

"Żyjmy dłużej, zdrowiej i ciekawiej"

W ramach programu profilaktyczno - wychowawczego pt. "Żyjmy dłużej lepiej i ciekawiej" opracowanego przez Pedagogów Szkolnych i Komisję Wychowania Fizycznego, w listopadzie w Zespole Szkół im. ks. dra Jana Zwierza 30.11.2015r. na hali widowiskowo-sportowej w Ropczycach odbyły się Mistrzostwa Szkoły w Piłkę Siatkową Dziewcząt połączone z prelekcją przeprowadzoną przez Higienistkę Szkolną panią **Halinę Rudny** na temat szkodliwości palenia papierosów. Celem prelekcji było uświadomienie młodzieży, że palenie papierosów jest niebezpiecznym uzależnieniem, niosącym za sobą wiele negatywnych skutków. Sięgając po papierosa, nie zdajemy sobie sprawy, jak szybko możemy wpaść w nałóg. Niewinne branie papierosa, "puszczanie dymka" dla szpanu, mody czy towarzystwa, często kończy się tym, że człowiek staje się ofiarą nikotyny. Bez papierosa nie może żyć, funkcjonować, staje się nerwowy i niecierpliwy. Palenie również powoduje bardzo poważne choroby. Są to nowotwory płuc i krtani.

Nikotyna i substancje smoliste zatrują cały organizm, powodują niedotlenienie serca, miażdżycę naczyń i prowadzą do zawału serca. Pani higienistka podkreśliła, że każdy papieros skraca życie palaczowi o kilka minut. Wynika to z tego, że każdy nałogowy palacz z własnej głupoty i na własne życzenie, skraca swe życie o parę lat. Z drugiej strony, szkodząc sobie, szkodzi także innym. Pani Halina Rudny zwróciła również uwagę na to, że każdy palacz na co dzień nosi znamiona swego nałogu. Poszarzała cera, żółte zęby i palce, nieświeże ubranie, przesiąknięte wonią papierosów. Wygląd ten jest zaprzeczeniem człowieka zdrowego, wysportowanego, eleganckiego, z niechęcią widzianego wśród ludzi, prowadzących zdrowy tryb życia. W szkole w ramach programu profilaktycznego - wychowawczego pt. "Żyjmy dłużej, lepiej i ciekawiej" przeprowadzono podczas lekcji wychowawczych zajęcia z profilaktyki antynikotynowej, zorganizowano również wśród społeczności szkolnej konkurs plastyczny o w/w tematyce.

Jury konkursowe w skład którego wchodził wicedyrektor **Janina Pupa**, nauczyciele WF
pani **Monika Kubik**
i pan **Roman Bochenek**

Program profilaktyczno-wychowawczy

Wpisany przez Administrator

czwartek, 03 grudnia 2015 18:25 - Poprawiony czwartek, 03 grudnia 2015 18:42

wyłonili zwycięzców:

I miejsce zajęły :

Katarzyna Stasiowska z kl. IV TEH

Angelika Popiel z kl. III TFS

Katarzyna Bochnak z kl. IV TH

Paulina Urbanek z kl. IV TH

II miejsce zajął :

Mikołaj Róg z kl. III TO

{besps}/2015_2016/profilaktyka_2/{/besps}

Podsumowaniem konkursu było uroczyste wręczenie dyplomów i nagród w/w uczniom przez Panią wicedyrektor **Janinę Pupa** .Celem programu profilaktycznego było propagowanie zdrowego stylu życia , przeciwdziałania uzależnieniom młodzieży.

Program profilaktyczno-wychowawczy

Wpisany przez Administrator

czwartek, 03 grudnia 2015 18:25 - Poprawiony czwartek, 03 grudnia 2015 18:42

Aneta Bochenek

Agnieszka Rymut