

**Sprawozdanie z realizacji Szkolnego Programu Promocji Zdrowia  
w Publicznej Szkole Podstawowej nr 1 w Stalowej Woli  
w roku szkolnym 2021/22**

<b>ZADANIA ZREALIZOWANE</b>	<b>ODPOWIEDZIALNI</b>
<p><b>1.Promowanie zdrowego stylu życia.</b></p> <p>-prowadzenie zajęć z gimnastyki korekcyjnej dla uczniów klas IV</p> <p>-zajęcia sportowe pozalekcyjne „WF z AWF” pod patronatem MEiN oraz AWF w Krakowie</p> <p>-zajęcia sportowe „Piramida koszykówki”</p> <p>-wykonanie jesiennych testów sprawności fizycznej w klasach IV - VIII</p> <p>-przeprowadzenie pogadanek dla uczniów n/t podstawowych zasad utrzymania prawidłowej postawy ciała.</p> <p>-przeprowadzenie pomiarów somatycznych i testów sprawnościowych we współpracy z AWF w Krakowie</p> <p>-udział w zawodach sportowych :Grand Prix w Biegach przełajowych Victoria</p> <p>-udział W Igrzyskach Dziewcząt w Mini Piłce Siatkowej MOSIR</p> <p>-Mistrzostwa w piłce nożnej chłopców – Stowarzyszenie Kibiców Stali</p> <p>-Igrzyska dzieci w Trójboju Lekkoatletycznym</p> <p>-Mistrzostwa Powiatu w Czwórboju Lekkoatletycznym</p> <p>-zajęcia na basenie MOSIR w ramach „Pływam jak rybka”</p> <p>-nauka gry w tenisa ziemnego dla klas I-III</p> <p>-klasowe wycieczki /aktywność fizyczna, integracja klas/:</p> <p>-wycieczka survivalowa klas VIII w Janowie Lubelskim</p> <p>-wycieczka do Osady Leśnej Doboszówka klasy IV a, IV b, V a, V b</p> <p>-wycieczka ”Spacerkiem po Zamościu” IV a, IV b, V a, VII a</p>	<p>-A. Głaz</p> <p>-A. Głaz</p> <p>-F. Szafraniec</p> <p>-nauczyciele wf</p> <p>-nauczyciele wf</p> <p>-A. Głaz</p> <p>-F. Szafraniec</p> <p>-A. Głaz</p> <p>-F. Szafraniec</p> <p>-A. Głaz, F. Szafraniec</p> <p>-F. Szafraniec</p> <p>-wychowawcy klas I-III</p> <p>-wychowawcy klas I - III</p> <p>-A. Smagała, A. Tietze, M. Szymonik</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Skorupa, Z. Merkiel, M. Surma</p> <p>-E. Sarzyńska, M. Surma, A. Skorupa, D. Zagulska, Z. Merkiel</p>

<p>-wycieczka do Warszawy klas VIII</p> <p>-wycieczka do Kazimierza Dolnego VI a, V a</p> <p>-wycieczka w Pieniny VII c</p> <p>-wyjazdy w ramach Szkolnego Klubu Górskiego „Jedyneczka”</p> <p>-aktywność fizyczna a profilaktyka chorób Realizacja zagadnień roli aktywności fizycznej w zapobieganiu chorobom na lekcjach biologii i przyrody</p> <p>-przygotowanie stałej tablicy na korytarzu szkolnym „Szkoła promująca zdrowie”. Tablica zawiera uzyskane certyfikaty, standardy szkół promujących zdrowie, działania uczniów.</p> <p>-Sportowy Dzień Chłopaka w oddziale przedszkolnym - promowanie czytelnictwa</p> <p>1. Gazetce szkolna „Przybij piątkę”</p> <p>2.Szkolny kiermasz książek</p> <p>3.Akcja „Niedaleko pada jabłko od jabłoni” dla klas I – III</p> <p>4.Oddział przedszkolny „Dzień Jabłka” - promocja czytelnictwa</p> <p>5. Dzień Sportu w świetlicy szkolnej</p>	<p>-A. Tietze, A. Smagała, M. Szymonik</p> <p>-M. Radwańska. M. Woch</p> <p>-M. Janusz, Z. Zasońska</p> <p>-J. Socha</p> <p>- A. Tietze, E. Sarzyńska,</p> <p>-A. Machała, E. Sarzyńska, A. Tietze</p> <p>-P. Walec, A. Machała</p> <p>- M. Janusz</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze, J. Puskarczyk</p> <p>-J. Puskarczyk, wychowawcy O-III</p> <p>-A. Machała, P. Walec</p> <p>-wychowawcy świetlicy szkolnej</p>
<p><b>2. Bezpieczeństwo i ratowanie życia.</b></p> <p>- Pogadanki na początku roku szkolnego dotyczące bezpiecznej drogi do szkoły, zasady poruszania się po drogach oraz bezpiecznych zachowań w szkole, na przerwach i lekcjach oraz poza szkołą, bezpieczna ewakuacja. Zapoznanie z regulaminami korzystania z pracowni szkolnych.</p> <p>- spotkanie z przedstawicielem policji; bezpieczna droga do szkoły, zajęcia profilaktyczne z policjantem Bezpieczeństwo w domu i na drodze</p> <p>- pierwsza pomoc przedmedyczna Przypomnienie i utrwalanie zasad udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej na lekcji wf, przyrody i biologii, EDB, zajęć z pedagogiem szkolnym</p> <p>-Cykl zajęć dotyczących udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej – Świetlicowy Dzień Pierwszej Pomocy -</p>	<p>- wychowawcy klas 0-VIII</p> <p>-pedagog szkolny, psycholog szkolny wychowawcy</p> <p>- nauczyciele: wf, przyrody, biologii, EDB, oddział przedszkolny, M. Jarocka</p> <p>-M. Jarocka, wychowawcy świetlicy szkolnej</p>

<p>warsztaty</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-prowadzenie lekcji z cyklu „ratujemy i uczymy ratować”</li> <li>- BHP na lekcjach chemii – niebezpieczne substancje chemiczne.</li> <li>-bezpieczne ferie, bezpieczne wakacje, pogadanki</li> <li>-Konkurs plastyczny dla klas VIII „Pierwsza pomoc – mogę pomóc”</li> <li>-konkurs „Odblaskowa szkoła” – bezpieczeństwo w ruchu drogowym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-A. Głaz</li> <li>-A. Tietze</li> <li>-wychowawcy klas</li> <li>-Z. Zasońska – Warchoł</li> <li>-wychowawcy świetlicy szkolnej</li> </ul>
<p><b>3. Zdrowe odżywianie.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- prowadzenie lekcji na temat zdrowego odżywiania się;</li> <li>- udział w programie „Owoce w szkole”, „Szlanka mleka”</li> <li>-śniadanie z wychowawcą dla klas I-IV</li> <li>-Światowy Dzień Warzyw i Owoców – oddział przedszkolny/robienie soków owocowych, przygotowanie talerzy zdrowia/</li> <li>-Piramida Zdrowia /oddział przedszkolny/</li> <li>-Światowy Dzień Warzyw i Owoców w klasie II a</li> <li>-zdrowe i zbilansowane obiady na stołówce szkolnej</li> <li>-przygotowywanie gazetek na korytarzu szkolnym o tematyce prozdrowotnej dla wszystkich uczniów szkoły</li> <li>-wykonanie w klasach V prezentacji multimedialnej „Raz, dwa, trzy...wiem co jem”</li> <li>-Tydzień zdrowia u przedszkolaków</li> <li>-Nauczanie przez modelowanie – piramidy zdrowia na lekcjach biologii i przyrody</li> <li>-Udział w warsztatach edukacyjnych w Rzeszowie „Żyj zdrowo – warzywnie i owocowo ”klasy II a, II b</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wychowawcy klas, nauczyciele biologii i przyrody</li> <li>-klasy I – V, wychowawcy</li> <li>-wychowawcy klas I-IV</li> <li>-wychowawcy oddziału przedszkolnego P. Walec, A. Machała oraz wychowawcy I -III</li> <li>-P. Walec, A. Machała</li> <li>-B. Paterek</li> <li>-pracownicy szkolnej stołówki</li> <li>-A. Machała</li> <li>-M. Radwańska</li> <li>-P. Walec, A. Machała</li> <li>-E. Sarzyńska, A. Tietze</li> <li>-B. Paterek, D. Łasicka</li> </ul>

<p><b>4. Higiena</b></p> <p>- Realizacja w klasach IV na lekcjach przyrody programu antynikotynowego „Bieg po zdrowie”. Celem programu jest zapobieganie nałogom palenia papierosów wśród uczniów.</p> <p>-prelekcje na lekcjach wychowawczych i wychowania do życia w rodzinie na temat higieny osobistej;</p> <p>-pogadanki na temat chorób i higieny różnych układów narządów na lekcjach przyrody w kl. 4 i biologii w kl. 7</p> <p>-Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej w oddziale przedszkolnym, przygotowanie pogadanki i zabaw edukacyjnych o tematyce higieny jamy ustnej</p> <p>- Światowy Dzień Mycia Rąk w oddziale przedszkolnym, przygotowanie pogadanki i zabaw edukacyjnych na temat higieny rąk, Dbam o wzrok – pogadanka z pielęgniarką szkolną</p> <p>-Bieżące przekazywanie informacji uczniom na temat przeciwdziałania rozwojowi epidemii Covid. Rozpowszechnienie wśród uczniów wiedzy na temat zachowania zasad bezpieczeństwa, zgodnie z wytycznymi - użycie maseczek w miejscach wspólnych ,poruszanie się po szkole wg zasad, utrzymywanie dystansu, dezynfekcja i mycie rąk ,niepożyczanie sobie przyborów szkolnych, pokazanie właściwych zachowań</p> <p>-realizacja zagadnień dotyczących higieny, kultury fizycznej, rozwoju medycyny, powstawania szczepionek, upowszechniania sportu na lekcji historii w klasie 7c „ Postęp techniczny i kultura przełomu XIX i XX wieku”</p> <p>-realizacja programu antynikotynowej edukacji prozdrowotnej dla klas VII „Znajdź właściwe rozwiązanie”</p> <p>-szkolny konkurs recytatorski „W zdrowym ciele zdrowy duch”</p> <p>-szkolny konkurs „Wiedzy o zdrowiu” dla klas II – III</p> <p>-realizacja programu przeciwdziałającemu powstawaniu nowotworów skóry u dzieci i młodzieży „Znamię – Znam je”</p>	<p>- E. Sarzyńska</p> <p>-wychowawcy klas, pedagog szkolny</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze</p> <p>- A. Machała, P. Walec</p> <p>- A. Machała, P. Walec, szkolna higienistka</p> <p>- wszyscy pracownicy szkoły</p> <p>-A. Dąbrowicz</p> <p>-A. Tietze, E. Sarzyńska</p> <p>-nauczyciele świetlicy szkolnej</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze</p> <p>-A. Tietze, E. Sarzyńska</p>
<p><b>5. Zdrowie psychiczne</b></p> <p>- pogadanki na temat radzenia sobie z emocjami, stresem;</p>	<p>-wychowawcy klas</p>

<p>- obchody Międzynarodowego Dnia Kropki</p> <p>-obchody Dnia Pluszowego Misia</p> <p>-obchody Dnia Życzliwości /łańcuch życzliwości/</p> <p>-Tydzień życzliwości w oddziale przedszkolnym/ gazetka tematyczna, łańcuch życzliwości, „szarfy życzliwości”, laurka dla kolegi/</p> <p>-Sensoryczny Dzień Jeża – oddział przedszkolny, klasa II a</p> <p>-Dzień Uśmiechu w oddziale przedszkolnym /foto budka, gazetka informacyjna</p> <p>-realizacja cyklu pogadanek na temat zdrowia psychicznego uczniów</p> <p>-Udział nauczycieli w szkoleniach, warsztatach, webinariach:</p> <p>1.„Trening umiejętności emocjonalno-społecznych”</p> <p>2.Cykl szkoleń z prof. Jackiem Pyżalskim w ramach EduAkcja -”Motywacja i inspiracja. Najważniejsze narzędzia nauczyciela”</p> <p>3.”Refleksja nad motywowaniem w praktyce”</p> <p>4.”Jak motywować i inspirować ucznia”</p> <p>5.”Jak motywować i inspirować grupę”</p> <p>6.”WF z AWF, post pandemiczny powrót dzieci do szkoły”</p> <p>7.”Metodyka piłki nożnej Lato 2021”</p> <p>8.”Lekkoatletyka krok drugi”</p> <p>9.”Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej” -Modyfikacja części programu wychowawczo-profilaktycznego Dyżury w szkole psychologa i pedagoga szkolnego</p> <p>10.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konferencja on-line "Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w Internecie"</li> <li>• Szkolenie "Jak ponieść poziom bezpieczeństwa" organizowane przez Polskie Centrum Programu Safer Internet</li> <li>• szkolenie "Dialog w kręgu" organizowane przez Polskie Centrum Programu Safer Internet</li> </ul>	<p>-SU, wychowawcy</p> <p>-pedagog, wychowawcy świetlicy szkolnej</p> <p>-SU, wychowawcy</p> <p>-A. Machała, P. Walec</p> <p>-P. Walec, A. Machała, B. Paterek</p> <p>- wychowawcy świetlicy szkolnej</p> <p>-A. Smagała, M. Szymonik, A. Machała, P. Walec</p> <p>-nauczyciele, wychowawcy</p> <p>-A. Głaz</p> <p>-A. Piekoś – Luboch, P. Walec -M. Jarocka, A. Łaska</p> <p>-M. Jarocka, A. Łaska</p>
--	---

- Szkolenie: "Narzędzia profilaktyczne"
- szkolenie on-line "Motywuj innych, zmotywuj siebie"
- Konferencja edukacyjna "Oswoić z pomocą"
- Konferencja pt. "Szanse, wyzwania, zagrożenia - wprowadzenie do problematyki bezpieczeństwa dzieci i młodzieży online"
- Szkolenie spójrz inaczej on-line
- „Wprowadzenie do dialogu motywującego” - szkolenie on-line
- Super wizja psychologów i pedagogów szkolnych w PPP
- Konferencja "Zatroskani XXI " – o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży w nauce zdalnej
- Konferencja szkoleniowa dla specjalistów "Jak rozmawiać z dziećmi o wojnie"
- Udział w szkoleniu Jak przeciwdziałać szkodliwym wzorcom urody? - warsztat dla osób pracujących z młodzieżą
- Konferencja "Beze mnie? Jak tworzyć środowisko relacji ratujących przed rezygnacją z...

- Zainicjowanie akcji „Świąteczna Poczta" Umożliwienie uczniom przeżywania przygotowań do świąt Bożego Narodzenia wspólnie z kolegami/koleżankami ze szkoły. Publikowanie na łamach gazetki świątecznych pozdrowień Integrowanie środowiska szkolnego, pielęgnowanie uczuć dzieci i wyzwalanie radości z oczekiwanych świąt.

-obchody Dnia Świadomości Autyzmu

-Dzień Kolorowej Skarpetki – obchody Światowego Dnia Dzieci z Zespołem Downa

-„Razem dla zdrowia – walczymy z depresją” udział w przygotowaniu spotu i filmiku edukacyjnego

-„Bajkowy Dzień Dziecka” przygotowanie przez nauczycieli spektaklu dla uczniów „Śpiąca Królewna”

-Komunikacja interpersonalna w trosce o zdrowie człowieka – zagadnienia na lekcji EDB

-realizacja wybranych zagadnień z programu „Spójrz inaczej”

-Udział uczniów z klas VIII w programie profilaktycznym przeciwdziałającym zachowaniom problemowym i ryzykownym wśród młodzieży /stosowanie używek i przemocy/ „Archipelag Skarbów”.

-M. Janusz

-A. Machała, P. Walec, wychowawcy klas

-A. Machała, P. Walec

-A. Łaska

-aktorzy z nauczycielskiego teatru „Belfer”

-Z. Zasońska – Warchoń

-wychowawcy świetlicy szkolnej

-wychowawcy klas VIII A. Tietze, A. Smagała, M. Szymonik, pedagog i psycholog szkolny

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Udział z uczniami klasy 7c i 8a w koncercie profilaktycznym "Ku Wolności" grupy Wyrwani z Niewoli</li> <li>-Zgłoszenie szkoły do programu Profilaktyka zintegrowana w każdą pogodę</li> <li>-Udział z uczniami podczas konferencji "Oswoić z pomocą"</li> <li>- udział z uczniami w Digital Youth Forum 2021</li> <li>- współpraca z instytucjami zewnętrznymi: Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Sąd Rodzinny, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna, Komenda Policji, Urząd Miasta, szkoły podstawowej z miasta Stalowa Wola, Policyjna Izba Dziecka w Rzeszowie, Publiczny Szpital Kliniczny w Lublinie</li> <li>-opracowanie ankiety dotyczącej rekomendowanych programów profilaktycznych</li> <li>- współorganizacja Dnia Depresji 2022, udział w nagraniu filmiku profilaktycznego</li> <li>- dyżur w powiatowej infolinii w ramach akcji Razem dla zdrowia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-A. Łaska, M. Jarocka</li> <li>-A. Łaska, M. Jarocka</li> <li>-A. Łaska, M. Jarocka</li> <li>-A. Łaska, M. Jarocka</li> <li>-A. Łaska, M. Jarocka</li> <li>-A. Łaska, M. Jarocka</li> <li>-A. Łaska, M. Jarocka</li> <li>-A. Łaska</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, cyber przemocy zwłaszcza w czasie dni trwania zdalnej nauki;</li> <li>-ustalenie zasad i ich egzekwowanie „przerwy bez telefonu”</li> <li>-przeprowadzenie akcji szkolnej „Zamiast na tablecie grania zabierz książkę do czytania”. W ramach akcji, której celem było wskazanie alternatywnych form spędzania wolnego czasu z dala od telefonu zorganizowano kiermasz książek.</li> <li>-prowadzenie zajęć z robotyki i kodowania / Bezpieczny Internet/</li> <li>-pogadanki na temat bezpiecznego korzystania z Internetu</li> <li>-Dzień bezpiecznego Internetu</li> <li>-Koordynacja działań w sprawie spektaklu „Dzieci w sieci”, udział razem z uczniami klasy 4b w spektaklu on-line</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wychowawcy klas</li> <li>-nauczyciele klas I - VIII</li> <li>-E. Sarzyńska, A. Tietze</li> <li>-J. Socha, M. Radwańska</li> <li>-wychowawcy świetlicy szkolnej</li> <li>-wychowawcy klas</li> <li>-E. Sarzyńska, A. Łaska</li> </ul>

<p><b>7. Edukacja ekologiczna</b></p> <p>- Dzień Drzewa połączony z akcją „Sprzątanie świata” - sadzenie drzewek klasowych na terenie szkoły i poszerzenie wiedzy z zakresu edukacji ekologicznej. Piecza poszczególnych klas nad swoim klasowym drzewem</p> <p>-pogadanki na temat ochrony środowiska na lekcjach przyrody, biologii i geografii</p> <p>-lekcje w terenie o tematyce proekologicznej</p> <p>-Gang Swojaków/nagrywanie teledysku o zagrożonych gatunkach zwierząt/- oddział przedszkolny</p> <p>-Światowy Dzień Wody 4a, 5b, 6a</p> <p>-sprzątanie szkolnego placu zabaw w ramach akcji ”Sprzątanie najbliższego otoczenia” - uczniowie świetlicy szkolnej</p> <p>-udział oddziału przedszkolnego w konkursie ”Przedшкоłaki świat sprzątają, do żółtego wyrzucają” w ramach programu działaj z ImpETem</p> <p>-udział klas w akcji ”Razem sprzątnąmy Stalową Wolę” zorganizowanej przez MZK z okazji obchodów Dnia Ziemi</p>	<p>- M. Jarocka, wychowawcy klas , oddział przedszkolny</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze</p> <p>-E. Sarzyńska, A. Tietze</p> <p>-A. Machała, P. Walec</p> <p>-A. Skorupa</p> <p>-wychowawcy świetlicy szkolnej</p> <p>-P. Walec, A. Machała</p> <p>-E. sarzyńska, A. Tietze, M. Surma, A. Skorupa, P. Walec, A. Machała</p>
--	--

### **Efekty realizacji problemów priorytetowych:**

W minionym roku szkolnym na bieżąco realizowano założone w planie pracy zadania – problemy priorytetowe. Jednym z głównych założeń była integracja od września 2021 zespołów klasowych po tak długim okresie nauki zdalnej. U wielu uczniów zauważono problemy izolacji od grupy, symptomy depresji i lęków. Uczniowie Ci zostali objęci opieką psychologa i pedagoga szkolnego, mogli liczyć na wsparcie i pomoc ze strony wychowawców i nauczycieli. Zespoły klasowe pod opieką wychowawców razem spędzały czas poza salami lekcyjnymi podczas licznych klasowych wycieczek, wyjść na lody, do parku linowego i zabaw na świeżym powietrzu. Wychowawcy starali się aby nie dochodziło do izolacji uczniów z grup rówieśniczych. Problematyka ta została również poruszona podczas spotkań z rodzicami uczniów. Niepokojące symptomy były zgłaszane rodzicom. Z upływem roku szkolnego takich zachowań jak izolacja czy lęki było coraz mniej, uczniowie wdrożyli się ponownie do systemu nauki w szkole



i przebywania w grupie .

Kolejny problem priorytetowy to walka z nadwagą i mniejszą sprawnością fizyczną wśród uczniów, zauważoną po powrocie do szkoły po długim okresie nauki zdalnej i domowej izolacji. Od września uczniowie mogli już aktywnie uczestniczyć w lekcjach wychowania fizycznego, brali udział w zawodach sportowych, rozwijali swoją sprawność fizyczną w trakcie zajęć dodatkowych SKS, wyjeżdżali na klasowe wycieczki i wędrowki górskimi szlakami w ramach Szkolnego Klubu Górskiego „Jedyneczka”. Efektem tych działań ruchowych jest powrót wielu uczniów do sprawności i aktywności fizycznej sprzed pandemii. Podczas zajęć wychowawcy przypominali o prawidłowych nawykach żywieniowych, były organizowane akcje i konkursy o tematyce prozdrowotnej czego efektem jest wzrost świadomości i większa dbałość o własne zdrowie.

Na bieżąco zgodnie z wytycznymi Ministra Zdrowia i Ministra Edukacji i Nauki były w szkole przestrzegane zasady reżimu sanitarnego w związku z pandemią Covid-19. Zauważono wykształcenie wśród uczniów nawyku częstego mycia rąk, zasłaniania ust w trakcie kichania oraz większą świadomość wśród dorosłych, którzy nie przyprowadzali do szkoły dzieci chorych.

Zauważono przyrost wiedzy na temat zasad bezpiecznego korzystania z zasobów Internetu i zagrożeń z tego wynikających. Dużą rolę odegrała akcja „przerwa bez telefonu”, rygorystyczne jej przestrzeganie przyczyniło się w widoczny sposób do ograniczenia czasu spędzanego przez uczniów z telefonem komórkowym w rękę w zamian za to uczniowie nawiązywali bezpośrednio rozmowy koleżeńskie tak potrzebne do kształtowania poprawnych emocji u młodych ludzi.

#### **Wnioski do dalszej pracy w następnym roku szkolnym 2022/2023:**

-kontynuacja działań mających na celu uzyskanie Krajowego Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie min. organizacja imprezy międzyszkolnej o charakterze prozdrowotnym, integrującej uczniów wszystkich szkół podstawowych z terenu miasta „Międzyszkolny Master SzeF”, przeprowadzenie ewaluacji pracy szkoły pod kątem promocji zdrowia, przeprowadzenie wśród uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły, rodziców ankiet dotyczących promocji zdrowia w szkole, zaprezentowanie wyników ewaluacji na forum zaproszonych gości spoza szkoły, Rady Rodziców, koordynatora rejonowego sieci szkół promujących zdrowie.

-Konsekwentne egzekwowanie zasad ustalonych w ramach „przerwy bez telefonu

komórkowego”. Zauważono, że uczniowie stosując się do zasad ograniczyli korzystanie z telefonów komórkowych w trakcie przerw

-Całoroczna integracja zespołów klasowych, wychwytywanie zachowań niepokojących w zachowaniu uczniów np. izolacja w zespole klasowym, lęki, symptomy depresji

-Lekcje na świeżym powietrzu, wyjścia klasowe i wycieczki integrujące zespoły klasowe i rozwijające sprawność fizyczną uczniów. Wyposażać uczniów w wiedzę o znaczeniu aktywności ruchowej dla zdrowia

-Kontynuowanie nauki zdrowych nawyków żywieniowych przez wychowawców i nauczycieli.

**Opracowały: Elżbieta Sarzyńska, Aneta Tietze**