

Plan Pracy Szkoły Promującej Zdrowie w roku szkolnym 2023/2024

w Publicznej szkole Podstawowej nr 1
im. Wacława Górskiego w Stalowej Woli

Szkoła Podstawowa nr 1 w Stalowej Woli w roku szkolnym liczy 13 oddziałów klasowych uczniów I – VIII oraz 1 oddział przedszkolny „O”. Misją szkoły jest tworzenie dla uczniów życzliwej, przyjaznej i bezpiecznej atmosfery do nauki i wychowania oraz kształtowanie szeroko rozumianych nawyków prozdrowotnych.

Program działań na rok szkolny 2023/24 został opracowany na podstawie raportu przeprowadzonej w ubiegłym roku szkolnym Ewaluacji Szkoły Promującej Zdrowie oraz obserwacji zachowań uczniów i wymiany spostrzeżeń w zespołach wychowawców i nauczycieli. Głównym celem raportu było sprawdzenie, w jakim stopniu Publiczna Szkoła Podstawowa nr 1 w Stalowej Woli we współpracy z rodzicami uczniów i społecznością lokalną systematycznie i planowo tworzy środowisko społeczne i fizyczne sprzyjające zdrowiu i dobremu samopoczuciu społeczności lokalnej oraz w jakim stopniu wspiera rozwój kompetencji uczniów i pracowników w zakresie dbałości o zdrowie zawarte w czterech standardach Szkoły Promującej Zdrowie:

1. Koncepcja pracy szkoły, jej struktura i organizacja sprzyjają uczestnictwu społeczności szkolnej w realizacji działań w zakresie promocji zdrowia oraz skuteczności i długofalowości tych działań.
2. Klimat społeczny szkoły sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów.
3. Szkoła realizuje edukację zdrowotną uczniów, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych oraz dąży do poprawy jej skuteczności.
4. Warunki oraz organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz współpracy z rodzicami.

Uzyskane w wyniku autoewaluacji dane stanowią podstawę do refleksji i planowania dalszych działań dla rozwoju Szkoły Promującej Zdrowie.

Przeprowadzenie autoewaluacji umożliwiło szkole podjęcie starań o uzyskanie Krajowego Certyfikatu Szkoła Promująca Zdrowie, który jest nadawany przez Ministra Edukacji i Nauki.

Cel główny na rok szkolny 2023/2024: **Kształtowanie prawidłowych relacji interpersonalnych w grupie uczniów.**

Cele szczegółowe:

- Zminimalizowanie zachowań niewłaściwych wśród uczniów,
- Doskonalenie umiejętności rozwiązywania konfliktów rówieśniczych,
- Nauka asertywności w grupie,
- Kształtowanie u uczniów i pracowników szkoły poczucia odpowiedzialności za zdrowie i dobre samopoczucie innych,
- Prowadzenie działań, akcji propagujących naukę szacunku i tolerancji,
- Zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego w grupie rówieśniczej z dala od komputera,
- Stwarzanie przyjaznego klimatu w szkole sprzyjającego dobremu samopoczuciu.

Uzasadnienie wyboru celu głównego:

Relacje z rówieśnikami odgrywają znaczącą rolę w rozwoju dzieci i młodzieży. Ważnym miejscem kształtowania się tych relacji jest klasa szkolna. Od tego, jak będą się one układały zależy samopoczucie uczniów w szkole, ich funkcjonowanie psychospołeczne wśród innych oraz poczucie własnej wartości. Nie wszystkie relacje są prawidłowe, zdarzają się zachowania agresywne czy konflikty. Niewłaściwe zachowania uczniów zagrażają ich bezpieczeństwu oraz negatywnie wpływają na samopoczucie i naukę w szkole. Po dokonaniu autoewaluacji i wyboru problemu priorytetowego Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia we współpracy z wychowawcami podjął decyzję o konieczności zminimalizowania niewłaściwych zachowań wśród uczniów.

Wykonawcy programu:

- Zespół Promocji Zdrowia;
- Wychowawcy klas,
- Nauczyciele,
- Pedagog, psycholog szkolny
- Pielęgniarka szkolna,
- Rodzice

Formy działania:

Warsztaty, pokazy, pogadanki, filmy edukacyjne, wycieczki, konkursy, kiermasze, akcje edukacyjne, imprezy sportowo- rekreacyjne, inscenizacje, gazetki.

HARMONOGRAM DZIAŁAŃ

ZADANIA I SPOSÓB ICH REALIZACJI	ODPOWIEDZIALNI, TERMIN
<p>1.Promowanie zdrowego stylu życia. Rozwijanie sprawności fizycznej.</p> <ul style="list-style-type: none"> - szkolne i międzyszkolne zawody sportowe, - zorganizowanie Dnia Sportu Szkolnego – mecz rodzice/uczniowie, - organizowanie rozgrywek klasowych i międzyklasowych. -pozaekscyjne zajęcia sportowe, - opracowanie indywidualnych ćwiczeń domowych poprawiających postawę uczniów, - przeprowadzenie jesiennych i wiosennych prób sprawności fizycznej uczniów, - zorganizowanie konkursu na „Najlepszego Sportowca Szkoły”, -zajęcia na basenie – realizacja programu „Pływam jak rybka”, - zajęcia na kortach tenisowych – nauka gry w tenisa dla klas I-III w ramach programu „Tenis 10”, -wycieczki rekreacyjne, - Dzień Zdrowia, wystawa plakatów uczniów „ Nie pal” oraz „Stop używkom” w ramach realizacji projektu „ Bieg po zdrowie”, - akcja „ Zamiast na tablecie grania- zabierz książkę do czytania” kiermasz zakładek do książek oraz książek nowych i używanych, - zajęcia taneczne w MDK dla klas I-III w ramach programu „Śpiewaj i tańcz”, - przeprowadzenie pogadarek dla uczniów n/t podstawowych zasad utrzymania prawidłowej postawy ciała, -aktywne przerwy – udostępnienie uczniom stanowiska do gry w tenisa stołowego podczas przerw, -aktywne przerwy – taneczne przerwy /zumba, aerobik, układy choreograficzne przygotowane i poprowadzone przez chętnych uczniów/, -jesienno – wiosenna gra terenowa „Szukanie skarbów” – 	<ul style="list-style-type: none"> -nauczyciele wf , cały rok -wychowawcy klas I- III, instruktorzy pływania MOSiR -Wychowawcy klas I – III, instruktorzy nauki gry w tenisa -wychowawcy klas oraz J. Socha w ramach " Szkołego Klubu Górskiego", cały rok -E. Sarzyńska, A. Tietze, IV 2024 -E. Sarzyńska, A. Tietze, XI 2023 -wychowawcy klas I -III, instruktorzy tańca MDK, cały rok -wychowawcy klas, higienistka szkolna -nauczyciele wf, cały rok podczas długich przerw -Samorząd Uczniowski, cały rok – raz w tygodniu, -wychowawcy oddziału

oddział przedszkolny.	przedszkolnego, IX 2023, V 2024
<p>2. Bezpieczeństwo i ratowanie życia.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Obchody Dnia Pierwszej Pomocy, - Europejski Dzień Numeru Alarmowego 112 , -spotkania profilaktyczno-edukacyjne z policjantem, strażakiem, ratownikiem medycznym, -realizacja projektu „Ratujemy i uczymy ratować” , - akcje bezpieczne ferie, bezpieczne wakacje, -akcja „Przerwa dla zdrowia” – zorganizowanie kącika „przyszłego lekarza”, a w nim pomiar ciśnienia krwi, pulsu, kontrola wagi ciała, wzrostu, obliczanie BMI, - konkurs plastyczny ”Pierwsza pomoc ratuje życie”, - konkurs: Pierwsza pomoc przedmedyczna – test wiedzy. 	<ul style="list-style-type: none"> - wychowawcy oddziału przedszkolnego, IX 2023 - wychowawcy klas I-III, II 2024 -pedagog szkolny, wychowawcy I-III, wychowawcy oddziału przedszkolnego, na bieżąco -wychowawcy klas I – VIII, na bieżąco -wychowawcy klas I-VIII -E. Sarzyńska , A. Tietze, IV 2024 - Z. Zasońska- Warchoł, IV 2024 - Z. Zasońska- Warchoł, V 2024
<p>3. Zdrowe odżywianie.</p> <ul style="list-style-type: none"> - obchody Dnia Zdrowia w szkole (przedstawienie), - obchody Dnia Warzyw I Owoców – przygotowanie sałatki owocowej - prowadzenie lekcji na temat zdrowego odżywiania się, - „Zdrowe śniadanie na lekcji przyrody” - wykonywanie na lekcjach przyrody zdrowych posiłków, - udział w programie „Program dla szkół”, 	<ul style="list-style-type: none"> - wychowawcy oddziału przedszkolnego, IV 2023 - wychowawcy oddziału przedszkolnego i klas I-III, X 2023 -wychowawcy klas, nauczyciele biologii, przyrody, EDB – cały rok szkolny -A. Tietze, III 2024 -klasy I – V, wychowawcy, woźny, cały rok

<ul style="list-style-type: none"> -prowadzenie gazetki o tematyce zdrowotnej na korytarzu szkolnym, -organizacja konkursu „Wiedzy o zdrowiu”, -„Przestrzenna Piramida Zdrowia” - konkurs plastyczny, wystawa prac uczniów z klas IV, - warsztaty kulinarne ze specjalistą „Zabawa w gotowanie”, warsztaty Sushi - obchody Dnia Płatków Śniadaniowych – przygotowanie drugiego śniadania, -drugie śniadanie z wychowawcą. 	<ul style="list-style-type: none"> -wychowawcy oddziału przedszkolnego, na bieżąco -E. Sarzyńska, A. Tietze, IV 2024 -A. Tietze, II 2024 -E. Sarzyńska, A. Tietze, V 2024 - wychowawcy klas I-III, V 2024 -wychowawcy I – III, cały rok szkolny
<p>4. Higiena</p> <ul style="list-style-type: none"> -spotkanie ze szkolną pielęgniarką, -prelekcje na lekcjach wychowawczych i wychowania do życia w rodzinie na temat higieny osobistej, -pogadanki na temat chorób i higieny różnych układów narządów na lekcjach przyrody w kl. 4 i biologii w kl. 7. 	<ul style="list-style-type: none"> -pielęgniarka szkolna, na bieżąco -wychowawcy klas, na bieżąco -nauczyciele przyrody i biologii, na bieżąco
<p>5. Zdrowie psychiczne</p> <ul style="list-style-type: none"> - obchody Dnia Kropki, - obchody Światowego Dnia Uśmiechu, - obchody Dnia Tolerancji, - obchody Dnia Pozytywnego Myślenia, - pogadanka na temat radzenia sobie z emocjami, -konsultacje z psychologiem i pedagogiem, - zabawy integrujące zespół klasowy, -obchody Dnia Pluszowego Misia, - Udział w akcji przeciwko przejawom agresji i przemocy, 	<ul style="list-style-type: none"> - Samorząd Uczniowski, IX 2023 - wychowawcy klas I-III, X 2023 -wychowawcy klas I-III, XI 2023 - wychowawcy klas I-III, II 2024 -psycholog, na bieżąco -pedagog i psycholog szkolny, cały rok -wychowawcy klas, cały rok - Samorząd uczniowski, wychowawcy klas I-VIII, XI 2023 - Samorząd Uczniowski, cały rok

<ul style="list-style-type: none"> - obchody Dnia świadomości Autyzmu, - warsztaty dla rodziców "Moje dziecko wśród innych – rozwój emocjonalno – społeczny dziecka", - „Szkolny Ogród Sensoryczny” – integracja sensoryczna forma pracy terapeutycznej w relacjach rówieśniczych, wykorzystanie metod SI, -Dzień miłych słów – kształtowanie właściwych relacji między uczniami, -nietypowe lekcje wychowawcze – warsztaty profilaktyczne „Twoja postawa ma znaczenie” dla klas IV – VI, -całoroczny projekt szkolny „Klasa na medal” – integrujący zespoły klasowe, -jesiennie – wiosenne wieczory filmowe, -aktywne przerwy – kącik gier planszowych. 	<ul style="list-style-type: none"> - Samorząd Uczniowski, IV 2024 - psycholog szkolny, XI 2023 -terapeuta zajęć SI A. Machała, cały rok na bieżąco -Samorząd Uczniowski, XI 2023 -psycholog szkolny, IX 2023, VI 2024 -Samorząd Uczniowski, wychowawcy klas, Rada Rodziców, cały rok -Samorząd Uczniowski, XI 2023, V 2024 -Samorząd Uczniowski, nauczyciele wf, cały rok szkolny
<p>6. Bezpieczne korzystanie z Internetu i telefonu komórkowego.</p> <ul style="list-style-type: none"> -bezpieczne korzystanie z Internetu -wskazanie bezpiecznych stron, Godzina Kodowania – akcja, -pogadanki na temat zagrożeń w sieci, cyber przemocy, - Konkurs plastyczny „Bezpieczny Internet”, - Prezentacja multimedialna „Bezpieczny Internet” – konkurs, - akcja uświadamiająca uczniom negatywny wpływ częstego korzystania z telefonów komórkowych, -Dzień Bezpiecznego Internetu. 	<ul style="list-style-type: none"> - M. Radwańska, J. Socha, cały rok -nauczyciel informatyki, nauczyciele klas I-VIII, cały rok -M. Radwańska, I 2024 -M. Radwańska, III 2024 -wychowawcy klas, na bieżąco -pedagog, psycholog szkolny, wychowawcy klas, II 2024.
<p>7. Edukacja ekologiczna</p> <ul style="list-style-type: none"> - konkurs na ekologiczną bombkę świąteczną, - Eko-zabawka - konkurs ekologiczny na najfajniejszą rzecz 	<ul style="list-style-type: none"> -nauczyciele biologii, geografii przyrody, techniki, XII 2023 - wychowawcy oddziału

<p>zrobioną z odpadów,</p> <ul style="list-style-type: none"> - udział w Ogólnopolskiej Akcji Sprzątanie Świata, - obchody Dnia Ziemi, - pogadanki na temat ochrony środowiska na lekcjach przyrody, biologii i geografii, -akcja „ Stop plastikom” uświadamiająca uczniów i ich rodziców o szkodliwym wpływie plastikowych opakowań na zdrowie człowieka i na środowisko naturalne, - obchody Światowego Dnia Recyklingu, -udział w programie "Czyste powietrze wokół Nas", -Klasowe Drzewko – pielęgnacja klasowych drzewek, pogadanki na temat roli drzew w życiu człowieka. 	<p>przedszkolnego, II 2024</p> <ul style="list-style-type: none"> -E. Sarzyńska, A. Tietze, IX 2023 -E. Sarzyńska, A. Tietze, IV 2024 -E. Sarzyńska, A. Tietze, cały rok -E. Sarzyńska, A. Tietze, wychowawcy klas, na bieżąco - wychowawcy klas I-III, III 2024 - wychowawcy oddziału przedszkolnego, na bieżąco -wychowawcy klas I – III, cały rok.
--	--

Koordynatorzy zespołu:

Elżbieta Sarzyńska, Aneta Tietze