

Tervisemeeskonna tegevuskava I poolaasta (2019/20 õa)

| Tervisedenduslik tegevus | Kirjeldus | Toimumise aeg Sihtrühm/osalejad | Korraldaja(d)/ vastutaja(d) |
|---|---|--|--|
| September | | | |
| Tervisedenduslike tegevuste koordineerimine ja planeerimine | TJG tervisenõukogu koosolekud ja nõupidamised. TN raamdokumendi täiendamine. TN ülesannete sõnastamine ja tegevuste planeerimine valdkondade kaupa | 28.08, TMK liikmed | TMK liikmed ja juhataja K. Tõnisson |
| Haabersti koolide õpetajate/töötajate vaheline 10-võistlus | Osavõtt Haabersti koolide õpetajate vahelisest 10-võistlusest. Koostöö tihendamine õpetajate vahel, liikumine | September-juuni | TMK |
| KiVaprogrammi jätkumine | KiVa programm sisaldab nii universaalseid kui juhtumipõhiseid tegevusi kiusamise ennetamiseks ja märgatud juhtumite lahendamiseks | õppeaasta vältel | KiVa meeskond |
| Spordinädal | Sportlikud tegevused (1-4. klass); orienteerumismatk (5.-12. klass). Terve nädala jooksul toimuvad vahetunnid õues aktiivselt tegutsedes | 23.-29.09, kogu kool | Kehalise kasvatusõpetajad, huvijuht, klassijuhatajad |
| Kehalisele aktiivsusele innustamine | Osavõtt SEB Tallinna Sügisjooksust. Aktiivne, mõnus, sportlik sügispäev Tallinna kesklinnas (5km, 10km, 21,1km või 42,2km) | 6.-8.09, koolipere (õpetajad/õpilased) | Koolipere |
| Kehalise aktiivsuse arendamine | Osavõtt järgmistest spordisündmustest: Tallinna koolide m/v teatejooksudes ning jalgpallis, Haabersti koolide teatejooks ümber tiigi, Nõmme sügisjooks, põhikooli noormeeste korvpalli m/v, Tallinna Ühisgümnaasiumi tänavakorvpall | 1.-12. klass | Kehalise kasvatusõpetajad: Turb, Vaga |
| Projekt „Sport kooli“ | Erinevate spordialadega tutvumine | Õppeaasta vältel, 1. klass | Erinevad spordiklubid, õp R. Vaga |
| Esmaabikoolitus - „Haabersti Väike Elupäästja“ | Lapsed õpivad, kuidas vältida ning ennetada erinevaid ohuolukordi, kuidas märgata abivajajat ning omandavad oskuse õigesti ning turvaliselt teisi aidata | Sept-nov, 3. klass | Juhendab klj, korraldab Haabersti Vaba Aja Keskus |
| Köögiljakampaania | Sisu täpsustamisel | 1.-12. klass | TMK liikmed |
| Tervislike smuutide valmistamine | Algklasside õpilased otsivad retsepte ja valmistavad tervislikke smuutisid | Sept-okt, 1.-4. klassid | Algklasside õpetajad |
| Sügisandide fotonäitus | Erinevatest sügisandidest mitmesuguste loomade kujutamise | September, 1.-4. klassid | Algklasside õpetajad |
| Õpilaste tervisepäevikud | Õpilase tervisepäevik aitab talletada olulisi terviseandmeid ning annab ülevaate õpilase kasvamisest ja tervisekontrollidest | 1.klassid, 4a klass | Kooliõde, algklasside klassijuhatajad |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Hammaste eest hoolitsemise juhised | Kooliõde ruumis on hambamulaaž, selle abil õpetatakse hammaste eest hoolitsemist | 1., 3., 7. klassid | Kooliõde |
| Suukool – koolilapsed hambaarsti vastuvõtule! | Hambaravikliinik edastab kooli digitaalselt täidetava ankeedi, mille abil küsitakse nõusolekut lapsevanemale helistada, et soovi korral pakkuda läbivaatuseks aega koos lapsega kodulähedases raviasutuses. Antakse info kõigi Eesti Haigekassa lepingupartnerite kohta, kus on hambaravi lastele tasuta või sõltuvalt asutusest maksimaalselt 5€ visiiditasu eest, et suurendada teadlikust avaliku teenuse kasutamise võimaluste kohta. | 1.-12. klassi õpilased | Eesti Haigekassa, TMK |
| Õpetajate, õpilaste ja vilistlaste võrkpall | Füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervise eest hoolitsemine läbi ühistegevuse, ühtlasi treenimine ülelinnaliseks õpetajate võistluseks | Õpetajad, vilistlased, õpilased T – 19.30-21.00 (sept-juuni) | Õpetajad |
| Oktoober | | | |
| Helkurikoolitus | Õpilastele tutvustatakse helkuri kasutamise põhimõtteid | 1. klassid | Maanteeamet Algklasside õpetajad |
| Kehalise aktiivsuse arendamine | Osavõtt spordisündmustest: Haabersti koolidevaheline jalgpalli m/v, Tallinna koolide m/v murdmaajooksus, Haabersti koolide 6.-7. kl. poiste korvpall | 6.-12. klassid | Kehalise kasvatuse õpetajad: Turb, Vaga |
| MyFitness Rocca al Mare Spordiklubis õpetajatele spordipäev | Sportlik ja meeleolukas päev õpetajatele spordiklubis | Oktoober, õpetajad | Haabersti Linnaosa Valitsus |
| Ülemaailmne vaimse tervise päev | Koolipereteavitamine vaimse tervise olemusest ja vaimse tervise säilitamise võimalustest | 10.10, kogu kool | TMK liikmed |
| Haabersti koolide vahelised olümpiamängud | Gümnasistid võistlevad kümnel erineval alal, millele on lähenetud lõbusas võtmes | Oktoober, 10.-12. klass | Huvijuht |
| November | | | |
| Leivapäev, leivaküpsetamine | Erinevate leivasortide tutvustamine, leivasöömise propageerimine, ristsõnade lahendamine | 1.- 4. klassid | Algklasside õpetajad |
| Kehalise aktiivsuse arendamine | Osavõtt spordivõistlustest: Tallinna koolide m/v korvpallis, Haabersti koolide algklasside m/v kombineeritud teatejooksudes | 3.-5. klassid | Kehalise kasvatuse õpetajad: Turb, Korman, Vaga |
| Detsember | | | |
| Sotsiaalsete (toimetuleku)oskuste õpetamine ja arendamine ning | Ülemaailmsel aidsivastase võitluse päeval teemakohane teabepäev 7.-12. klasside õpilastele | Detsember, 7.-12. klasside õpilased | Õpilasesindus, huvijuht |

| | | | |
|--------------------------------|--|--------------|---|
| riskikäitumise vähendamine | | | |
| Kehalise aktiivsuse arendamine | Osavõtt spordivõistlustest: Haabersti koolide m/v teateujumises, Tallinna koolide m/v korvpallis, Fan kolmikvõistlus kergejõustikus | 1.-12. klass | Kehalise kasvatusõpetajad: Turb, Vaga, Korman |

Konkreetsete projektide/programmide läbiviimisel kutsutakse ekspertideks spetsialiste vastavatest valdkondadest.

Koostöö kohaliku omavalitsuse esindajaga – Liiva Kaev

Tervisestendi uuendamine jooksvalt vastavalt vajadusele tervise-meeskonna liikmete poolt.