiach organizovaných: CVC Košice, Mesto Košice, Zober loptu nie drogy, Mestská športová liga | a) Športové súťaže OK, Mesta Košice, ZLND, ŠŠL  b) súťaž  c) Mgr. Jana Lábajová | a) 1.- 4. roč.  b) Košice / Košický kraj  c) podľa propozícií | a)  b) |

**Poznámka:**

**Spracoval: Mgr. Jana Lábajová**

**Kontakt: jana.labajova52@gmail.com**