

Sprawozdanie z realizacji Szkolnego Programu Promocji Zdrowia
w Publicznej Szkole Podstawowej nr 1 w Stalowej Woli
w roku szkolnym 2024/25

ZADANIA I SPOSÓB ICH REALIZACJI	ODPOWIEDZIALNI, TERMIN
1.Promowanie zdrowego stylu życia. Rozwijanie sprawności fizycznej. - Udział w zawodach sportowych: Miejskie Igrzyska Dzieci w piłce ręcznej dziewcząt i chłopców, Miejskie Igrzyska Młodzieży Szkolnej w koszykówce chłopców, Miejskie Igrzyska Młodzieży Szkolnej w tenisie stołowym dziewcząt i chłopców, Miejskie Igrzyska Młodzieży Szkolnej w siatkówce dziewcząt i chłopców, -Powiatowe Igrzyska Dzieci i Młodzieży szkolnej w lekkiej atletyce, Czwartki Lekkoatletyczne, -Powiatowe Igrzyska Dzieci w trójboju lekkoatletycznym, -„Lekkoatletyczne Nadzieje Olimpijskie”, -Przystąpienie do programu PZPN „Szkola Przyjazna Piłce”, -Udział w Piłkarskim Pikniku Dziewcząt, -„Dzień bez windy”, -Sportowe zmagania przedszkolaków – integracja środowisk przedszkolnych z terenu miasta, - Pozalekcyjne zajęcia sportowe SKS, -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”,	-nauczyciele wf , -nauczyciele wf , -nauczyciele wf , -wychowawcy, nauczyciele w-f, -wychowawcy klas I-III, wychowawcy oddziału przedszkolnego, -nauczyciele w-f, -wychowawcy klas I- III, instruktorzy pływania MOSiR, -Wychowawcy klas I – III, instruktorzy nauki gry w tenisa,

-Wycieczki rekreacyjne, - „Szkolny Klub Górski Jedynecka” – promowanie aktywności fizycznej poprzez piesze wędrówki, - Zajęcia taneczne w MDK dla klas I-III w ramach programu „Śpiewaj i tańcz”, - Przeprowadzenie pogadań dla uczniów n/t podstawowych zasad utrzymania prawidłowej postawy ciała, - Aktywne przerwy – udostępnienie uczniom stanowiska do gry w tenisa stołowego podczas przerw, - Akcja „Cicha przerwa” – przeznaczona na czytanie książek.	-wychowawcy klas, -J. Socha, -wychowawcy klas I -III, instruktorzy tańca MDK, cały rok, -wychowawcy klas, higienistka szkolna, -nauczyciele wf, - Samorząd Uczniowski,
2. Bezpieczeństwo i ratowanie życia. - Zasady bezpiecznego zachowania się w ruchu pieszych. Bezpieczna droga do szkoły – spotkanie z policjantem, -Spotkania profilaktyczno-edukacyjne z policjantem, Akcja „Bezpieczne ferie”, „Bezpieczne wakacje”, -Europejski Dzień Przywracania Akcji Serca – bijemy rekord razem z WOŚP, -Nauka udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej w ramach programu „Ratujemy i uczymy ratować”, resuscytacja na lekcjach w-f, lekcjach wychowawczych, warsztatach z pedagogiem szkolnym, -Pierwsza pomoc krwotoki, złamanie, zwichnięcie, oparzenie, użądlenie na lekcjach biologii i przyrody, -Nauka ewakuacji w przypadku zagrożenia pożarem w szkole, spotkanie ze strażakiem w klasach I-III, -Próbna ewakuacja szkoły Ppoż. -Udział uczniów klas VII i VIII w warsztatach profilaktyki antynikotynowej w Sanepid Stalowa Wola.	-pedagog szkolny, wychowawcy I-III, wychowawcy oddziału przedszkolnego, -pedagog szkolny, wychowawcy I-VIII, wychowawcy oddziału przedszkolnego, -pedagog szkolny, wychowawcy, -pedagog szkolny, wychowawcy klas, nauczyciele w-f, -E. Sarzyńska, A. Tietze , -wychowawcy klas, -nauczyciele, pracownicy szkoły, uczniowie, -E. Sarzyńska, A. Dąbrowicz, J. Socha
3. Zdrowe odżywianie. - Piramidy Zdrowia na lekcjach biologii i przyrody, - Dzień Jabłka – zabawy sensoryczne z wykorzystaniem jabłek, dlaczego warto jeść jabłka? – pogadanka,	- E. Sarzyńska, A. Tietze, - wychowawcy oddziału przedszkolnego,

- Zdrowo jemy. Owocowo – warzywny tydzień u przedszkolaków, - Obchody Dnia Warzyw i owoców – nauka przygotowywania pełnowartościowych posiłków, - Prowadzenie lekcji na temat zdrowego odżywiania się, - Udział w programie „Program dla szkół”, - Zdrowo odżywiamy się – zabawy sensoryczne z wykorzystaniem zabaw, - Śniadanie daje moc w klasach I-III, przygotowanie drugiego śniadania i degustacje. -Lekcja otwarta dla nauczycieli w klasie I a. Wykorzystanie metody CLIL w nauczaniu języka angielskiego „Healthy breakfast/zdrowe śniadanie”. -„Sprawdź co masz w swojej śniadaniówce” . Zdrowe odżywianie. Praca dietetyka. -Hodowla szczypiorku na parapecie okiennym w klasie. Wyjście na rynek po nowalijki wiosenne. Przygotowanie zdrowego śniadania z zakupionych nowalijek.	- wychowawcy oddziału przedszkolnego, -wychowawcy klas I-III, -wychowawcy klas, nauczyciele biologii, przyrody, -klasy I – V, wychowawcy, woźny, - wychowawcy oddziału przedszkolnego, - wychowawcy klas I-III, -A. Kawa, -A. Kawa, -A. Kawa,
4. Higiena -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, -Program profilaktyczny „Dziel się uśmiechem” z zakresu higieny jamy ustnej, technika mycia zębów”, -Higiena jamy ustnej – fluoryzacja zębów, -Umieszczenie w toalecie dla dziewcząt „Różowych skrzyneczek” ze środkami higienicznymi dla dziewcząt. -Spotkanie i wywiad z higienistką szkolną, higiena ciała klasa I a.	-wychowawcy klas, -nauczyciele przyrody i biologii, -wychowawcy klas I-III, oddział przedszkolny, -higienistka szkolna, -SU we współpracy z Urzędem Miasta Stalowej Woli, -A. Kawa, higienistka szkolna,
5. Zdrowie psychiczne - Akcja Tumbo – Dzień Solidarności z Dziećmi i młodzieżą w żałobie – zorganizowanie kiermaszu,	-psycholog i pedagog szkolny,

- Obchody Dnia Kropki, - Pogadanki na temat radzenia sobie z emocjami, -Konsultacje z psychologiem i pedagogiem, - Zabawy integrujące zespół klasowy: Dzień Chłopca, mikołajki, andrzejkki, klasowe wigilie, zabawa noworoczna, -Obchody Dnia Pluszowego Misia, -„Dzień miłych słów” – kształtowanie właściwych relacji między uczniami, -aktywne przerwy – kącik gier planszowych, - Dzień Życzliwości – dbanie o zdrowie psychiczne naszych dzieci, - Udział rodziców, uczniów, nauczycieli kl. 8 w zajęciach profilaktycznych „Archipelag Skarbów”, -Spotkanie międzypokoleniowe uczniów z seniorami w Miejskiej Bibliotece Publicznej – warsztaty międzypokoleniowe we współpracy z Dziennym Domem Senior + przy MOPS w Stalowej Woli, -Wspólne czytanie z Seniorami – warsztaty międzypokoleniowe, -„H jak herbaciarnia” lekcja wychowawcza na temat dobrego wpływu potraw i napojów na koncentrację uwagi i redukcję stresu, wspólne zaparzanie herbaty, -Udział szkoły w Ogólnopolskiej Kampanii Dzieciństwo bez przemocy, -Międzynarodowy Dzień Praw Dziecka, -Klasowe Kontrakty – przeciwdziałanie zachowaniom agresywnym i wykluczeniu w zespole, -Czytanie dodaj do ulubionych. Dobroczynne skutki czytania na psychikę człowieka. Alternatywa spędzania wolnego czasu, -Lekcja on- line „Profilaktyka zdrowia psychicznego” kl.8a -Lekcja on-line o cyberprzemocy, kl.8b,	- Samorząd Uczniowski, wychowawcy klas, - wychowawcy klas, psycholog i pedagog szkolny, - psycholog i pedagog szkolny, -wychowawcy klas, - Samorząd uczniowski, wychowawcy klas, -Samorząd Uczniowski, - wychowawcy klas, - Samorząd Uczniowski, - psycholog szkolny, psycholog, wychowawcy klas VIII, -wychowawcy klas II, -wychowawcy klas I-III, -M. Janusz, -pedagog, psycholog szkolny, wychowawcy, pracownicy szkoły, -SU, opiekunowie świetlicy szkolnej -wychowawcy klas I-VIII, -M. Janusz, -A. Łaska, -A. Łaska,
--	---

-Lekcja on-line „Sekret w Internecie”, kl.1-3, -Webinar „Wizerunek w Internecie”, klasy 7a, 7b, 8a, 8b, -Pogadanka z psychologiem : Jak rozwijam swoją pasję, motywację, odwagę kl.7a, 7b, 8a, 8b, -Zajęciach w klasach dotyczące Standardów Ochrony Małoletnich, -Udział z uczniami w konferencji „ Bulimia i anoreksja – zagrożenia dla młodzieży” w Zespole Szkół nr 3 w Stalowej Woli, kl.8a, 8b, -Ogólnopolska Kampania Dzieciństwo Bez Przemocy – udział szkoły.	-A. Łaska, wychowawcy, -A. Łaska, wychowawcy, -A. Łaska, -A. Łaska, M. Jarocka, wychowawcy, -A. Łaska, -A. Łaska.
6. Bezpieczne korzystanie z Internetu i telefonu komórkowego. -Bezpieczne korzystanie z Internetu -wskazanie bezpiecznych stron, Godzina Kodowania , Dzień Bezpiecznego Internetu, -Pogadanki na temat zagrożeń w sieci, cyber przemocy, - Pogadanki na temat negatywnego wpływu częstego korzystania z telefonów komórkowych, -Czym grozi nadużycie nowych technologii – lekcja online dla klas V-VII.	- M. Radwańska, J. Socha, wychowawcy, -nauczyciel informatyki, nauczyciele klas I-VIII, -wychowawcy klas, -wychowawcy klas
7. Edukacja ekologiczna - Obchody Dnia Czystego Powietrza – zorganizowanie warsztatów oraz wykonywanie plakatów o tematyce antysmogowej, - Pogadanki na temat ochrony środowiska na lekcjach przyrody, biologii i geografii, Segregacja odpadów, - Obchody Dnia Jeża – poznanie gatunków jeży, zapoznanie się z kodeksem młodego ekologa, -Udział klasy I a w programie ekologicznym „Kubusiowi Przyjaciele Natury” – misja recykling, -„Od nasionka do rośliny” – edukacja ekologiczna w oddziale przedszkolnym, -Udział w Akcji Sprzątanie Świata 2025	-E. Sarzyńska, A. Tietze, -E. Sarzyńska, A. Tietze, - wychowawcy oddziału przedszkolnego, -A. Kawa, -P. Walec, A. Machała, -E. Sarzyńska ,A. Tietze, P. Walec, A. Machała.

W roku szkolnym 2024/25 odbyło wiele działań dotyczących promocji zdrowego stylu życia. Dotyczy to, zarówno przedsięwzięć, które weszły do stałego harmonogramu działań szkoły, jak i nowych związanych z potrzebami zauważonymi przez nauczycieli wychowawców, lub też sytuacji bieżących. Przykładem jest wprowadzenie zmian w zasadach korzystania przez uczniów z telefonów komórkowych na terenie szkoły. Uczniowie nie mogą korzystać z telefonów podczas przerw i lekcji za wyjątkiem pilnej potrzeby, za zgodą nauczyciela oraz podczas procesów edukacyjnych z wykorzystaniem telefonów na zajęciach. Zauważono duże pozytywne zmiany w zachowaniu uczniów pod tym względem w szkole. Zmniejszyła się widocznie liczba uczniów korzystających bez pozwolenia z telefonów podczas przerw. Duży nacisk położono w tym roku szkolnym na edukację udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej. Poszczególne klasy doskonaliły umiejętność wykonywania resuscytacji na warsztatach z pedagogiem szkolnym, nauczycielami wf i wychowawcami. W październiku wszyscy uczniowie i pracownicy szkoły wzięli udział w ogólnopolskiej akcji „Bijemy rekord w resuscytacji”. W szkole jest organizowanych wiele akcji, które promują zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną. Są również organizowane spotkania, warsztaty mające na celu pomoc uczniom w radzeniu sobie z sytuacjami trudnymi, jak również mającymi wpływ na ich zdrowie psychiczne i bezpieczeństwo. Uczniowie chętnie angażują się w różnorodne działania jakie stwarza im szkoła.

Wnioski do pracy w roku szkolnym 2025/2026:

- nieustannie kształtować pozytywne relacje interpersonalne między uczniami szkoły,
- systematycznie przypominać i edukować uczniów o zachowaniu szacunku w stosunku do wszystkich pracowników szkoły woźnych, pracowników kuchni i sekretariatu, dyrekcji, nauczycieli,
- konsekwentnie, cały czas uświadamiać uczniom niekorzystny wpływ na zdrowie, długości czasu spędzanego przy komputerze i telefonach. Wskazywać formy spędzania czasu wolnego mające korzystny wpływ na ich zdrowie,
- kontynuować różne formy działań o tematyce zdrowotnej i dążyć do ich uatrakcyjniania, aby włączyć w nie jak największą ilość uczniów,
- w dalszym ciągu należy uwrażliwiać uczniów na utrzymywanie porządku wokół siebie i przestrzeni wspólnej, poszanowania mienia szkoły, segregacji odpadów na terenie szkoły i poza nią.

Koordynatorzy zespołu: Elżbieta Sarzyńska, Aneta Tietze.

