

**SPRAWOZDANIE**  
**Z PODJĘTYCH DZIAŁAŃ W RAMACH PROGRAMU**  
**„SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”**  
**W ROKU SZKOLNYM 2017/2018**

**NAZWA SZKOŁY/ PLACÓWKI:** Szkoła Podstawowa nr 1 im. Bohaterów Warszawy w Kamienicy

**ADRES SZKOŁY / PLACÓWKI:** 34- 608 Kamienica 490

**TELEFON:** 18 3340907

**E MAIL:** sp1kamienica77@wp.pl

**DYREKTOR:** mgr Lidia Piotrowska

**KORDYNATOR SZKOLNY:** mgr Ewa Adamczyk

Troska o dobre samopoczucie uczniów i wszystkich pracowników jest jednym z priorytetów działalności naszej szkoły. Pragniemy, aby w szkole panowała dobra atmosfera, a cała społeczność podejmowała działania dla poprawy własnego samopoczucia i zdrowia, ucząc się, jak zdrowiej i lepiej żyć.

Szkoła Podstawowa nr 1 od dawna zajmuje się promocją zdrowia i prowadzi edukację prozdrowotną, a już trzy lata realizuje program „Szkoła Promująca Zdrowie”. Po wyężonej pracy i spełnieniu wszystkich wymagań Szkoła Podstawowa nr 1 w Kamienicy została w listopadzie 2016 roku przyjęta do Małopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie i otrzymała stosowny Certyfikat.

Przez dwa lata naszym problemem priorytetowym było zdrowe odżywianie.

W tym oraz kolejnym roku szkolnym naszym działaniem priorytetowym jest poprawa relacji między uczniami, uczenie wzajemnej życzliwości, tolerancji, przeciwdziałanie agresji, wzmacnianie u uczniów poczucia bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia, niwelowanie przyczyn złego zachowania uczniów w szkole.

**Działanie priorytetowe: Upowszechnianie koncepcji Szkoły Promującej Zdrowie.**

**Cel:**Zapoznanie nowych uczniów oraz ich rodziców z założeniami Szkoły Promującej Zdrowie oraz upowszechnianie działań z zakresu promocji zdrowia w szkole całej społeczności szkolnej.

**1.**Włączenie uczniów i rodziców do pracy nad problemem priorytetowym- zapoznanie z planem pracy SzPZ i problemem priorytetowym rodziców podczas zebrania (foldery) oraz uczniów podczas apelu (prezentacja).

**2.** Zamieszczenie informacji o programie „Szkoła promująca zdrowie”, planie pracy oraz bieżących informacji o podejmowanych działaniach na stronie internetowej szkoły.

**3.**Prowadzenie stałej gazetki „Promocja zdrowia” dostarczającej wiadomości na temat bieżących działań.

**4.** „Szkoła promująca zdrowie, co to oznacza?” -realizacja tematu w klasach pierwszych.

**5.**Prowadzenie we współpracy z Samorządem Uczniowskim apeli dla uczniów z informacjami na temat działań priorytetowych w zakresie promocji zdrowia w szkole.

**6.** Angażowanie rodziców w akcje klasowe i szkolne (wycieczki, imprezy, szkolny festyn).

**Osoby zaangażowane:** koordynator SzPZ, zespół ds. promocji zdrowia, nauczyciele wychowawcy, SU wraz z opiekunem, zespół ds. Bezpieczeństwa

**Ewaluacja:** Podjęte działania pozwoliły na upowszechnianie koncepcji SzPZ, informowanie społeczności szkolnej o aktualnie podejmowanych działaniach oraz na zapoznanie uczniów, rodziców (szczególnie klas pierwszych) z założeniami programu.

**Wnioski:** Należy w kolejnym roku szkolnym 2018/2019przekazać nowym członkom społeczności szkolnej oraz ich rodzicom wiedzę na temat koncepcji SzPZ.

### **Działanie priorytetowe: Doskonalenie zawodowe i samokształcenie w dziedzinie wychowania, profilaktyki i promocji zdrowia**

**Cel:** Podnoszenie kompetencji wychowawczych, tworzenie klimatu sprzyjającego uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu członków społeczności szkolnej, rodziców i osób ze społeczności lokalnej

1. Organizowanie problematycznych i tematycznych spotkań wychowawczych z rodzicami, pedagogizacja podczas zebrań z rodzicami dotycząca tematyki: „Agresja słowna i fizyczna w szkole”, „Relacje rówieńnicze w klasie”.

2. Organizowanie spotkania dla rodziców z pracownikami PPP z Limanowej „Negatywny wpływ komputera na funkcjonowanie dzieci w szkole”.

3. Organizowanie spotkań dla uczniów ze specjalistami (pedagogiem oraz pracownikiem policji).

4. Udział koordynatora, członków zespołu ds. promocji zdrowia, wychowawców, nauczycieli w szkoleniach, warsztatach, spotkaniach ze specjalistami na tematy, które wynikały z sytuacji wychowawczej w szkole lub były konsekwencją pojawiających się zagrożeń:

- „Rozwój, biologiczny, poznawczy i emocjonalny dzieci w świetle nowej podstawy programowej”

- „Nie chcę, ale muszę- techniki motywowania uczniów do nauki”

- „Jeżeli na ciało nie działa żadna siła to pozostaje on w spoczynku- czyli o tym jak pobudzić do rozwoju”

- „Uzależnienia behawioralne młodzieży – Internet, telefony komórkowe”

- „Trener efektywnej nauki”

- „Nie ma trudnych rodziców, są trudne sytuacje”

- „Szkolenie nt. programów antynikotynowych w Starostwie Powiatowym w Limanowej”

- „Razem przeciw przemocy- współpraca międzyinstytucjonalna w powiecie limanowskim”

- „Mediator Cyberbezpieczeństwa”

- „Jak słuchać, jak mówić”

- „Zadania i obowiązki nauczyciela w kontekście zmian w prawie oświatowym”

- „Jak rozmawiać z dziećmi o pornografii i seksualności?”

- „FAS - Płodowy Zespół Alkoholowy”

- „Praca z dzieckiem po traumie”

**Osoby zaangażowane:** koordynator SzPZ, zespół ds. promocji zdrowia, nauczyciele wychowawcy, pedagog

**Ewaluacja:** Podjęte działania pozwoliły na podniesienie świadomości w zakresie wychowania, profilaktyki i promocji zdrowia.

**Wnioski:** Należy w kolejnym roku szkolnym 2018/2019 kontynuować działania z zakresu doskonalenia zawodowego i samokształcenia nauczycieli oraz podejmować działania z zakresu pedagogizacji rodziców.

### **Działanie priorytetowe: Podejmowanie działań integrujących, sprzyjających poprawie relacji między uczniami, wpływających na poprawę bezpieczeństwa**

**Cel:** Uczenie wzajemnej życzliwości, tolerancji, przeciwdziałanie agresji, wzmacnianie u uczniów poczucia bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia, niwelowanie przyczyn złego samopoczucia uczniów w szkole.

1. Przeprowadzenie przez pedagoga szkolnego w każdej z klas zajęć o charakterze integrującym zespół klasowy na temat „Radzenie sobie z agresją słowną i fizyczną”, „Przemoc zawsze boli”- wyjaśnienie uczniom mechanizmów, sposobów radzenia sobie w takich sytuacjach oraz uczenie poprawnych relacji z rówieśnikami, współpracy, dobrej komunikacji i dochodzenia do kompromisów.

2. Integracja zespołów klasowych prowadzona przez wychowawców podczas zajęć dydaktycznych, zabaw, imprez, wycieczek.
3. Kontynuacja inicjatywy Samorządu Uczniowskiego, celem której była poprawa relacji interpersonalnych. Przygotowanie w każdej klasie gazetki z sylwetką „Super Kolegi” oraz wybór osoby/osób z klasy, która tej sylwetce odpowiada.
4. Przygotowanie gazetki na korytarzu szkolnym „Super uczeń” , „Być przyjacielem, koleżanką, kolegą to...” „Umiej być kulturalnym kolegą”, „Dołącz do życzliwych” .
5. Podejmowanie działań wychowawczych sprzyjających poprawie relacji między uczniami w klasach, uczeniu wzajemnej życzliwości, tolerancji, przeciwdziałaniu agresji zarówno słownej jak i fizycznej. Akcja plakatowa „Stop przemocy”.
6. Wdrażanie uczniów do przestrzegania szkolnych regulaminów, szczególnie regulaminu dot. spędzania przerw celem wzmacniania u uczniów poczucia bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia, niwelowania hałasu. Organizacja zajęć w klasach I- III „Hałas myśleć nie pozwala” oraz „Dni ze smartfonem”- słuchanie muzyki podczas przerw.
7. Przeprowadzenie przez pedagoga i wychowawców ankiety wśród uczniów klas 4-7nt. „Poczucie bezpieczeństwa w szkole”.
8. Akcja profilaktyczna pt. „Bezpieczeństwo na drodze” przeprowadzona wśród uczniów klas 1-3 z udziałem policjantów.
9. Prowadzenie profilaktyki agresji i przemocy w szkole w ramach realizowanego w szkole programu „Bezpieczna +”
10. Akcja „Najwięcej rozdanych walentynek”. W ramach akcji zorganizowano konkurs, uczniowie obdarowywali się kartkami walentynkowymi. Kartka była wyrazem wdzięczności, sympatii.
11. Akcja plakatowa „Cechy dobrego kolegi, dobrej koleżanki” promująca właściwe postawy.
12. Organizacja Szkolnego Dnia Życzliwości w ostatni piątek każdego miesiąca. Uczniowie w tym dniu w różnej formie wręczali sobie kartki z miłymi słowami, przypinali emotikony, zrywali z przygotowanych wcześniej plakatów karteczki- motywatory jako wyraz sympatii, przeprosin, dobrych życzeń.
13. Organizowanie akcji o charakterze charytatywnym przez Szkolne Koło Caritas, co pozwala na utrzymywanie więzi międzyludzkich, owocuje nabywaniem nowych znajomości, zwiększeniem poczucia wspólnoty oraz podnoszeniem umiejętności interpersonalnych:
  - Przedsięwzięcia zbiórka żywności w sklepach dla ubogich;
  - Całoroczna zbiórka plastikowych nakrętek z przeznaczeniem na rehabilitację dla osób niepełnosprawnych;
  - Przygotowanie upominków i życzeń oraz odwiedziny starszych, samotnych osób z naszej miejscowości;
  - Zbiórka zabawek, gier, art. biurowych i szkolnych w ramach akcji „Zostań Świętym Mikołajem”
14. Organizacja Święta Patrona Szkoły, która stała się okazją do promowania wartości patriotycznych, moralnych, etycznych oraz zaprezentowania się szkoły w środowisku lokalnym. Swoją obecnością zaszczycili nas zacni goście: Wójt Gminy Kamienica, przewodnicząca komisji do spraw rozwiązywania problemów alkoholowych, przewodnicząc komisji do spraw edukacji, radni, przewodnicząca Stowarzyszenia Seniorów z gminy Kamienica
15. Współpraca przy organizacji Parafialnego Festynu Rodzinnego w ramach którego przeprowadzono konkurs plastyczny „Postaw na rodzinę”, wystawiono sztukę „Kopciuszek” w której wraz z uczniami klasy 3 wystąpili członkowie Stowarzyszenia Seniorów z gminy Kamienica oraz przygotowano lekcję historii z okazji 100 rocznicy Odzyskania przez Polskę Niepodległości.
16. Organizacja już po raz piąty Szkolnego Festiwalu Nauki. Był on doskonałą okazją do podsumowania naszej całorocznej działalności, do wspólnej nauki i zabawy poza systemem klasowo- lekcyjnym oraz do prezentacji naszych działań społeczności lokalnej. Swoją

obecnością zaszczycił nas zacy gość: Wójt Gminy Kamienica. W tym roku szkolnym Festiwal obejmował część artystyczną, na którą złożyły się m.in. występy uczniów klas młodszych (taneczne i wokalne), prezentacja talentów uczniów klas starszych (występy wokalne oraz koncert muzyczny). Kolejną część Festiwalu stanowiły wystawy i projekty m.in. kącik doświadczeń, lifebooks, klasowe laboratorium, wystaw prac plastycznych i plakatów, przygotowano również kącik czytelniczy oraz projekt podczas którego uczniowie klas starszych czytali bajki uczniom z klas 1-3. Festiwal zakończyła część konkursowa podczas której przeprowadzono konkurs gawędziarski.

**Osoby zaangażowane:** zespół ds. promocji zdrowia, nauczyciele, wychowawcy, pedagog, SU wraz z opiekunem, Szkolne Koło Caritas wraz z opiekunem

**Ewaluacja:** Podjęte działania pozwoliły na wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa wśród uczniów oraz integrację zespołów klasowych.

**Wnioski:** Należy w kolejnym roku szkolnym 2018/2019 kontynuować działania mające na celu poprawę relacji między uczniami oraz wzmocnienie dobrego samopoczucia w szkole.

### **Działanie priorytetowe: Propagowanie prawidłowych nawyków żywieniowych i aktywności fizycznej**

**Cel:** Wdrażanie zasad prawidłowego żywienia oraz podniesienie wśród uczniów poziomu prawidłowych zachowań w zakresie odżywiania i kształtowanie postaw sprzyjających zdrowiu poprzez aktywność fizyczną.

1. Prowadzenie działań mających na celu utrwalanie zasad zdrowego odżywiania poprzez pogadanki w klasach z wychowawcą na temat zdrowego żywienia oraz rozmów z pielęgniarką szkolną; tworzenie piramidy zdrowia przez uczniów klas młodszych, układanie zdrowych jadłospisów, układanie zasad zdrowego żywienia przez uczniów klas starszych, przygotowywanie w klasach kanapek, sałatek owocowych i warzywnych oraz zdrowych przekąsek również we współpracy z rodzicami uczniów, np. coroczne pieczenie w klasach młodszych pierników.

2. Organizacja szkolnej akcji „Zdrowy posiłek dla ucznia”- zbieranie przepisów na proste i zdrowe dania, gromadzenie ich w formie książki kucharskiej z rysunkami dzieci.

3. Udział w akcjach:

- „Mleko w szkole”. Akcją objętych było w tym roku szkolnym 147 z klas 1-5 Dzięki Programowi „Mleko w szkole” uczniowie już dziesiąty rok otrzymywali świeże, pożywne mleko, które zapewniało im zdrowie, ułatwiało naukę, dodawało energii. Udział w akcji pozwalał także utrwalać zdrowe nawyki żywieniowe.

- „Owoce i warzywa w szkole”. W roku szkolnym 2017/2018 akcją objęci byli uczniowie z klas 1-5 i było to 147 uczniów. Dzięki temu programowi już kolejny rok dieta naszych dzieci była wzbogacona o dodatkową porcję witamin i składników mineralnych potrzebnych do prawidłowego rozwoju. Dzięki udziałowi w programie poszerzył się także stan wiedzy dzieci o zdrowym odżywianiu, gdyż dni, w których dzieci otrzymywały porcje owoców i warzyw dawały okazję do rozmów o nich, o ich wartościach odżywczych, znaczeniu dla organizmu człowieka, pochodzeniu.

4. Podejmowanie działań służących poprawie warunków pracy uczniów oraz dbałości o ich rozwój fizyczny:

- Tworzenie sprzyjającego zdrowiu środowiska pracy i nauki- estetyczne wnętrza klasopracowni, dbałość o ład i porządek służący zdrowiu i dobremu samopoczuciu;

- Zapewnienie wysokiego standardu czystości oraz warunków w pomieszczeniach sanitarnych (dozowniki na mydło, ciepła woda, ręczniki jednorazowe, papier toaletowy);

- Udział w trzeciej edycji programu społeczno-edukacyjnego „Wzorowa Łazienka”;

- Pogadanki z pielęgniarką szkolną na temat higieny i zachowywania czystości w toaletach

- Opieka medyczna nad uczniami sprawowana przez pielęgniarkę szkolną, współpraca nauczycieli z pielęgniarką w zakresie szerzenia oświaty zdrowotnej wśród uczniów;

- Fluoryzacja;
- Organizacja zajęć o charakterze sportowym, spacerów, wycieczek, systematyczne korzystanie z placu zabaw oraz kompleksu rekreacyjno- sportowego „Orlik”;
- Organizacja aktywnych przerw na świeżym powietrzu oraz nauki tańca;
- Organizacja Szkolnego Dnia Sportu;

**Osoby zaangażowane:** Zespół ds. bezpieczeństwa, nauczyciel wf, zespół ds. promocji zdrowia wraz z koordynatorem, nauczyciele, wychowawcy, SU wraz z opiekunem, rodzice, pracownicy szkoły, pielęgniarka.

**Ewaluacja:** Podjęte działania dawały możliwość propagowania zasad zdrowego żywienia w sposób atrakcyjny dla dzieci i znacząco przyczyniły się do kształtowania prawidłowych nawyków żywieniowych. Wpłynęły także korzystnie na rozwój fizyczny dzieci.

**Wnioski:** Należy w kolejnym roku szkolnym kontynuować działania z zakresu zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej.

### **Działanie priorytetowe: Propagowanie zdrowego stylu życia bez nałogów**

**Cel:** Podniesienie świadomości uczniów w zakresie działań szkodzących zdrowiu – profilaktyka uzależnień.

**1.** Realizacja Szkolnego Program Wychowawczo- Profilaktycznego, który uwzględnia zagadnienia dotyczące zwiększania świadomości uczniów w sprawach zdrowia, kształtowania umiejętności podejmowania decyzji, troski o siebie i innych.

**2.** Realizacja rządowego programu „Bezpieczna +”.

**3.** Działania z zakresu profilaktyki uzależnień:

- Udział w Ogólnopolskiej kampanii promującej trzeźwość wśród kierowców „No promil, no problem” . Marsz klas 6-7 oraz oddziałów gimnazjalnych;

- Przeprowadzanie Kampanii przeciw narkomanii pt. „Narkotyk mówimy stop”, przygotowanie przez uczniów folderów i ulotek dla rodziców;

- Organizacja w klasach 6 akcji propagującej wiedzę o AIDS. Działanie miało na celu dostarczenie rzetelnej wiedzy, na temat w jakich sytuacjach może dojść do zakażenia i jak uchronić się przed tą niebezpieczną chorobą;

- Realizacja programów profilaktycznych pt. „Nie pal przy mnie, proszę” ( kl.1-3) i „Znajdź właściwe rozwiązanie” ( kl.4-7) opracowanych przez Państwową Inspekcję Sanitarną w ramach edukacji antytytoniowej. Przeprowadzono zajęcia z wychowawcą, pogadanki w klasach, akcję plakatową w szkole, uczniowie klas młodszych wzięli także udział w powiatowym konkursie z zakresu programu edukacyjnego „Nie pal przy mnie, proszę”

- Udział uczniów klas 4-7 w spektaklu profilaktycznym pt „Droga donikąd” ukierunkowany na przeciwdziałanie uzależnieniom.

**Osoby zaangażowane:** zespół ds. promocji zdrowia, nauczyciele, wychowawcy, SU wraz z opiekunem, rodzice, pracownicy szkoły, przewodnicząca Gminnej Komisji Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

**Ewaluacja:** Podjęte działania stwarzały możliwość propagowania zasad zdrowego stylu życia bez nałogów.

**Wnioski:** Należy w kolejnym roku szkolnym kontynuować działania z zakresu profilaktyki uzależnień oraz podnosić świadomość uczniów o zwiększonym ryzyku w przypadku podejmowania przez nich działań szkodzących zdrowiu.

*Szkolny koordynator:  
mgr Ewa Adamczyk*