



<p>-pozalekcyjne zajęcia sportowe:</p> <p>-prowadzenie zajęć sportowych „Piramida Koszykówki”</p> <p>-prowadzenie zajęć sportowych z siatkówki dla dziewcząt kl. V</p> <p>- przeprowadzenie jesiennych testów sprawności fizycznej uczniów;</p> <p>-zajęcia na basenie – realizacja programu „Pływam jak rybka”</p> <p>- zajęcia na kortach – w ramach programu ”Tenis 10”</p> <p>- udział w biegu Orłąt Lwowskich</p> <p>-wycieczki klasowe ( Osada leśna Doboszówka, Kolbuszowa, Nowa Dęba, Kazimierz Dolny, )</p> <p>-wyjazdy ze Szkolnym Klubem Górskim „Jedyneczka” (Zima w Gorcach)</p> <p>- realizacja programu prozdrowotnego ”Trzymaj formę”</p> <p>- realizacja programu antynikotynowego „ Bieg po zdrowie” w klasach czwartych</p> <p>- zajęcia taneczne w ramach programu autorskiego „Śpiewaj i tańcz” w MDK dla klas I-III</p> <p>- przeprowadzenie pogadarek dla uczniów n/t podstawowych zasad utrzymania prawidłowej postawy ciała</p> <p>-„Aktywne Przerwy na Sportowo”</p> <p>-prezentacje uczniowskie w formie plakatów „Dlaczego warto ćwiczyć na wf?”</p> <p>-Urodzinowy Piknik Rodzinny (na sportowo zumba, dmuchańce, jazda konna, gry i konkursy sportowe)</p>	<p>- nauczyciele wf</p> <p>- wychowawcy kl. I-III, instruktorzy nauki pływania MOSiR</p> <p>- wychowawcy kl. I -III, instruktorzy MOSiR</p> <p>-wychowawcy klas</p> <p>-Jadwiga Socha</p> <p>- E. Sarzyńska, A. Tietze,</p> <p>- A. Tietze,</p> <p>-wychowawcy klas I –III, instruktorzy MDK</p> <p>-wychowawcy klas,</p> <p>-nauczyciele wf, pedagog szkolna, wychowawcy</p> <p>-A. Głaz</p> <p>-nauczyciele, rodzice</p>
--	--

<p><b>2. Bezpieczeństwo i ratowanie życia.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- obchody Światowego Dnia Pierwszej Pomocy – spotkanie z pedagogiem szkolnym instruktorem pierwszej pomocy</li> <li>- cykl zajęć dotyczący bezpiecznej drogi do szkoły</li> <li>-spotkania profilaktyczno-edukacyjne z policjantem</li> <li>- akcje bezpieczne ferie, bezpieczne wakacje</li> <li>- udział w międzypokoleniowych warsztatach z seniorami w Dzienny Domu Pobytu Senior + przy MOPS w Stalowej Woli uczniowie z klasy V b i VI a pod opieką i instrukcją szkolnej pedagog poprowadzili szkolenie dla Seniorów z udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej</li> <li>-przeszkolenie wszystkich uczniów w ramach programu „Ratujemy i uczymy ratować”</li> <li>-przeszkolenie wszystkich nauczycieli i pracowników niepedagogicznych szkoły z udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej i pomocy w nagłych wypadkach</li> <li>-Europejski dzień Numeru Alarmowego – spotkanie ze Strażakiem</li> <li>-realizacji programu „Znamię – znam je” dla klas VII - VIII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wychowawcy oddziału przedszkolnego</li> <li>- wychowawcy świetlicy</li> <li>-pedagog szkolny, wychowawcy I-III, wychowawcy oddziału przedszkolnego</li> <li>-wychowawcy klas I-VIII</li> <li>-M. Jarocka</li> <li>-M. Jarocka</li> <li>-M. Jarocka</li> <li>-M. Jarocka, rodzic – Strażak</li> <li>-E. Sarzyńska, A. Tietze</li> </ul>
<p><b>3. Zdrowe odżywianie.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zorganizowanie konkursu: Międzyszkolny Konkurs dla Uczniów Klas VI „Master SzeF”</li> <li>- warsztaty zdrowego odżywiania: zorganizowanie warsztatów przygotowywania sushi dla kl. 5b, 4a, 4b, IIa</li> <li>-obchody Światowego Dnia Owoców i Warzyw (przygotowywanie surówek, soków, szaszłyków i innych zdrowych posiłków)</li> <li>- prowadzenie pogadarek na lekcji na temat zdrowego odżywiania się</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A. Tietze, E. Sarzyńska, rodzice</li> <li>- E. Sarzyńska, A. Tietze, A. Smagała, H. Uba</li> <li>- wychowawcy oddziału przedszkolnego, klas I-III, świetlica szkolna</li> <li>-wychowawcy klas, nauczyciele biologii, przyrody, EDB</li> </ul>

<p>- Obchody „Dnia Jabłka”</p> <p>-prowadzenie gazetki o tematyce prozdrowotnej na korytarzu szkolnym</p> <p>- udział klas III w warsztatach kulinarnych w Hali Owocowo-Warzywnej "Zieleniak" - wykonanie zdrowego napoju ze szpinaku, jabłka i banana oraz pieczenie placków dyniowych</p> <p>- pieczenie pierniczków z edukatorami " Zabawy w Gotowanie".</p> <p>- udział w Ogólnopolskim Programie Żywienia Dzieci i Młodzieży Szkolnej z klas I – VI Junior - Edu – Żywienie (JEŻ)</p> <p>- realizacja innowacji pedagogicznej „Szkolna Akademia Zdrowia – Twoje Zdrowie w Twoich Rękach”</p> <p>-realizacja innowacji pedagogicznej „Zdrowy Przedszkolak”</p> <p>-przygotowanie przez uczniów klasy III a spektaklu o zdrowym odżywianiu „Koziołek Matołek promuje zdrowie”</p> <p>-Dzień Płatków Śniadaniowych w klasach III</p> <p>-„Razem z Photonami zdobywamy piramidę zdrowia”</p> <p>-konkurs plastyczny dla uczniów z klas I -VIII „Twoje zdrowie w Twoich rękach”</p> <p>-„Szkolny Konkurs Wiedzy o Zdrowiu” dla uczniów z klas II-III</p> <p>-„Zdrowie na talerzu zgodnie z piramidą żywienia”</p> <p>-„Tydzień zdrowia u przedszkolaków”</p> <p>-„Smacznie, zdrowo, kolorowo” – wspólne drugie śniadanie z wychowawcą</p> <p>-akcja „Przerwa dla zdrowia”</p> <p>-udział szkoły w ogólnopolskim „Programie dla Szkół” – mleko i warzywa dla klas I - V</p>	<p>- Samorząd Uczniowski, wychowawcy klas I-III, świetlica szkolna</p> <p>-wychowawcy oddziału przedszkolnego</p> <p>- B. Paterek, D. Łasicka</p> <p>- B. Paterek, D. Łasicka</p> <p>- E. Sarzyńska, A. Tietze, M. Surma</p> <p>- E. Sarzyńska</p> <p>-P. Walec, A. Machała</p> <p>-B. Paterek</p> <p>-B. Paterek, D. Łasicka</p> <p>-J. Socha, M. Radwańska</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze</p> <p>-A. Tietze</p> <p>-A. Machała, P. Walec</p> <p>-wychowawcy klas</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze, higienistka szkolna</p> <p>-wychowawcy klas, pan woźny</p>
--	---

<p><b>4. Higiena</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-prelekcje na lekcjach wychowawczych i wychowania do życia w rodzinie na temat higieny osobistej</li> <li>-pogadanki na temat chorób i higieny różnych układów narządów na lekcjach przyrody w kl. 4 i biologii w kl. 7</li> <li>- „ Mycie rąk to nawyk” - częste ćwiczenia praktyczne wyrabiające nawyk prawidłowego mycia rąk, cykl zajęć o higienie</li> <li>-spotkanie z lekarzem weterynarii, pogadanka na temat bezpiecznego i higienicznego zachowania się w kontakcie ze zwierzętami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wychowawcy klas, higienistka szkolna</li> <li>-nauczyciele przyrody i biologii, higienistka szkolna</li> <li>- wychowawcy oddziału przedszkolnego</li> <li>-M. Antonowicz, E. Sarzyńska, A. Tietze, lekarz weterynarii</li> </ul>
<p><b>5. Zdrowie psychiczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Międzynarodowy Dzień Tolerancji - rozmowa na temat tolerancji i szacunku do innych. Odgrywanie scenek rodzajowych.</li> <li>- Dzień Uśmiechu. Wykonanie wesołych buziek</li> <li>- udział w międzypokoleniowych warsztatach z seniorami w Dzienny Domu Pobytu Senior + przy MOPS w Stalowej Woli klasa 5b / wspólna gra w gry planszowe i łamigłówki słowne, udział w warsztatach wykonywania kwiatów z liści i szycia/</li> <li>- udział w międzypokoleniowych warsztatach z seniorami w Dzienny Domu Pobytu Senior + przy MOPS w Stalowej Woli klasa III a i oddział przedszkolny / Przygotowanie Jasełek dla Seniorów i niespodzianek z okazji Dnia Babci i Dziadka/</li> <li>- Tydzień Życzliwości</li> <li>- obchody Międzynarodowego Dnia Kropki</li> <li>- obchody Dnia Pluszowego Misia</li> <li>- obchody Dnia postaci z bajek</li> <li>- obchody Dnia Pozytywnego Myślenia</li> <li>- cykliczne pogadanki na temat radzenia sobie z emocjami</li> <li>-konsultacje z psychologiem i pedagogiem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-D. Łasicka</li> <li>- D. Łasicka, Samorząd Uczniowski</li> <li>-E. Sarzyńska, A. Tietze</li> <li>-B. Paterek, P. walec, A. Machała</li> <li>- wychowawcy oddziału przedszkolnego, Samorząd Uczniowski</li> <li>-Samorząd Uczniowski, wychowawcy klas</li> <li>- Samorząd Uczniowski</li> <li>- Samorząd Uczniowski</li> <li>-psycholog i pedagog szkolny</li> <li>-pedagog i psycholog szkolny</li> <li>-psycholog i pedagog szkolny</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- zabawy integrujące zespoły klasowe</li> <li>- organizacja Dnia Walki z Wypaleniem Zawodowym na terenie szkoły</li> <li>- zgłoszenie pracowników szkoły na szkolenie w zakresie rekomendowanego programu profilaktycznego Unplugged</li> <li>- udział w warsztatach „Zachowania ryzykowne młodzieży” w ramach konferencji Bezpieczeństwo Dzieci i Młodzieży w Internecie</li> <li>- konferencja „Zasady współpracy wielospecjalistycznej i międzyinstytucjonalnej w rozwiązywaniu problemów zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży”</li> <li>- udział uczniów z klas VIII w programie „Archipelag Skarbów”</li> <li>- sensoryczne zabawy z okazji Dnia Dinozaura u przedszkolaków</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wychowawcy klas I-VIII</li> <li>- pedagog i psycholog szkolny</li> <li>- pedagog i psycholog szkolny</li> <li>- A. Łaska</li> <li>- A. Łaska</li> <li>- psycholog, pedagog szkolny, wychowawcy klas VIII, rodzice</li> <li>- A. Machała, P. Walec</li> </ul>
<p><b>6. Bezpieczne korzystanie z Internetu i telefonu komórkowego.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki na temat zagrożeń w sieci, cyberprzemocy</li> <li>- pogadanki na temat negatywnego wpływu częstego korzystania z telefonów komórkowych</li> <li>- Dzień Bezpiecznego Internetu</li> <li>- przerwy aktywnie bez telefonu komórkowego</li> <li>- udział w akcji „Godzina Kodowania”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauczyciel informatyki, nauczyciele klas I-VIII</li> <li>- wychowawcy klas</li> <li>- psycholog, pedagog szkolny, M. Radwańska – nauczyciel informatyki</li> <li>- wychowawcy klas</li> <li>- J. Socha, M. Radwańska</li> </ul>
<p><b>7. Edukacja ekologiczna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki na temat ochrony środowiska na lekcjach przyrody, biologii i geografii</li> <li>- akcja „ Stop plastikom” uświadamiająca uczniów i ich rodziców o szkodliwym wpływie plastikowych opakowań na zdrowie człowieka i na środowisko naturalne</li> <li>- udział w programie "Czyste powietrze wokół Nas"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- E. Sarzyńska, A. Tietze,</li> <li>- E. Sarzyńska, A. Tietze,</li> <li>- wychowawcy oddziału przedszkolnego</li> </ul>

-Udział w akcji „Sprzątanie Świata 2023”	-E. Sarzyńska, A. Tietze, A. Machała, P. Walec, A. Smagała
-obchody „Dnia Ziemi”	-E. Sarzyńska, A. Tietze
-„Klasowe drzewko” – całoroczne, systematyczne dbanie o zasadzone przez klasy drzewka	-wychowawcy klas, rodzice
-wyjście edukacyjne do Rupieciarni oddziału przedszkolnego	-P. Walec, A. Machała

W ciągu całego roku szkolnego na bieżąco, systematycznie i planowo realizowano założone w planie pracy zadania – problemy priorytetowe. Naszym celem jako Szkoły Promującej Zdrowie było przeprowadzenie w bieżącym roku szkolnym Autoewaluacji Szkoły Promującej Zdrowie oraz przygotowanie niezbędnej dokumentacji naszych działań prozdrowotnych w celu złożenia wniosku, umożliwiającego nam ubieganie się o uzyskanie Krajowego Certyfikatu SzPZ. Dokonałiśmy również upublicznienia na forum przedstawicieli miasta wyników przeprowadzonej autoewaluacji. Wniosek został złożony w Kuratorium Oświaty w Rzeszowie w dniu 16 maja 2023r., z niecierpliwością czekamy na decyzję Kapituły w Warszawie. Jednym z głównych zadań w tym roku szkolnym było zorganizowanie międzyszkolnej imprezy o charakterze prozdrowotnym dla uczniów z klas VI szkół podstawowych na terenie miasta Stalowej Woli „Międzyszkolny Master SzeF”. Konkurs odbył się w październiku i uczestniczyło w nim 10 szkół podstawowych. Głównym celem konkursu było propagowanie zasad zdrowego trybu życia, kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych oraz integracja dzieci i młodzieży uczęszczających do stalowowolskich szkół podstawowych.

W naszej szkole przeprowadza się systematycznie wiele działań dotyczących promocji zdrowego stylu życia. Dotyczy to, zarówno przedsięwzięć, które weszły do stałego harmonogramu działań szkoły, jak i nowych związanych ze zdiagnozowanymi potrzebami szkoły, jak i potrzebami zauważonymi przez nauczycieli wychowawców, lub też sytuacji bieżących. W szkole jest organizowanych wiele akcji i konkursów, które promują zdrowy styl życia - przede wszystkim promocję zdrowego odżywiania i aktywność fizyczną. Są organizowane spotkania, warsztaty mające na celu pomoc uczniom w radzeniu sobie z sytuacjami trudnymi, jak również mającymi wpływ na ich zdrowie psychiczne i bezpieczeństwo. Nauczyciele dbają o bezpieczeństwo i właściwe zachowanie uczniów

w czasie przerw, promują właściwe odżywianie i aktywność ruchową. Uczniowie chętnie angażują się w różnorodne działania jakie stwarza im szkoła w zakresie programu, odczuwają przy tym wsparcie ze strony nauczycieli, są zmotywowani i pozytywnie nastawieni do wszelkich przedsięwzięć realizowanych w szkole jak i we współpracy z instytucjami zewnętrznymi.

Przeprowadzone działania w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie wskazują , że szkoła tworzy warunki oraz kształtuje nawyki sprzyjające zdrowemu i bezpiecznemu stylowi życia całej społeczności szkolnej. Uczniowie czują potrzebę dbania o aktywność fizyczną, prawidłowe odżywianie, wzmocnienie relacji międzyludzkich, chcą posiadać rzetelne informacje na temat zmiany nawyków żywieniowych, aktywnego sposobu spędzania wolnego czasu oraz umiejętności zarządzania swoim czasem. Cała społeczność szkolna oczekuje zwiększenia świadomości na rzecz odbywających się zadań oraz dostrzega osobiste korzyści z działań Szkoły Promującej Zdrowie.

#### Wnioski do dalszej pracy w roku szkolnym 2023/2024:

- systematycznie od września 2023r. realizować program naprawczy, opracowany na podstawie wyłonionego w wyniku przeprowadzonej autoewaluacji problemu priorytetowego:

#### **Niewłaściwe relacje między uczniami.**

- w dalszym ciągu należy promować i wyposażać uczniów w wiedzę i umiejętności dotyczące właściwego odżywiania i znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia.

- konsekwentnie egzekwować zasady ustalone w ramach „Przerwy bez telefonu komórkowego”.

- integrować zespoły klasowe

-wzmocnić prowadzone dotychczas wspólne i systematyczne działania pracowników szkoły, rodziców i uczniów zmierzające do promocji zdrowego stylu życia oraz wzajemnej integracji.

Opracowały:

*Elżbieta Sarzyńska, Aneta Tietze*