PROGRAM DZIAŁALNOŚCI SZKOLNEGO KOŁA PCK

przy Publicznym Gimnazjum w Rogowie

w roku szkolnym 2002/2003

Opracowała – Mariola Lipska, opiekun koła

Założenia ogólne

1. Wspomaganie szkoły w realizacji zadań opiekuńczych i wychowawczych.
2. Szerzenie idei czerwonokrzyskich.
3. Propagowanie międzynarodowego prawa humanitarnego.
4. Popularyzacja działalności PCK i działań młodzieży w Stowarzyszeniu.
5. Promocja zdrowego stylu życia i życia w bezpieczeństwie.
6. Profilaktyka uzależnień.
7. Kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych.
8. Kształtowanie postawy altruizmu oraz zachowań przejawiających się wrażliwością na los drugiego człowieka, chęcią niesienia pomocy.
9. Kształcenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.
10. Stworzenie możliwości prezentacji i realizacji własnych pomysłów oraz możliwości współzawodnictwa.
11. Objęcie wpływem jak największej liczby uczniów poprzez organizowanie imprez ogólnoszkolnych.
12. Promocja zdrowia w środowisku we współpracy z lokalnymi instytucjami.

Cele operacyjne – uczestnik programu:

- Zna podstawowe zasady działania ruchu Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca.
- Potrafi określić zakres działań PCK oraz działalności młodzieży w organizacji.
- Zna ważniejsze informacje z historii Międzynarodowego i Polskiego Czerwonego Krzyża.
- Zna nazwiska osób zasłużonych dla ruchu czerwonokrzyskiego.
- Potrafi podać najważniejsze ustalenia międzynarodowego prawa humanitarnego.
- Wie, jakie struktury tworzą Międzynarodowy i Polski Czerwony Krzyż.
- Angażuje się w akcje pomocy potrzebującym.
- Ma bogaty system wartości moralnych.
- Potrafi dostrzegać cierpienie, krzywdę, potrzeby innych i stara się im zaradzić.
- Zna podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej i potrafi zastosować je w praktyce.
- Propaguje zdrowy styl życia i żyje zgodnie z jego zasadami.
- Prawidłowo odżywia się.
- Umie racjonalnie zaplanować czas pracy i wypoczynku.
- Potrafi interesująco i zdrowo spędzać czas wolny.
- Dba o higienę osobistą i otoczenia.
- Radzi sobie w sytuacjach stresowych.
- Bierze udział w imprezach kulturalnych, turystycznych z elementami prozdrowotnymi.
- Zna rolę honorowego krwiodawstwa.
- Zna wpływ substancji uzależniających na organizm.
- Umie w sposób racjonalny korzystać z komputera i telewizji.
- Potrafi stanowczo odmówić zażycia substancji psychoaktywnych, alkoholu czy zapalenia papierosa.
- Zna instytucje udzielające pomocy uzależnionym, głównie działające na najbliższym terenie.
- Zna najważniejsze choroby zakaźne, w tym AIDS i sposoby zapobiegania im.
- Współzawodniczy w konkursach wiedzy, plastycznych, turniejach sportowych.
- Bierze udział w akcjach organizowanych przez zarządy PCK.
- Reprezentuje szkołę w Olimpiadzie Promocji Zdrowego Stylu Życia i innych.

Formy realizacji

1. Spotkania koła PCK – 1-2 razy w miesiącu.
2. Różnorodne imprezy organizowane przez zarząd szkolnego koła i zarządy PCK wyższych szczebli.
3. Udział w akcjach prozdrowotnych i pomocowych.
4. Prowadzenie gazetki i kroniki koła.

Zadania	Sposoby realizacji	Termin
I. Zapoznanie z działalnością Międzynarodowego Czerwonego Krzyża i PCK oraz ich historią. Popularyzacja idei organizacji.	Popularyzacja działalności koła PCK na terenie szkoły – przyjęcie nowych członków z klas pierwszych, wybory zarządu. Składki członkowskie na rok 2003. Poszukiwanie informacji w sieci internetowej, publikacjach wydawniczych, broszurach czerwonokrzyskich. Przedstawianie informacji na gazetce koła. Organizacja konkursów wiedzy, plastycznych m.in. z okazji Dnia Młodzieży PCK (konkurs dla klas na plakat o działalności młodzieży w organizacji, konkurs wiedzy z zakresu zdrowia i ruchu Czerwonego Krzyża). Konkurs „Jak zdrowo żyć” dla szkół podstawowych z terenu gminy (w zakresie treści także historia CK). Udział w akcjach zarządów PCK różnych szczebli. Udział w Olimpiadzie Promocji Zdrowego Stylu Życia.	wrzesień styczeń wrzesień-październik październik maj według kalendarza imprez
II. Profilaktyka uzależnień.	Zajęcia „Dziękuję nie” na temat wpływu używek na organizm, kształtujące umiejętność odmawiania (przy okazji Dnia Rzucania Palenia - listopad, Tygodnia Trzeźwości – marzec, konkursu „Narkomania a zdrowie”- kwiecień). Przedstawianie informacji, ulotek dotyczących uzależnień oraz adresów instytucji wspierających osoby uzależnione na gazetce koła. Rozprowadzanie ulotek z SANEPID-u w ramach akcji „Rzuć palenie razem z nami”. Udział w konkursie plastycznym ph. „Narkomania a zdrowie”. Udział w Olimpiadzie Promocji Zdrowego Stylu Życia.	według kalendarza imprez listopad kwiecień kwiecień, maj
III. Propagowanie zdrowego stylu życia.	Przedstawianie informacji na temat zdrowego żywienia, właściwego wypoczynku, higieny ciała i otoczenia, sposobów radzenia sobie ze stresem przed klasówkami, egzaminami oraz chorób zakaźnych (w tym AIDS) i sposobów zapobiegania im na gazetce koła. Spotkania koła z pogadankami, dyskusjami, przedstawieniami poruszającymi powyższe problemy. Przygotowanie gazetki tematycznej z okazji Światowego Dnia Walki z AIDS oraz przeprowadzenie ankiety „Co wiem o AIDS i HIV? Obchody Dnia Młodzieży PCK – międzyklasowy turniej wiedzy o zdrowiu i Czerwonym Krzyżu. Gazetka z okazji Międzynarodowego Dnia Zdrowia. Organizowanie konkursów czystości, turniejów sportowych, wycieczek. Udział w Olimpiadzie Promocji Zdrowego Stylu Życia.	luty-marzec grudzień październik kwiecień-czerwiec
IV. Popularyzacja idei honorowego krwiodawstwa.	Udział w konkursie plastycznym ph. „Krew ratuje życie” organizowanych przez Zarząd Rejonowy PCK w Rypinie. Pogadanki o roli i historii krwiodawstwa. Zbieranie informacji na temat roli krwi, preparatów krwiopochodnych w lecznictwie, możliwości oddawania krwi na najbliższym terenie – wywiady z lekarzem,	listopad

Zadania	Sposoby realizacji	Termin
	pielęgniarką z punktu krwiodawstwa. Przygotowanie gazetki tematycznej z okazji Dni Honorowego Krwiodawstwa.	
V. Pomoc potrzebującym.	Zbiórka do puszek PCK – kwesta szkolna oraz zorganizowanie sklepiku przy okazji dyskoteki otrzęsinowej i przeznaczenie części dochodu do puszki na pomoc dla potrzebujących rodzin. Szkolny finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy we współpracy z Samorządem Uczniowskim. Rozprowadzanie znaczków odblaskowych – „miś Finli". Wytypowanie rodzin do otrzymania paczek żywnościowych, darmowych podręczników (opiekun koła z wychowawcami klas).	październik styczeń marzec wrzesień, październik
VI. Ratownictwo - „Pierwsza pomoc"	Kurs pierwszej pomocy przedmedycznej. Przedstawianie informacji o sposobach udzielania pierwszej pomocy na gazetce koła. Umieszczanie tematyki pierwszej pomocy przedmedycznej w zakresie treści konkursów wiedzy (Dzień Młodzieży PCK, konkurs dla szkół podstawowych, szkolny etap Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia).	październik listopad oraz według kalendarza konkursów

Tematyka spotkań koła.

Wrzesień

1. Działalność Międzynarodowego Czerwonego Krzyża i Polskiego Czerwonego Krzyża – powstanie, struktury, zasady działania.
2. Jak możemy pomóc potrzebującym? – Planujemy działania charytatywne.

Październik

3. Propozycje zadań koła opracowane przez Rejonową Radę Młodzieżową PCK we Włocławku.
4. Obchody Dnia Młodzieży PCK – spotkanie organizacyjne.

Listopad

5. Rola krwi, historia krwiodawstwa – sprawozdanie z wywiadów, wprowadzenie do konkursu plastycznego „Krew ratuje życie".
6. „Dziękuję, nie palę"- uczymy się odmawiania. Skutki palenia papierosów.

Grudzień

7. Światowy Dzień Walki z AIDS – zachowania bezpieczne i ryzykowne. Analiza ankiet nt. HIV/AIDS.

Styczeń

8. Szkolny finał WOŚP – Pomagamy dzieciom w szpitalach. Propozycje imprez, przydział zadań.

Luty

9. Piramida pokarmowa – zasady zdrowego żywienia.
10. Jak radzić sobie ze stresem przed klasówką i egzaminem? Jak mądrze wypoczywać?

Marzec

11. Choroby zakaźne i zapobieganie im.
12. „Trzeźwo patrzę na świat"- zagrożenia ze strony alkoholu.

Kwiecień

13. Szkolny etap Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia.
14. „Dziękuję, nie"- przyczyny i skutki zażywania narkotyków. Wprowadzenie do konkursu plastycznego „Narkomania a zdrowie".

Maj

15. Stres przed egzaminem – ćwiczenia relaksacyjne.
16. Dzień Czerwonego Krzyża – historia powstania MCK, sylwetka Henry'ego Dunanta.

Czerwiec

17. Ciekawie i zdrowo spędzamy czas wolny – wycieczki piesze i autokarowe. Podsumowanie całorocznej pracy koła.