SPRAWOZDANIE ZESPOŁU
ds. SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE
rok szkolny 2020/2021

Szkoła Promująca Zdrowie jest wielką inwestycją nie tylko w zdrowie, ale też w edukację młodego pokolenia. Tylko zdrowy uczeń jest w stanie rozwijać się wszechstronnie i osiągać wysokie wyniki. Jest to szkoła, w której panuje dobra atmosfera i obowiązują zasady współpracy, gdzie zdrowie całej społeczności szkolnej jest podstawowym celem działania.

Mając na uwadze ważność działań promujących zdrowie oraz ich wpływu na dobre samopoczucie nasza szkoła realizowała cele programu poprzez organizowanie różnorodnych działań promujących zdrowy styl życia, które zostały zaplanowane na podstawie diagnozy wstępnej i umieszczone w planach działań Szkoły Promującej Zdrowie na każdy rok szkolny oraz działań ujętych w corocznych szkolnych planach wychowawczych i planach profilaktyki.

Istotna była, więc **korelacja działań z Koncepcją Pracy Szkoły oraz z wszelkimi planami i programami wewnątrzszkolnymi**. Wiele działań wynikało z realizacji programów i projektów proponowanych przez instytucje zewnętrzne, których celem również jest promocja zdrowia.

Realizacja celów programu odbywa się w naszej szkole poprzez organizowanie działań na rzecz zdrowia w poszczególnych obszarach:

1) Zdrowy styl życia.
2) Aktywność ruchowa.
3) Ekologia i ochrona środowiska.
4) Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą.
5) Profilaktyka zdrowia fizycznego.

Zastosowano różnorodne formy, które charakteryzowały: nowatorstwo, innowacyjność, rozwijanie postaw twórczości, wykorzystanie nowoczesnych technik oraz oryginalnych metod pracy. Działalność innowacyjna, kreatywna i twórcza w zakresie programu stwarza warunki lepszego rozwoju społeczności szkolnej we wszystkich obszarach zdrowia:

- kształtuje postawy prozdrowotne,
- skłania do nabycia odpowiednich umiejętności dbania o własne zdrowie, poprzez aktywność ruchową, dbanie o bezpieczeństwo i dobre samopoczucie,
- motywuje do rozwijania aktywności twórczej poprzez udział w różnorodnych twórczych formach realizacji celów programu np. projekty, konkursy, akcje prozdrowotne,
- angażuje do aktywności i kreatywności uczniów poprzez stosowanie metod aktywizujących podczas realizacji programu oraz wykorzystywanie własnych pomysłów w zakresie działań związanych z dbaniem o własne zdrowie.

Realizacja zadań wynikających z planu pracy oraz inicjowanych przez środowisko szkolne to między innymi:

1. **„Porozmawiajmy”**

   Na potrzeby rodziców, dzieci i pracowników szkoły stworzyliśmy program konsultacyjny pod hasłem „Porozmawiajmy” mający na celu sprawną komunikację w rozwiązywaniu nurtujących spraw dotyczących edukacji, wychowania oraz opieki nad uczniami naszej szkoły. Jeżeli ktoś potrzebuje rozmowy, ma pytania dotyczące funkcjonowania dziecka, ma problemy w szkole, w domu, z rówieśnikami zostały wyznaczone specjalne dyżury pracy pedagoga i psychologa szkolnego.

2. **„Sprzątanie świata”**

   W dniu 18 września 2020 r odbyły się obchody 27 edycji akcji Sprzątania Świata 2020 pod hasłem przewodnim Plastik REZYGNUJĘ.SEGREGUJĘ. Ze względu na okoliczności pandemii Covid-19 w tym roku szkolnym swoje działania ograniczyliśmy do wykonania gazetki informacyjnej o idei i obchodach akcji, oraz przeprowadzenia lekcji wychowawczych promujących właściwą segregację odpadów. Uczniowie poszczególnych klas obejrzeli film i wykonali zadania na kartach pracy które zawierały treści dotyczące właściwej segregacji i odpadów i ich recyklingu.

3. **Szkolny Kodeksu Zachowań w naszej szkole**

Dnia 2 października odbyła się uroczysta inauguracja obowiązywania Szkolnego Kodeksu Zachowań w naszej szkole. Uczniowie zostali zapoznani z zasadami zachowania jakie obowiązują w naszej placówce oraz z systemem motywacyjnym. Dobre zachowanie premiowane jest zdobywaniem żetonów, które na koniec miesiąca są zliczane. Na podstawie obliczeń wyłaniany jest szkolny lider dobrego zachowania w skali miesiąca, półrocza i roku szkolnego. Być wzorowo zachowującym się uczniem w naszej szkole ma swoją wartość.

4. **Realizacja zadania„Nie daj się depresji” w ramach Światowego Dzień Zdrowia Psychicznego**

10 października- Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Ustanowienie takiego dnia przez Światową Organizację Zdrowia ma na celu podkreślenie wagi problemów związanych ze zdrowiem psychicznym. WHO przewiduje, że już w 2021 roku depresja będzie drugą najpoważniejszą przyczyną niepełnosprawności na świecie. Przypomnieliśmy tego dnia, że musimy zadbać o siebie i przestrzegać pewnych reguł. Zachęcaliśmy do aktywności fizycznej, ponieważ osoby poświęcają około 30 minut dziennie na jakąkolwiek aktywność fizyczną rzadziej chorują na depresję. Zachęcaliśmy gorąco do refleksji nad własnym zdrowiem Zachęcaliśmy gorąco do dawania dobrego przykładu swoim bliskim! Przypomnieliśmy telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

5. **Dzień Pluszowego Misia**

Wszystkie misie małe i duże, bure i kolorowe dziś obchodziły swoje święto, 25 października 2020 Światowy Dzień Pluszowego Misia. Przedszkolaki też uczciły ten wyjątkowy dzień, były tańce i zabawy, a także smakowanie pysznego miodku. Następnie dzieci wspólnie z opiekunami wykonały misie z ręczników. Na koniec każde dziecko otrzymało dyplom Przyjaciela Pluszowego Misia oraz drobny upominek.

6. **„Zdrowe Śniadanie”**

08 listopada obchodzimy Dzień Zdrowego Śniadania.

Z tej okazji w Naszej Szkole obchodziliśmy Tydzień Zdrowego Śniadania.

Aby przypomnieć, jak ważną rolę pełni ono w codziennej diecie oraz co powinno zawierać, żeby było wartościowe w każdej klasie odbyły się zajęcia tematyczne o zasadach prawidłowego żywienia i roli śniadania. Dzieci przedstawiały swoje Zdrowe śniadanie pamiętając, że to najważniejszy posiłek dnia.

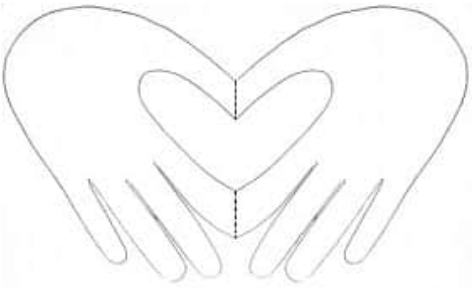
7. **KONKURS „ Zdrowo żyć chcemy, więc wiemy co jemy”**

W celu propagowanie wśród młodzieży zasad zdrowego odżywiania, kształtowanie prozdrowotnych przyzwyczajeń i właściwych nawyków żywieniowych, rozwój świadomości zdrowotnej uczniów oraz edukacji świadomego wyboru spożywanych posiłków w dniach 17-27.11.2020 r SZZPZ zorganizował konkurs „ Zdrowo żyć chcemy, więc wiemy co jemy”. Konkurs polegał na zaprezentowaniu piramidy zdrowego żywienia i aktywności fizycznej w formie fotograficznej. Wiele prac zaskoczyło organizatorów zarówno kreatywnością jak i ogromnym wkładem pracy całej rodziny.

8. **Światowy Dzień Walki z AIDS**

01 grudnia przypada Światowy Dzień Walki z AIDS ustanowiony w 1988 r. przez Światową Organizację Zdrowia (WHO). Dzień ten niesie przesłanie współczucia, nadziei i solidarności z osobami żyjącymi z HIV i chorymi na AIDS, jak również z ich bliskimi. Nieodłącznym motywem obchodów Światowego Dnia Walki z AIDS jest czerwona kokardka, która symbolizuje solidarność.

W celu podniesienia poziomu wiedzy na temat wirusa HIV i zespołu AIDS, zwrócenia uwagi bliskim na możliwości wykonywania testu w kierunku HIV, kształtowanie postawy tolerancji i akceptacji wobec osób żyjących z HIV i chorych na AIDS oraz wpływu własnego postępowania na stan swojego zdrowia, a w szczególności promowanie asertywnych zachowań w sytuacjach ryzykownych przesłaliśmy do pracy z dziećmi materiały edukacyjne w formie kolorowanki.



9. **Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych.**

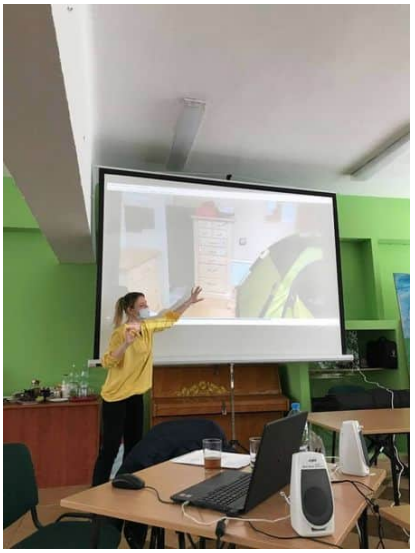
3 grudnia obchodzimy ustanowiony przez Organizację Narodów Zjednoczonych w 1992 roku Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych. Staramy się pamiętać o tym przez cały rok, ale święto to było dobrą okazją, by przypomnieć wszystkim wyraźnie – społeczeństwo tworzymy my wszyscy, niezależnie od miejsca zamieszkania, wieku, wykształcenia czy sprawności.

10. Mikołajki;

6 grudnia jest od wielu lat dniem, w którym nasza szkoła podtrzymuje mikołajkową tradycję. Ze względu na naukę zdalną spowodowaną pandemią, tradycyjne wręczenie paczek było niemożliwe. Pomimo tego Mikołaj przebył długą drogę obdarowując uczniów małymi paczuszkami.

11. Szkolenia kadry z psychologiem.

Nauczyciele i specjaliści szkół specjalnych w Zespole Szkół im. J. Śniadeckiego w Pionkach odbyli w dniu 29 stycznia 2021 r szkoleniowe spotkanie superwizyjne z wprowadzania elementów ustrukturyzowanego nauczania w pracy z uczniami ze spektrum autyzmu. Czas kiedy swoją wiedzą i doświadczeniem dzieliła się z nami Pani psycholog Katarzyna Pęczak, będzie dla nas źródłem inspiracji do dalszej pracy.



12. Projekt „Bezpieczne Ferie”

Wychowawców, przedstawili uczniom przed feriami prezentacje przekazującą ważne treści w zakresie bezpieczeństwa. Akcja "Bezpieczne Ferie" miała na celu zapewnienie dzieciom i młodzieży zdrowego oraz bezpiecznego wypoczynku. Uczniowie i rodzice otrzymali pakiet informacji na temat bezpiecznych zachowań w czasie zimowego wypoczynku i ogólnych zasad bezpieczeństwa w domu, w szkole, na ulicy.

13. Projekt „Światowego Dnia Walki z Rakiem”

W obchody 4 lutego 2021 Dnia Walki z Rakiem uczniowie szkoły młodzieżowej przygotowali kampanię informacyjną dla Naszej społeczności szkolnej . Były ciekawe gazetki, plakaty, prezentacje multimedialne mówiące o tym jak ważna jest profilaktyka i walka z chorobami nowotworami.

14. “Moje BMI w Tłusty Czwartek”

Tłusty Czwartek przypada na ostatni czwartek karnawału, W 2021 roku wypadŁ 11 lutego. Tego dnia dzięki uprzejmości Pan Pielęgniarki cała społeczność szkolna mogła POZNAĆ swoje BMI i wtedy dopiero podjąć decyzję ile pączków zje;-)

15. Projekt “Tydzień Życzliwości”

By promować zachowania oparte na życzliwości,15 – 19 lutego 2021 r. w naszej szkole obchodziliśmy „Tydzień Życzliwości” Mieliśmy Tablicę Uśmiechu, Kartki Życzliwości na drzwiach, Pocztę Uśmiechu i wiele innych atrakcji.

Kolorem życzliwości jest kolor ŻÓŁTY iten kolor towarzyszył nam jako elementów odzieży lub dekoracji stroju przez cały tydzień.

Wszystkich uczniowie, rodzice, nauczyciele i pracownicy szkoły do "pisali liściki" z życzeniami, pozdrowieniami, bądź mądrymi przesłaniami.

16. Projekt “Tydzień Sztuk Walki”

W ramach Tygodnia Sztuk Walki na lekcjach WF nauczyciele wprowadzili elementy sztuk walki mające na celu pokazanie uczniom w jaki sposób możemy pozbywać się agresji i jak korzystać z technik relaksacyjnych.

Nasza Szkoła zawsze dba o zdrowie fizyczne i psychiczne Naszych uczniów

17. Udział w Challengu dla Olusia - marzec 2021

Mając na celu pomoc choremu dziecku, ale również uwrażliwienie społeczności na potrzeby innych wzięliśmy udział w wyzwaniu polegającym na zrobieniu zdjęcia ze słoneczkiem, umieszczeniu go w mediach społecznościowych, wpłacie minimum 10 złotych na rzecz Olusia i nominowaniu co najmniej 5 instytucji lub osób do dalszej akcji.

18. Dzień kolorowej skarpetki ;

21 marca dla większości z nas kojarzy się z Pierwszym Dniem Wiosny. Jednak są w Naszej szkole osoby, dla których ta data symbolizuje coś innego- Światowy Dzień Zespołu Downa. W naszej szkole są wyjątkowe osoby, które z każdego szarego dnia potrafią wyczarować wiosenne promienie słońca.Z okazji Dnia Kolorowej Skarpetki,

przedstawiliśmy naszych cudownych modeli, u których na twarzy zawsze gości uśmiech. Celem, tej ogólnoświatowej akcji jest uświadomienie społeczeństwu, że osoby z zespołem Downa mają takie same potrzeby jak osoby pełnosprawne. Oczekują szacunku, tolerancji i akceptacji.
Każdy z nas mógł w prosty sposób przyłączyć się do akcji promującej to wydarzenie. Wystarczyły na stopach kolorowe skarpetki.

19. Świetlica zdalna – zdrowe odżywianie- marzec 2021

W trakcie zdalnego nauczania Panie z naszej świetlicy przedstawiły całej społeczności szkolnej prezentacje jak ważne jest w naszym życiu zdrowe odżywianie. Chcieliśmy przypomnieć wszystkim,że właściwe odżywianie może wspomóc naszą naturalną odporność organizmu i przyczynić się do zwiększenia naszej odporności przed infekcjami.

20. “Wartość odżywcza jaj” - Wielkanoc 2021

Chociaż jaja, z powodu obecności cholesterolu, straciły dobrą opinię, ostatnie badania naukowe wykazują, że spożycie jaj przez zdrowego człowieka może przynieść wiele korzyści dla zdrowia. Dzięki uprzejmości Wszechnicy Żywieniowej SGGW mogliśmy wykazać ich zalety zapoznaliśmy społeczność szkolną z informacjami dotyczącymi "najczęściej spotykanych gości" na stole Wielkanocnym.

21. Światowy Dzień Świadomości Autyzmu;

Kwiecień to miesiąc poświęcony propagowaniu wiedzy na temat Autyzmu. Dzień 2 kwietnia to Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Wówczas w krajach, które włączają się w akcję, w tym oczywiście w Polsce, wiele miejsc oraz instytucji rozświetla się na niebiesko. Uczniowie naszej szkoły, czyli szkoły Specjalnej w Pionkach przy zespole Szkół im.J.Śniadeckiego od początku istnienia szkoły – już 7 rok, czynnie włączają się w ogólnopolską akcję. Aby pokazać, jak ważny jest dla nas ten temat i zaznaczyć nasze poczucie solidarności z osobami dotkniętymi autyzmem, nasi uczniowie wraz z wychowawcami ubrali się na niebiesko, wykonali wiele prac plastycznych. Przez cały kwiecień prezentowaliśmy talenty i zainteresowania naszych uczniów z autyzmem, aby pokazać, że każdy człowiek jest odmienną, niezmiernie interesującą osobą.

22. Udział w projekcie edukacyjnym „Jesteśmy różni, lecz równie ważni”

Przedszkolaki z naszej szkoły wzięły udział w projekcie edukacyjnym „Jesteśmy różni, lecz równie ważni” organizowanym przez Przedszkole Niepubliczne Akademia Przedszkolaka w Siewierzu . Celem akcji jest podnoszenie świadomości społecznej i propagowanie wiedzy na temat Autyzmu oraz Zespołu Aspergera.

23. Dzień Ziemi

22 kwietnia na całym świecie celebrujemy Dzień Ziemi. Obchody są okazją do promowania ekologicznych postaw, ale też uświadamiania problemów, które się wiążą ze zmianą klimatu. Motywem przewodnim tegorocznych obchodów jest hasło: „Przywróć naszą Ziemię” w zajęciach pod takim właśnie hasłem wzięli udział uczniowie Szkoły

24. Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich;

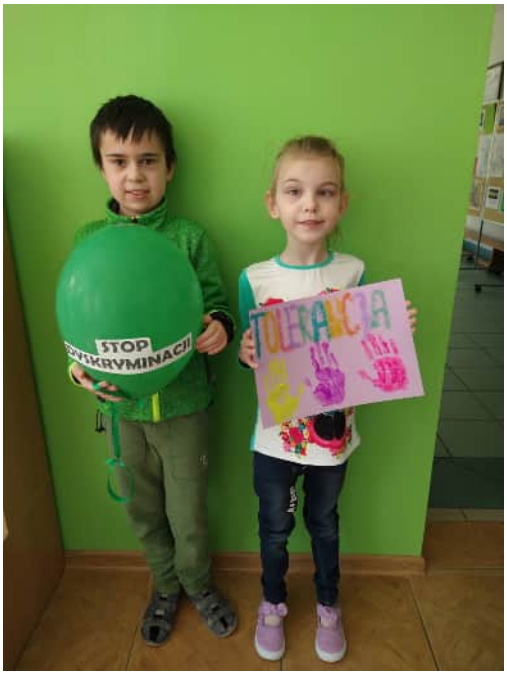
23 kwiecień to Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich, tradycyjnie poświęcony jest promocji literatury i czytelnictwa, a także problematyki związanej z ochroną praw autorskich. Co roku staje się okazją do dyskusji na temat roli książki jako źródła wartości i wiedzy. Nasi uczniowie od kilku lat aktywnie uczestniczą w kampanii „Cała Polska Czyta Dzieciom” i czytają książki codziennie, a szczególnie tego dnia.

25. Nowalijki u przedszkolaków -kwiecień 2021;

Celem zajęć było nie tylko polisensoryczne poznanie warzyw, ale przede wszystkim zachęcenie dzieci do ich spożywania. Poprzez zabawę przekonaliśmy się dlaczego warto jeść te pyszne dary natury. Najwięcej atrakcji przyniosło dzieciom przygotowanie pysznej sałatki, zasianie rzeżuchy i zasadzenie cebulek.

26. Światowy Dzień Walki z dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych;

Dnia 5 maja przypada Dzień Walki z Dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych. W związku z tym nasza szkoła włączyła się w obchody tego dnia biorąc udział w uroczystym przemarszu. Uczniowie przygotowali prace plastyczne pod tytułem "Inny nie znaczy gorszy", chcąc przypomnieć o grupie społeczeństwa, która wymaga wsparcia i większej uwagi.



27. Dzień Bibliotekarza i Bibliotek;

8 maja w całej Polsce obchodzony był Dzień Bibliotekarza i Bibliotek. Z tej okazji uczniowie odwiedzili dziś naszą szkolną bibliotekę oraz Bibliotekę Pedagogiczną i złożyli najlepsze życzenia Paniom bibliotekarkom. Panie otrzymały od uczniów dyplomy i laurki z podziękowaniem za swoją pracę i stałe rozbudzanie pasji do czytelnictwa.

28. **VII Ogólnopolski Maraton Przedszkolaków;**

Już po raz piąty nasze przedszkolaki wzięły udział w wydarzeniu sportowym „Sprintem do maratonu”. Celem wydarzenia jest promocja zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania czasu, w tym czasu na świeżym powietrzu; popularyzowanie biegów wśród dzieci oraz wyrabianie u przedszkolaków nawyku podejmowania aktywności fizycznej w życiu dorosłym. Zachęcanie dzieci do regularnej aktywności fizycznej już od najmłodszych lat jest inwestycją w ich zdrowie oraz rozwój nie tylko ruchowy, ale także intelektualny i emocjonalny.

29. Światowy Dzień Pszczół;

20 maja obchodzimy Światowy Dzień Pszczół ustanowiony przez ONZ. Jest to inicjatywa Słowenii, która w ten sposób chciała podkreślić znaczenie pszczół dla ekosystemu. Celem prowadzonych działań w Naszej szkole było podkreślenie znaczenia tych owadów dla pozyskiwania żywności oraz zwrócenie uwagi na występujące wobec nich liczne zagrożenia we współczesnym świecie

30. XX Ogólnopolski Tydzień Czytania

Dzieciom pod hasłem „Lubimy czytać polskich autorów!”

26 maja 2021 r. rozpoczęliśmy XX Ogólnopolski Tydzień Czytania Dzieciom pod hasłem: „Lubimy czytać polskich autorów!”, który potrwał do 01.06. Nasza szkoła już od 5 lat bierze aktywny udział w obchodach tego wydarzenia. Ze względu na pandemię nie mogliśmy zorganizować akademii. W klasach odbyły się zajęcia p zajęć na temat polskich pisarzy.

31. „Bon czy ton. Savoir-vivre dla dzieci”

Podczas niektórych lekcji w dniach 31-05 do 02-06 - 2021 r. czytaliśmy lub słuchaliśmy książką Grzegorza Kasdepke "Bon czy ton. Savoir-vivre dla dzieci" w związku realizacja zadania "zasady savoir- vivre w szkole i w domu".

32. Wycieczka krajoznawcza i integracyjna do Zakopanego.

33. Piknik szkolny w tym: warsztaty z udzielania pierwszej przedmedycznej pomocy. „Bezpieczne i zdrowe zachowania” realizacja Programu Współpracy z Policją i Strażą Pożarną.

23 czerwca nasi uczniowie uczestniczyli w szkolnym pikniku pod hasłem “Ahoj, żeglarze! - wyruszamy na bezpieczne wakacje”. Razem z nauczycielami i przybyłymi gośćmi wyruszyli w długą podróż. Odwiedzili góry, morze oraz las. W czasie tej przygody poznali zasady, które z pewnością pomogą im spędzić bezpiecznie wakacyjne miesiące. Panowie policjanci opowiedzieli jak bezpiecznie poruszać się rowerem, pani pielęgniarka poradziła jak przetrwać upały, pani ratownik wspomniała o niebezpieczeństwach związanych z górskimi wędrówkami i wodnymi kąpielami, a strażacy przestrzegali przed paleniem ogniska w lesie. Zapoznaliśmy się zasadami udzielania pierwszej pomocy. Wszystkiemu towarzyszyły integracja śpiew i muzyka, które przenosiły uczniów w kolejne miejsca.

34. Jestem aktywny -uprawiam sport – cały rok;

Nasi nauczyciele WF oraz wychowawcy podczas całego roku szkolnego zachęcają uczniów do różnych form aktywności fizycznej zarówno na lekcji jak i w czasie wolnym.

35. Bezpieczna i aktywna przerwa;

Głównym celem akcji ”**Bezpieczna i aktywna przerwa” w Naszej placówce** było zaproponowanie alternatywnych aktywności w zamian za wprowadzony zakaz korzystania z mediów cyfrowych. Dzięki temu działaniu osiągamy również inne cele takie jak wdrażanie działań zapobiegających uczniowskiej nudzie, agresji słownej i fizycznej, poprawiających bezpieczeństwo w szkole. Rozwijanie własnej aktywności społecznej, uczenie się kształtowania więzi z innymi i inicjowania interakcji społecznych,sprzyja integracji całej społeczności szkolnej.

36. Szklanka wody;

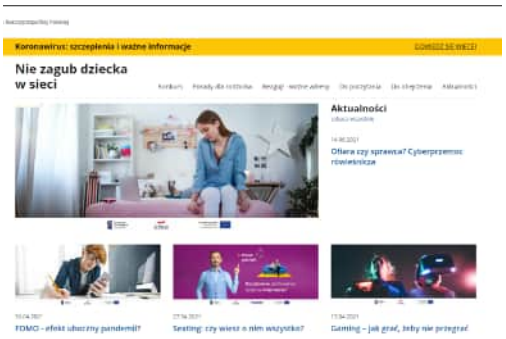
W celu propagowanie dobrego nawyku picia wody przez cały rok szkolny zachęcamy uczniów do picia wody, podkreślamy jej zalet. W salach umieszczone są informacje propagujące picie wody.

**37. Cyberprzemoc w szkole i Bezpieczni w sieci – szkolenia; **

W ramach programu OSE prowadzone były działania edukacyjno-informacyjne, promujące zasady bezpiecznego korzystania z technologii cyfrowych. Nauczyciele wzięli udział w cyklu webinarów Ogólnopolskiej Sieci Edukacyjnej, a następnie przekazywali tę wiedzę dzieciom i rodzicom.

38. Bezpieczeństwo w sieci – normy i zasady zachowania się w sieci;

W 2021 r. Dzień Bezpiecznego Internetu obchodzony był pod hasłem „Działajmy razem!" Podczas obchodów DBI chcemy zwrócić uwagę na rolę każdego użytkownika Internetu w budowaniu bezpiecznego i przyjaznego środowiska on-line. Uświadomiliśmy społeczność że, każdy z nas ponosi odpowiedzialność za to, co robi w sieci i w jaki sposób z niej korzysta. Jednocześnie podkreślaliśmy potencjał Internetu, który dzieci mogą wykorzystać zarówno w edukacji, kontaktach z rówieśnikami jak również jako formę twórczej rozrywki.



39.

40. Działania kształtujące postawy patriotyczne.

Patriotyzm oznacza troskę danego człowieka o własny rozwój, o zdrowie fizyczne, o dojrzałość psychiczną, moralną, duchową i religijną. Miłość do ojczyzny pobudza dojrzałą dumę narodową, a ta z kolei mobilizuje do podejmowania osobistego trudu rozwoju i samowychowania dlatego na terenie Naszej szkoły dumnie celebrujemy wszystkie Święta Narodowe jednocześnie co roku przypominam wszystkim o właściwych postawach i zachowaniach w te Święta.

41. Działania prozdrowotne i profilaktyczne pielęgniarki szkolnej.

Pielęgniarka szkolna uczestniczyła czynnie w programie edukacji zdrowotnej prowadząc pogadanki na temat higieny, zagrożeń dla Naszego zdrowia oraz zasad właściwego doboru stroju w różnych porach roku. Przeprowadziła bilans zdrowia ale również dokonywała pomiarów BMI i szkoliłą praktycznie z zakresu higieny uczniów.

42. **Nauczyciele, pedagog, psycholog szkolny, wychowawcy świetlicy, pielęgniarka prowadzili** pogadanki i zajęcia w klasach na temat:

- bezpieczeństwa w domu ,w szkole, w drodze do szkoły,
- właściwego zachowania, przestrzegania regulaminów szkolnych,
- higieny ciała i umysłu, walki ze stresem,
- wad postawy, właściwego obciążenia plecaka szkolnego,
- higieny pracy, metod skutecznego uczenia,
- integracji zespołu klasowego,
- ochrony środowiska,
- zajęcia mające na celu pokonywanie trudności w nauce,
- zasad zdrowego żywienia,
- podnoszenia sprawności fizycznej, zdrowego odpoczynku, -
- chorób obecnie panujących w tym COVID 19

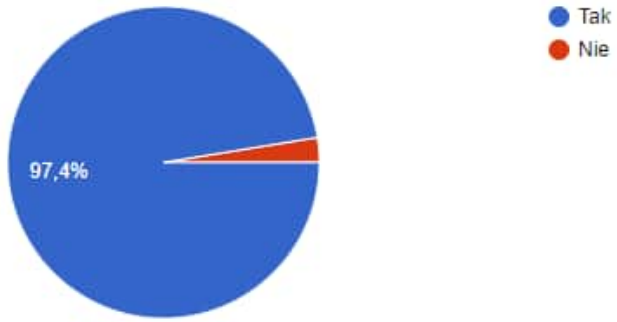
oraz wspólnie tworzymy szkolny katalogu scenariuszy lekcji wychowawczych promujących zdrowie.

Plan pracy został opracowany na 3 lata i realizowany jest na bieżącą.

Realizację programu zakończyliśmy ankietą skierowana do społeczności szkolnej oraz przeprowadzono rozmowy wśród dzieci i rodziców. Ewaluacja pozwoliła na sprawdzenie w jakim stopniu osiągnęliśmy założone cele.

Wszystkie działania szkoły w zakresie działań prozdrowotnych były na bieżąco monitorowane, dokumentowane oraz oceniane pod względem ich użyteczności w ramach założeń programu Szkoła Promująca Zdrowie

W wyniku analizy ankiet stwierdziliśmy, że realizacja programy wpływa korzystnie na środowisko w zakresie wiedzy, przekonań, umiejętności i działań na rzecz własnego zdrowia. 97,4% ankietowanej społeczności szkolnej wyraża zadowolenie z realizacji programu Szkoły Promującej Zdrowie w Naszej szkole oraz uważa, że realizowane zadania z programu Szkoły Promującej Zdrowie wpływają na znajomość zasady zdrowego stylu życia i zdrowego odżywiania



Zrealizowanie zaplanowanych działań było możliwe dzięki wielkiemu zaangażowaniu Rady Pedagogicznej. Pani Dyrektor szkoły, wszyscy nauczyciele, wychowawcy, opiekunowie przyczynili się do realizowania projektu w roku szkolnym 2020/2021. O wszelkich działaniach szkoły promujących zdrowy styl życia można zobaczyć na stronie naszej szkoły i szkolnym FB

WNIOSKI

✔ Zgodnie z planem realizowano zadania, przy współpracy nauczycieli, uczniów , rodziców i środowiska lokalnego.

✔ Większość ankietowanych osób wyraziło swoje zadowolenie z realizacji zadań z programu Szkoły Promującej Zdrowie.

✔ Promować zdrowy styl życia poprzez aktywność fizyczną uczniów, wspieranie zdrowego odżywiania, działania o charakterze profilaktycznym i ekologicznym.

✔ Rozwijać umiejętności uczniów w zakresie rozpoznawania potrzeb prozdrowotnych.

✔ Promować prozdrowotne działania podejmowane w różnych obszarach w środowisku lokalnym.

✔ Organizować różnorodne działania prozdrowotne, które pozytywnie wpłyną na rozwijanie zainteresowań, uzdolnień i pożądanych zachowań uczniów.

✔ W dalszym ciągu kontynuować udział w programach prozdrowotnych, szkoleniach i konkursach.

✔ Realizować zajęcia ruchowe dla uczniów przedszkola, klas I-III oraz IV-VII.

✔ Systematycznie promować zdrowy styl życia podczas wszystkich zajęć dydaktycznych oraz dodatkowych.

✔ Zorganizować w nowym roku szkolnym "tydzień zdrowia" (np. „Poniedziałek ze zdrowym sokiem", „Wtorek ze zbożowymi przysmakami", "Jogurtową środę", itp.).

✔ Zorganizować wybór na maskotkę programu SZPZ.

✔ Przeprowadzać szkolenie dla rodziców z zakresu tematyki prozdrowotnej.

Opracowała:
Monika Dąbrowska
Olga Wróblewska