

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,
KTÓRA NALEŻY DO
WIELKOPOLSKIEJ SIECI SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE**

RAPORT ZA ROK 2014/2015

INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:

Nazwa	Szkoła Podstawowa nr 2 im. Olimpijczyków Polskich
Adres	ul. Roosevelta 12 64 – 920 Piła
Telefon	672123394
Adres mailowy	spdwojka@op.pl
Strona www	www.sp2.pilanin.pl
Imię i nazwisko dyrektora	Dorota Frydrych
Imię i nazwisko koordynatora	Dorota Sieniawska
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	Krystyna Krzysztofiak, Danuta Piechowska, Małgorzata Puto, Edyta Piecyk, Teresa Tomaszewska, Danuta Banachowicz.
Data otrzymania certyfikatu Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie	14 listopada 2012 roku
Nr w wykazie szkół/placówek (<i>lista dostępna na stronie www.ko.poznan.pl</i>)	165

1. Plan działań w zakresie promocji zdrowia.

**PLAN DZIAŁAŃ DO REALIZACJI PROGRAMU SZKOŁY PROMUJĄCEJ
ZDROWIE DLA KLAS I-VI NA ROK SZKOLNY 2014/2015**

**PRIORYTET: PROMOWANIE I KSZTAŁTOWANIE NAWYKÓW ZDROWEGO
ODŻYWIANIA, OGRANICZENIE NADMIERNEGO HAŁASU W SZKOLE.**

ZADANIA:

- kształtowanie właściwych zasad racjonalnego odżywiania się,
- wykształcenie odpowiednich nawyków żywieniowych,
- uświadomienie uczniom konieczności ograniczenia hałasu w szkole,
- podejmowanie działań ograniczających hałas w szkole,
- stworzenie w szkole atmosfery spokojnego klimatu spędzania przerw,
- wdrażanie dzieci do uczestniczenia w zabawach, lekcjach wyciszających.

REALIZOWANE W ROKU SZKOLNYM 2014/2015 PROGRAMY, PROJEKTY:

- Program edukacyjny „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy” dla uczniów klas I - koordynator Bożena Stańczyk,
- Program edukacji antytytoniowej „Nie pal przy mnie, proszę” dla uczniów klas II - koordynator Monika Pająk,

- Projekt edukacyjny „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy” dla uczniów klas III - koordynator Dorota Sieniawska,
- Program edukacyjny „Klub Bezpiecznego Puchatka” dla uczniów klas I – koordynator Krystyna Krzysztofiak ,
- Program edukacyjny „Trzymaj Formę” dla uczniów klasy V c – koordynator Aneta Marzec,
- Program profilaktyki palenia tytoniu „Znajdź właściwe rozwiązanie” dla uczniów klas VI – koordynator Edyta Piecyk,
- Program z Zakresu Edukacji Prozdrowotnej Przeciwdziałania Przemocy i Profilaktyki Uzależnień w klasach I – VI koordynator Małgorzata Puto
- Program z zakresu ochrony środowiska dla uczniów klas I – VI „W zgodzie z naturą” – koordynator Agnieszka Płóciennik,
- Program „WF z klasą” dla uczniów klas IV-VI – koordynatorzy: Daria Mielka, Artur Pyszewski,
- Program edukacyjno-profilaktyczny „Chroń Dziecięce Uśmiechy” dla klas I –III-koordynator Danuta Piechowska.



ZDROWE ODŻYWIANIE

ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	TERMIN	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
Kształtowanie właściwych zasad racjonalnego odżywiania się. Wykształcenie odpowiednich nawyków żywieniowych.	Szkolenie w zakresie realizacji pierwszego priorytetu podczas rady pedagogicznej dla wszystkich pracowników szkoły.	raz w semestrze	zespół ds. promocji zdrowia
	Przybliżenie i omówienie wychowankom świetlicy prezentacji multimedialnej „Zdrowo jem, więc wiem”.	XI	Bożena Pająk
	Zapoznanie społeczności szkolnej i rodziców z planem i priorytetami SzPZ.	XI	zespół ds. promocji zdrowia wychowawcy klas I-VI
	Prelekcje i prezentacje multimedialne podczas zebrań z rodzicami.	cały rok	wychowawcy klas I – VI
	Zorganizowanie i przeprowadzenie dyskoteki z okazji Dnia Chłopca pod hasłem „Owoce –zabawa- zdrowie”.	X	Lidia Jaster wychowawcy klas IV-VI
	Realizacja treści prozdrowotnych zawartych w tematyce godzin z wychowawcą, lekcjach przyrody i języka polskiego oraz techniki dla klas IV – VI.	cały rok	Edyta Piecyk, wychowawcy klas IV - VI
	Realizacja treści prozdrowotnych zawartych w blokach tematycznych klas I – III.	cały rok	wychowawcy klas I – III
	Cykliczne przygotowywanie tablic informacyjnych pt. „Wiem, co jem –	co miesiąc od XII	Agnieszka Płóciennik Bożena Pająk

	pstryk i działa” (prezentowanie wiadomości na temat różnych produktów).	2014 do V 2015	nauczyciele świetlicy
	Zorganizowanie i przeprowadzenie imprezy tanecznej dla uczniów klas I-III „Owocowo-Warzywny Czar Par”.	X	Beata Szwarz-Gazda Marta Jedynak wychowawcy klas II-III
	Przeprowadzenie wśród uczniów klas I-III konkursu plastycznego na najładniejszą kukielkę pt. „Pan Warzywniczek”.	IV 2015	Krystyna Krzysztofiak Dorota Sieniawska
	Przygotowanie i zaprezentowanie inscenizacji teatralnej promującej zdrowy styl życia dla uczniów klas IV- VI pt. „Witaminowa podróż krasnali”.	IV 2015	Justyna Błaszczyk
	Przygotowanie przedstawienia teatralnego pt. ”Pociąg po zdrowie” dla przedszkolaków.	III 2015	Danuta Piechowska Dorota Sieniawska
	Zorganizowanie i przeprowadzenie konkursu na gazetkę klasową pt. „Jestem tym, co jem”.	III	Emilia Iwańska
	Cykliczne przygotowywanie gazetek o tematyce zdrowotnej w gablocie na parterze i na II piętrze.	cały rok	zespół ds. promocji zdrowia
	Zorganizowanie i przeprowadzenie akcji „Dzień warzyw i owoców” dla uczniów klas IV –VI, (prezentacja dań z warzyw, odpowiednie stroje, rymowanki, żartobliwe wierszyki).	IV	Lidia Jaster
	Wykonanie albumów o zdrowym odżywianiu przez uczniów klas I – VI i prezentacja w holu szkoły.	IV 2015	Bożena Stańczyk- klasy I-III Lidia Jaster- klasy IV-VI
	Przystąpienie uczniów klas I- VI do programów: <ul style="list-style-type: none"> • „Owoce i warzywa w szkole” (uczniowie klas I – III), • „Szlanka mleka” (uczniowie klas I-VI). 	od X 2014 do V 2015	wychowawcy klas I-VI
	Wspólne spożywanie drugich śniadań i obiadów w stołówce szkolnej przez uczniów klas I.	cały rok	wychowawcy klas I
	Udział uczniów klas II i ich rodziców w festynie sportowo-rekreacyjnym w ramach programu „Nie pal przy mnie, proszę”. Przygotowanie poczęstunku w formie owocowych szaszłyków.	IV	Joanna Megger, wychowawcy klas II
	„Światowy Dzień Walki z Otyłością” – przygotowanie gazetki na temat zdrowego odżywiania, pogadanki podczas zajęć.	X	Edyta Piecyk Teresa Tomaszewska
	Zorganizowanie i przeprowadzenie „Tygodnia Kultury Zdrowotnej”: <ul style="list-style-type: none"> • harmonogram działań dla klas I – III, • harmonogram działań dla klas IV – VI. 	IV IV	Krystyna Krzysztofiak – klasy I, Monika Pająk -klasy II, Danuta Piechowska, Dorota Sieniawska – klasy III Edyta Piecyk, Krzysztof Krutel- klasy IV-VI

	Przygotowywanie, wystawa i degustacja zdrowej żywności przez uczniów klas I-VI.	cały rok	wychowawcy klas I-VI
	Degustacja zdrowej żywności podczas rad pedagogicznych, spotkań zespołów przedmiotowych oraz uroczystości i imprez szkolnych.	cały rok	Lidia Jaster wychowawcy klas I-III pozostali nauczyciele
	Udział uczniów klas III w Miejskim Konkursie z Edukacji Zdrowotnej „Dbam o zdrowie swoje i innych”.	III 2015 V 2015	Danuta Piechowska Dorota Sieniawska
	„Zdrowa Kawiarenka”- plakaty, ulotki, przygotowanie i degustacja zdrowych potraw, pokaz multimedialny.	V	Edyta Piecyk
	Pogadanki i indywidualne konsultacje wśród uczniów na temat walki z otyłością i nadwagą,	cały rok wg potrzeb	pani pielęgniarka Teresa Tomaszewska, wychowawcy klas I-VI



OGRANICZENIE NADMIERNEGO HAŁASU W SZKOLE

ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	TERMIN	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
Działania podejmowane na rzecz zmniejszenia poziomu hałasu w szkole.	Zapoznanie społeczności szkolnej i rodziców z planem i priorytetami Szkoły Promującej Zdrowie Wyjaśnienie uczniom z medycznego punktu widzenia szkodliwego wpływu hałasu na zdrowie człowieka.	XI	zespół ds. promocji zdrowia, pielęgniarka szkolna, wychowawcy klas I-VI
Uświadomienie uczniom konieczności ograniczania hałasu w szkole.	Dokonanie pomiaru hałasu podczas przerw.	XII	Danuta Piechowska Krzysztof Krutel
	Zorganizowanie i przeprowadzenie konkursu na gazetkę klasową pt. „Hałas boli, hałas szkodzi, hałas myśleć nie pozwoli”.	IV	Krzysztof Krzysztofiak, Dorota Sieniawska, Edyta Piecyk
Stworzenie w szkole atmosfery spokojnego klimatu spędzania przerw.	Zainstalowanie sygnalizatora hałasu w stołówce szkolnej. Ograniczenie hałasu podczas spożywania posiłków.	cały rok	nauczyciele dyżurujący w stołówce szkolnej
	Włączenie się uczniów ze Szkolnego Klubu Wolontariusza w dyżury w stołówce szkolnej. Pilnowanie porządku i ciszy podczas spożywania posiłków przez innych uczniów.	cały rok	Małgorzata Stopa
Wdrażanie dzieci do uczestniczenia w zabawach, zajęciach i lekcjach wyciszających.	Cykliczne przygotowywanie gazetek o tematyce zdrowotnej: „Wpływ hałasu na nasze zdrowie” w gablocie na parterze i na II piętrze.	cały rok	zespół ds. promocji zdrowia
	Oznakowanie korytarzy i klatki schodowej plakietkami „Nie biegaj”, „Nie hałasuj”.	XI-XII	M. Puto
	Przeprowadzenie ćwiczeń aerobowych przy muzyce „Roztańczone Przerwy” dla uczniów klas I-VI.	cały rok	Daria Mielka

	Przygotowanie przez uczniów klas III inscenizacji o zdrowiu dla uczniów klas pierwszych pt. „Cisza naszym przyjacielem”.	XII	Danuta Piechowska Dorota Sieniawska
	Zorganizowanie konkursu dla uczniów na projekt plakietki (grafika i hasło) propagującej zachowanie ciszy w jadalni.	XI-XII	Bożena Pająk, Lidia Jaster wychowawcy klas I-VI
	Wprowadzenie podczas różnych zajęć lekcyjnych zabaw wyciszających.	cały rok	wychowawcy klas I-III
	Gięda pomysłów uczniów na kreatywne i aktywne spędzanie przez nich przerw lekcyjnych z pominięciem hałasu.	I	Beata Szwarz-Gazda Lidia Jaster
	Przeprowadzenie lekcji wychowania fizycznego z elementami zabaw i zajęć wyciszających w ramach walki z hałasem.	III	Danuta Piechowska Dorota Sieniawska Elżbieta. Miziewicz
	Zorganizowanie wystawy z przygotowanych plakatów i rymowanek pt. „ Szkolny kodeks cichej przerwy”.	IV	Marcelina Kabacińska Monika Pająk Aneta Marzec
	Dokonanie kolejnego pomiaru hałasu podczas przerw.	V	Danuta Piechowska
	Przeprowadzenie wśród uczniów klas I-VI ankiety dotyczącej sposobów ograniczania poziomu hałasu w szkole.	XII -VI	Danuta Piechowska Edyta Piecyk zespół ds. promocji zdrowia
	Przygotowanie wystaw na temat szkodliwości hałasu.	I semestr II semestr	Dorota Jaworska, Bożena Pęciak.

*Opracowanie: Dorota Sieniawska
oraz zespół ds. promocji zdrowia*

2. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.

W roku szkolnym 2014/2015 nasza placówka podjęła szereg przedsięwzięć dotyczących promowania i kształtowania zdrowego stylu życia wśród całej społeczności szkolnej i rodziców.

Działania prozdrowotne wzmacniające właściwe nawyki i postawy żywieniowe:

- Zorganizowanie i przeprowadzenie zabawy tanecznej dla uczniów klas I-III pt. „Owocowo-Warzywny Czar Par”. W czasie zabawy uczniowie rozwiązywali zagadki, rebusy, krzyżówki. Tworzyli owocowo-warzywne dywany, które dekorowały hol szkoły. Rodzice zadbali o owocowo-warzywne pyszności, które serwowali dzieciom w czasie zabawy.
- Przybliżenie wychowankom świetlicy prezentacji multimedialnej „Zdrowo jem, więc wiem”. Omówienie z dziećmi zasad racjonalnego odżywiania oraz skutków otyłości.
- Omówienie podczas zajęć i zebrań z rodzicami prezentacji multimedialnej dotyczącej kształtowania właściwych zasad racjonalnego odżywiania oraz wykształcenia odpowiednich nawyków żywieniowych.

- Zorganizowanie i przeprowadzenie dyskoteki z okazji Dnia Chłopca dla uczniów klas IV-VI pod hasłem „Owoce – zabawa - zdrowie”. Każda klasa przygotowała zdrowy poczęstunek, na który składały się tylko wybrane produkty: niegazowane soki, woda, owoce, zbożowe ciasteczka i warzywa. Dyskoteka była bardzo udana.
- Przeprowadzenie konkursu plastycznego dla uczniów klas I – III pt. „Pan Warzywniczek”. Dzieci wykonywały na zajęciach techniki kukielki z różnych warzyw, a następnie najpiękniejsze zostały zaprezentowane na wystawie. Przy okazji w/w zajęć omówiono walory zdrowotne warzyw.
- Przygotowanie ulotek, baloników, gazetek i przeprowadzenie pogadarek z okazji Światowego Dnia Walki z Otyłością.
- Przygotowanie i zaprezentowanie inscenizacji teatralnej promującej zdrowy styl życia dla uczniów klas IV- VI pt. „Witaminowa podróż krasnali” i zaprezentowanie jej uczniom klas pierwszych.
- Przygotowanie przedstawienia teatralnego pt. „Pociąg po zdrowie” przez uczniów klasy III b i III c i zaprezentowanie przedszkolakom podczas Dnia Drzwi Otwartych oraz uroczystości powitania pierwszoklasistów.
- Przygotowanie w gazetce szkolnej „Głos Dwójki” konkursu z nagrodami „Zdrówko, zdrówko – na pewno to wiem” dla uczniów klas I-VI.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie konkursu na gazetkę klasową pt. „Jestem tym, co jem”. Najlepsze klasy otrzymały pamiątkowe dyplomy.
- Wspólne spożywanie drugich śniadań i obiadów w stołówce szkolnej przez uczniów klas I.
- Cykliczne przygotowywanie tablic informacyjnych pt. „Wiem, co jem – pstryk i działa”. Przygotowanie tablicy informacyjnej na temat mrożonek oraz warzyw.
- Udział chętnych uczniów klas I – VI w programach:
 - „ Szklanka mleka ” dla uczniów klas I – VI,
 - „Owoce i warzywa w szkole ” dla uczniów klas I – III.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie Dni Kultury Zdrowotnej dla uczniów klas I –VI. Nasza szkoła podjęła szereg działań promujących zdrowy styl życia. Uczniowie podczas zajęć zdobywali wiadomości i umiejętności dotyczące zdrowego odżywiania i podejmowali działania ograniczające hałas w szkole.
Zadaniem uczniów było między innymi wykonanie prac plastycznych na temat zdrowego odżywiania, ułożenie przepisów na smaczne i zdrowe śniadanie, wykonanie

pysznych sałatek, kanapek i owocowych szaszłyków. Każdy dzień przebiegał pod innym hasłem, np. „Jestem tym, co jem”, „Walczymy z hałasem”, „Wiemy, jak dbać o zęby”. Uczniowie układali dowcipne rymowanki i wierszyki.

- Udział uczniów klas II i ich rodziców w festynie sportowo-rekreacyjnym w ramach programu „Nie pal przy mnie, proszę” we współpracy z PSSE w Pile. Podczas festynu uczniowie klas drugich i ich rodzice brali udział w potyczkach sportowych na wesoło. Zmagali się w różnych konkurencjach sportowych. Wykonywali plakaty promujące zdrowy styl życia oraz owocowo-warzywne szaszłyki. Uczestnicy ocenili festyn jako bardzo ciekawy, a organizatorzy przekonali się, że przyczynił się on do promowania zdrowego stylu życia.
- Wykonanie albumów o zdrowym odżywianiu i prezentacja ich na holu. Albumy były świetnymi informatorami na temat zdrowego stylu życia.
- Pogadanki podczas zajęć na temat walki z otyłością i nadwagą prowadzone przez panią pielęgniarkę Teresę Tomaszewską oraz wychowawców (w tym: pogadanki o anoreksji i bulimii).
- Udział uczniów klas III w VII Miejskim Konkursie z Edukacji Zdrowotnej „Dbam o zdrowie swoje i innych”. Uczniowie naszej szkoły mogli pochwalić się swoimi wiadomościami i umiejętnościami z zakresu zdrowego stylu życia i udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej. W tym konkursie osiągnęli wspaniałe wyniki: I miejsce, III miejsce oraz wyróżnienie. Sukcesy naszych wychowanków cieszą, ponieważ są odzwierciedleniem pracy całej społeczności szkolnej oraz rodziców w kształtowanie odpowiednich nawyków i umiejętności zdrowotnych.
- Zorganizowanie Festynu Rodzinnego z okazji Dnia Dziecka - w czasie festynu uczniowie wraz ze swoimi rodzicami musieli zaliczyć różne konkurencje sportowe. Każda klasa przygotowała wiele atrakcji, np. malowanie twarzy, sprzedaż prac plastycznych, zaplatanie warkoczyków, loterię fantową, kawiarenki, między innymi ze szaszłykami owocowo-warzywnymi. Impreza cieszyła się dużym zainteresowaniem całej społeczności szkolnej. Wszyscy bawili się świetnie.
- Układanie jadłospisów przez uczniów klas IV-VI zgodnie z obowiązującymi zasadami zdrowego odżywiania i rozpowszechnianie ich całej społeczności szkolnej.
- Przeprowadzenie akcji „Dzień warzyw i owoców” wśród uczniów klas IV – VI

(wykonanie, prezentacja i degustacja dań z warzyw, zdrowych kanapek, sałatek oraz przygotowanie odpowiednich przebrań, rymowanek i żartobliwych wierszyków).

Działania ograniczające nadmierny hałas w szkole:

- Uświadomienie i wyjaśnienie uczniom z medycznego punktu widzenia szkodliwego wpływu hałasu na zdrowie człowieka – pogadanki podczas zajęć oraz prezentacje multimedialne.
- Dokonywanie pomiaru hałasu podczas przerw w różnych miejscach szkoły i prezentowanie tych wyników w widocznych miejscach.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie konkursu na gazetkę klasową pt. „Hałas boli, hałas szkodzi, hałas myśleć nie pozwoli”.
- Zainstalowanie sygnalizatora hałasu w stołówce szkolnej w celu ograniczenia poziomu hałasu podczas spożywania posiłków. Zapalające się czerwone światło przy sygnalizatorze ostrzegało przed zbyt wysokim poziomem hałasu i skłaniało dzieci do refleksji nad swoim zachowaniem, a nauczycieli do podjęcia stanowczej reakcji.
- Włączenie się uczniów ze Szkolnego Klubu Wolontariusza w dyżury w stołówce szkolnej. Pilnowanie porządku i ciszy podczas spożywania posiłków przez innych uczniów.
- Cykliczne przygotowywanie gazetek o tematyce zdrowotnej: „Wpływ hałasu na nasze zdrowie” w gablocie na parterze i na II piętrze.
- Oznakowanie korytarzy i klatki schodowej plakietkami „Nie biegaj”, „Nie hałasuj”.
- Przeprowadzenie ćwiczeń aerobowych przy muzyce „Roztańczone Przerwy” dla uczniów klas I-VI. Przerwy muzyczne cieszyły się dużym zainteresowaniem zarówno wśród uczniów, jak i nauczycieli.
- Przygotowanie przez uczniów klas III inscenizacji o zdrowiu dla uczniów klas pierwszych pt. „Cisza naszym przyjacielem”.
- Wprowadzenie podczas różnych zajęć lekcyjnych zabaw wyciszających.
- Giełda pomysłów uczniów na kreatywne i aktywne spędzanie przez nich przerw lekcyjnych z pominięciem hałasu.
- Rozdawanie całej społeczności szkolnej ulotek informacyjnych na temat: „Zachowaj, proszę ciszę” przez uczniów z tzw. „Patrolu ciszy”.
- Zorganizowanie konkursu dla uczniów na projekt plakietki (grafika i hasło) propagującej zachowanie ciszy w jadalni.
- Przeprowadzenie lekcji wychowania fizycznego z elementami zabaw i zajęć wyciszających w ramach walki z hałasem.

- Zorganizowanie wystawy z przygotowanych plakatów i rymowanek pt. „ Szkolny kodeks cichej przerwy”.
- Przygotowanie wystaw na temat szkodliwości hałasu.
- Regularne dokonywanie pomiaru hałasu podczas przerw w różnych miejscach szkoły. Umieszczenie na ścianach pomieszczeń tabliczek z danymi pokazującymi, jaki jest poziom natężenia hałasu w tych miejscach i w jaki sposób wpływa on na nasze zdrowie. Prezentacja całej społeczności szkolnej wyników pomiaru.

W roku szkolnym 2014/2015 nasza szkoła realizowała następujące programy i projekty:

1. Program edukacyjny „Klub Bezpiecznego Puchatka” dla uczniów klas I - miał na celu edukację i poprawę bezpieczeństwa dzieci, które rozpoczynają naukę w szkole, wytworzenie u nich naturalnego sposobu unikania i reagowania na zagrożenia oraz edukację rodziców w zakresie ochrony swoich dzieci przed różnymi niebezpieczeństwami. Treści były realizowane podczas zajęć zintegrowanych poprzez zabawę, wycieczki, trening koncentracji, rozwijanie kreatywności.
2. Program „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy” dla uczniów klas I - miał na celu promować zdrowy styl życia i zwiększyć świadomość społeczną na temat wpływu odżywiania i aktywności fizycznej na zachowanie i umacnianie zdrowia dzieci. Nauczyciele klas pierwszych realizowali następujące tematy zajęć:
 - „Zbilansowana dieta, racjonalne odżywianie”,
 - „Piramida zdrowego żywienia”,
 - „Prawidłowy jadłospis dla dzieci”,
 - „Żywność w dzieciństwie i w wieku młodzieńczym, a występowanie chorób w wieku dojrzałym”,
 - „Otyłość u dzieci i młodzieży i jej konsekwencje dla zdrowia psychicznego”,
 - „Aktywność fizyczna. Obszary oddziaływań w zakresie kształtowania właściwej sylwetki, wady postawy”.
3. Program edukacji antytytoniowej „Nie pal przy mnie, proszę” dla uczniów klas II o charakterze profilaktycznym. Miał na celu wykształcić u dzieci umiejętności radzenia sobie w sytuacjach, w których inne osoby palą przy nich papierosy. Był realizowany w formie zajęć warsztatowych, a tematy zajęć były następujące:
 - Co to jest zdrowie?
 - Od czego zależy nasze zdrowie?
 - Co i dlaczego szkodzi zdrowiu?
 - Co robić, gdy moje zdrowie jest zagrożone?
 - Nie pal przy mnie, proszę!
4. Program edukacyjny „Trzymaj Formę” dla uczniów klas V c. Głównym celem programu była edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej. Działania związane z realizacją programu miały na celu zwiększenie świadomości wśród uczniów na temat wpływu żywienia i aktywności fizycznej na nasze zdrowie. Po uzyskaniu wielu informacji na temat zdrowego odżywiania się podczas lekcji wychowawczych, wykonali pyszne, wiosenne, zdrowe i kolorowe kanapki, którymi poczęstowali swoich rówieśników, dyrekcję szkoły,

nauczycieli oraz innych pracowników.

5. Program profilaktyki palenia tytoniu „Znajdź właściwe rozwiązanie” dla uczniów klas VI miał na celu działania profilaktyczne, zapobiegające paleniu tytoniu wśród uczniów starszych klas szkół podstawowych. Program był realizowany w formie zajęć warsztatowych.
6. Program z Zakresu Edukacji Prozdrowotnej Przeciwdziałania Przemocy i Profilaktyki Uzależnień realizowany w klasach I – VI. W każdej klasie zrealizowano po osiem tematów z następujących zagadnień wiodących: „Ja i troska o mnie”, „Ja i moje relacje z innymi”, „Moje decyzje zdrowotne”, „Potrafię mówić nie”.
7. Program autorski z zakresu ochrony środowiska dla uczniów klas I – VI „W zgodzie z naturą” był adresowany do wszystkich uczniów naszej szkoły. Celem było wyrobienie wśród uczniów prawidłowych nawyków i postaw proekologicznych (właściwe gospodarowanie odpadami, selektywna zbiórka i segregacja). Działania w tym zakresie były bardzo bogate i urozmaicone. Do różnorodnych działań została zaangażowana cała społeczność szkolna wraz z rodzicami naszych uczniów.
8. Program „WF z Klasą” wspierał nauczycieli w rozwijaniu kultury fizycznej i przyczyniał się do wypracowania pomysłów na nowoczesne i ciekawe lekcje. Miał na celu kształtowanie wśród uczniów nawyku regularnego uprawiania sportu, zdobywanie nowych umiejętności ruchowych oraz podnoszenie ich sprawności fizycznej.
9. Program edukacyjno-profilaktyczny „Chroń Dziecięce Uśmiechy” dla klas I –III miał na celu zapoznać dzieci z najważniejszymi zasadami oraz zaletami dbania o swoje zęby od najmłodszych lat.

3. Monitoring podjętych działań

Wszystkie podejmowane działania w ramach realizowanego planu działań były systematycznie monitorowane przez dyrekcję szkoły oraz przez Zespół do spraw Promocji Zdrowia. Wszelkie przedsięwzięcia dotyczące zdrowego odżywiania i bezpieczeństwa są udokumentowane w postaci :

- protokołów rad pedagogicznych i zespołów przedmiotowych,
- dokumentacji wychowawców klas (zapisy w dziennikach lekcyjnych),
- sprawozdań koordynatora ds. promocji zdrowia po każdym semestrze i zaprezentowanie ich na radzie pedagogicznej,
- materiałów na gazetki ścienne,
- dokumentacji fotograficznej, zdjęć, prezentacji multimedialnych dostępnych na stronie internetowej naszej szkoły,
- sprawozdań przekazanych do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Pile,
- prac plastycznych z różnych konkursów.

MONITOROWANIE SAMOPOCZUCIA SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ

Edukacja zdrowotna jest procesem, opartym na naukowych zasadach, stwarzającym sposobność planowanego uczenia się, zmierzającym do umożliwienia jednostkom podejmowania świadomych decyzji dotyczących zdrowia i postępowanie zgodnie z tymi zasadami. W procesie tym istotne jest wybieranie takich zachowań, które sprzyjać będą poprawie, utrzymaniu i ochronie zdrowia. Prozdrowotny styl życia uzależniony jest od wpływu środowiska, doświadczeń ludzi i nabytych przez nich w ciągu życia umiejętności.

Szkoła Promująca Zdrowie jest miejscem, w którym członkowie społeczności szkolnej oraz rodzice naszych uczniów podejmują starania, aby poprawić swoje samopoczucie i zdrowie. Uczą się, jak zdrowiej żyć i jak tworzyć zdrowe środowisko oraz zachęcają innych do podjęcia podobnych starań. Zadania, które podjęliśmy, wynikały z wnikliwej diagnozy potrzeb naszego środowiska szkolnego. Przy opracowywaniu planu działań prozdrowotnych kierowaliśmy się zasadą, że Szkoła Promująca Zdrowie jest szkołą, która w szczególności sposobem propaguje zdrowy styl życia, a jej działania są przemyślane i skuteczne.

Przeprowadzone działania zmierzające do poprawy samopoczucia społeczności szkolnej:

- bogaty wachlarz kół zainteresowań i zajęć pozalekcyjnych,
- wycieczki edukacyjne dla uczniów i chętnych rodziców,
- wycieczki i spotkania integracyjne dla pracowników szkoły,
- wolontariat dla uczniów o szczególnych potrzebach edukacyjnych,
- konkursy szkolne i pozaszkolne,
- różne imprezy: uroczystościach klasowe i szkolne, apele, spotkania integracyjne, zabawy, bale, przedstawienia teatralne i inne,
- samorządność uczniów,
- imprezy sportowe - szkolne, miejskie i powiatowe,
- zawody i turnieje sportowe,
- zajęcia umuzykalniające w różnych ośrodkach kulturalnych,
- spotkania z ciekawymi ludźmi,
- współpraca ze środowiskiem lokalnym: wyjścia do zakładów pracy, do miasteczka ruch drogowego, do straży pożarnej i szkoły policji,
- udział w różnorodnych programach, np.: „Ocenianie kształtujące” , „Szkoła bez przemocy”, „WF z Klasą”,
- wyjścia uczniów i pracowników szkoły do kina, muzeum, na spektakle i różne przedstawienia teatralne, lekcje multimedialne oraz inne ciekawe formy kulturalne,
- wdrażanie ciekawych programów innowacyjnych,
- rozwijanie zdolności i zainteresowań uczniów poprzez udział w różnych konkursach szkolnych i pozaszkolnych oraz zawodach sportowych,
- bogata oferta imprez edukacyjnych i kulturalnych oraz rozrywkowych dla całej społeczności szkolnej,
- bogata baza sportowa, cztery sale gimnastyczne, cały kompleks boisk sportowych, plac zabaw dla uczniów klas I – III,
- zajęcia dla uczniów o specyficznych potrzebach edukacyjnych (zajęcia dydaktyczno – wyrównawcze, logopedyczne, korekcyjno-kompensacyjne, zajęcia z uczniem zdolnym, terapia psychologiczna i inne),
- nowoczesnie wyposażone sale lekcyjne (sprzęt audiowizualny, tablice interaktywne, rzutniki, ciekawe pomoce dydaktyczne, dostęp do Internetu, stosowanie podczas zajęć aktywizujących metod nauczania).

W naszej szkole systematycznie monitoruje się stopień samopoczucia wszystkich grup społeczności szkolnej i w tym celu posługujemy się następującymi narzędziami badawczymi: ankieta, karta samooceny - przeprowadzane każdorazowo po pierwszym i drugim semestrze, rozmowy, obserwacje.

Na podstawie przeprowadzonych badań klimat społeczności szkolnej przedstawia się następująco:

• zdecydowana większość uczniów klas I-VI czuje się w szkole dobrze i ma przyjaciół,
- w roku szkolnym 2014/2015 – 80,31% uczniów lubi swoją szkołę i czuje się w niej dobrze i bezpiecznie, ponieważ:

- jest duże boisko i plac zabaw,
- lubią chodzić do świetlicy szkolnej,
- są smaczne obiady,
- są muzyczne przerwy,
- jest dużo nauczycieli dyżurujących podczas przerw,
- jest bogaty wybór kół zainteresowań, zajęć pozalekcyjnych i imprez, które sprzyjają dobremu samopoczuciu i pozwalają na rozwijanie zainteresowań i uzdolnień uczniów,
- często stosowana jest podczas zajęć praca w grupach oraz aktywizujące metody nauczania pobudzające uczniów do aktywnej pracy na lekcji,
- nauczyciele są mili, życzliwi i służą pomocą,
- czują się dobrze wśród rówieśników,
- zdecydowana większość badanych uważa naszą placówkę za bezpieczną,
- nasza placówka zapewnia swoim wychowankom pomoc logopedyczną, psychologiczną i pedagogiczną. Rodzice twierdzą, że mogą liczyć na fachową pomoc specjalistów w razie problemów wychowawczych ich dzieci,
- w opinii rodziców szkoła na bieżąco informuje o postępach w nauce, niepowodzeniach szkolnych, zachowaniu oraz frekwencji,
- uczniowie mogą rozwijać swoje uzdolnienia i osiągać sukcesy w szkole i poza nią,
- zdecydowana większość rodziców jest zadowolona z wyboru naszej szkoły, dzieci chętnie uczęszczają do naszej placówki.

4. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań

Podstawowe działania prozdrowotne w bieżącym roku szkolnym dotyczyły takich zagadnień jak: kształtowanie właściwych zasad racjonalnego odżywiania się, wykształcenie odpowiednich nawyków żywieniowych, uświadomienie uczniom konieczności ograniczenia hałasu w szkole i podejmowanie działań w tym zakresie oraz stworzenie w szkole atmosfery spokojnego klimatu spędzania przerw. Osobami odpowiedzialnymi za ewaluację podjętych działań były: Krystyna Krzysztofiak i Danuta Piechowska.

Została przeprowadzona ankieta dotycząca hałasu w szkole podczas przerw. Ankieta została objęci uczniowie klas II, III, IV, V. Łącznie 178 uczniów. Pytanie pierwsze dotyczyło odpowiedzi na pytanie: Czy podczas przerw w naszej szkole jest za głośno? Aż 99,3% ankietowanych udzieliło pozytywnej odpowiedzi. W pytaniu drugim poproszono uczniów o wskazanie miejsc w szkole, w których panuje zbyt duży hałas. Wszystkie odpowiedzi powtarzały się i dotyczyły w kolejności następujących miejsc: parteru, szatni, stołówki, świetlicy szkolnej, boiska. Na pytanie trzecie: Czy chciałbyś (chciałybyś), aby w szkole w czasie przerw było ciszej? - 100% ankietowanych odpowiedziało twierdząco. Grupę ankietowanych poproszono również o propozycje na cichsze przerwy. Pojawiły się następujące odpowiedzi:

- postawić znaki nawołujące do ciszy,
- spacerować w kółko,
- wprowadzić cichy dzwonek,
- zorganizować tańce w sali gimnastycznej obok stołówki,

- wpisywać uwagi za hałasowanie,
- postawić na korytarzach stoliki do gier planszowych,
- informować na korytarzu światłami o sile hałasu,
- spędzać więcej czasu w czytelni szkolnej.

W piątym pytaniu dotyczącym wpływu hałasu na zdrowie i samopoczucie człowieka uczniowie wykazali się dużą wiedzą wskazując konkretne dolegliwości takie jak: ból głowy, ból uszu, głuchota i utrata słuchu.

Na podstawie wywiadów (sondaży), analizy dokumentów, dyskusji tematycznych, obserwacji i ankiet przeprowadzonych wśród uczniów naszej szkoły można sformułować następujące wnioski:

- Zwiększono skuteczność edukacji żywieniowej w celu kształtowania właściwych nawyków i postaw prozdrowotnych całej społeczności szkolnej, zwiększył się popyt na owoce i soki w sklepiku szkolnym, coraz więcej uczniów z klas I - VI korzysta ze szklanki mleka, a uczniowie klas I-III z warzyw, owoców i soków.
- Podczas uroczystości szkolnych i różnych imprez klasowych nauczyciele, uczniowie oraz ich rodzice coraz częściej wybierają wodę niegazowaną, naturalne soki oraz zdrową żywność zamiast słodczy i napojów gazowanych.
- Uczniowie jedzą w domu pierwsze śniadanie, a w szkole drugie oraz korzystają z darmowej herbaty w stołówce szkolnej.
- W naszej szkole jest nadal grupa uczniów z nadwagą i widoczną otyłością oraz grupa, która nie przestrzega zasad zdrowego stylu życia.
- Grupa ankietowanych uczniów ma bogatą wiedzę na temat wpływu hałasu na zdrowie i funkcjonowanie człowieka, ale nadal są miejsca w szkole, gdzie natężenie hałasu przekracza dopuszczalną normę i jest szkodliwe dla zdrowia uczniów i nauczycieli.
- Uczniowie mają świadomość przebywania w hałasie w czasie przerw wskazując miejsca o szczególnym natężeniu decybeli.
- Zainstalowanie w stołówce szkolnej sygnalizatora wpłynęło na nieznaczne zmniejszenie poziomu hałasu.
- Ankietowani chcieliby przebywać w miejscach cichszych wskazując swoje rozwiązania.

W przyszłym roku szkolnym 2015/2016 należy:

- nadal podejmować działania ograniczające hałas i bieganie po korytarzu podczas przerw lekcyjnych,
- kontynuować działania prozdrowotne w zakresie odżywiania poprzez realizację różnorodnych przedsięwzięć,
- realizować programy i projekty rekomendowane przez Powiatową Stację Sanitarno - Epidemiologiczną w Pile,
- kontynuować pracę pod kątem budzenia odpowiedzialności wszystkich pracowników szkoły oraz rodziców za zdrowie swoje i uczniów.

Dyrektor szkoły:

mgr Dorota Frydrych

Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia:

Dorota Sieniawska

*Piła, dn. 30.06.2015 r.
(miejscowość, data)*

