

Szkoła Promująca Zdrowie



PLAN DZIAŁAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE w roku szkolnym 2023/2024

Hasło: "Zajrzyj w głąb siebie, czyli o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży i relacjach rówieśniczych"

Problem priorytetowy: Zaburzone poczucie własnej wartości uczniów skutkujący niepoprawnym budowaniem relacji rówieśniczych.

Cel główny: Wzrost poczucia własnej wartości u uczniów przekładający się na tworzenie poprawnych relacji rówieśniczych.

Cele szczegółowe:

- Przekazanie społeczności szkolnej wiedzy na temat znaczenia relacji rówieśniczych.
- Przekazanie uczniom wiedzy związanej ze zdrowiem psychicznym.
- Dostarczenie wzorców i sposobów dbałości o zdrowie psychiczne.
- Uświadomienie negatywnych skutków braku dbałości o samopoczucie własne i innych, a także zjawisk na tle przemocy psychicznej.
- Propagowanie sposobów spędzania czasu wolnego, sprzyjających dobremu samopoczuciu oraz budowaniu silnych więzi rówieśniczych.
- Upowszechnianie wiedzy na temat szkoły promującej zdrowie oraz informacji na temat form szkolnej i pozaszkolnej edukacji związanej z promocją zdrowia.
- Zdobycie wiedzy, dającej możliwość wykorzystania jej w życiu codziennym.

Kryterium sukcesu:

- Wzrost integracji zespołów szkolnych i klasowych.
- Zdobycie pewności siebie przez uczniów oraz poszanowanie i akceptacja innych osób.

Sposób sprawdzenia, czy osiągnięto cel:

- Informacje i fotorelacje na stronie internetowej szkoły i szkolnym facebooku z wykonanych działań.
- Wystawy prac uczniowskich, wystawy tematyczne.
- Analiza ankiet.
- Okresowa obserwacja (arkusze obserwacyjne).

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Wykonawcy/osoba odpowiedzialna	Potrzebne środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
Zapoznanie uczniów z istotą dbałości o zdrowie psychiczne własne i innych.	Udział uczniów w pogadankach na godzinach wychowawczych.	Godziny wychowawcze poruszające tematykę zdrowia psychicznego.	Wychowawcy klas		Zapisy tematów w dzienniku.
Szkolny projekt: "Tydzień wychowania połączony z dniem sportu"	Udział uczniów w zaplanowanych akcjach.	Zajęcia integracyjne dla uczniów wszystkich klas.	Pedagog/nauczyciele wf-u/koordynator	Przyrządy sportowe	Fotorelacja na stronie internetowej szkoły
Poruszenie problematyki przemocy, w tym przemocy psychicznej.	Udział uczniów w przygotowaniu prezentacji nt. przemocy w związku z Międzynarodowym Dniem bez przemocy.	Wyświetlenie na szkolnym korytarzu prezentacji przygotowanych przez uczniów.	Uczniowie klasy VI/koordynator SzPZ		Informacja na stronie internetowej szkoły, prezentacje multimedialne.
Uczyć zdrowie psychiczne i dobre samopoczucie dla wszystkich globalnym priorytetem.	Uczniowie biorą udział w tworzeniu plakatów dotyczących zdrowia psychicznego w związku ze Światowym Dniem Zdrowia Psychicznego.	Uczniowie wykonują plakaty na tematy związane ze zdrowiem psychicznym	Klasy IV-VII/nauczyciel plastyki/koordynator	Materiały potrzebne do wykonania plakatów.	Galeria prac uczniów. Informacja na stronie internetowej szkoły.
Budowanie poprawnych relacji rówieśniczych.	Udział uczniów w zajęciach i organizowanych akcjach	Udział uczniów w akcji "Tydzień dbania o relacje uczniowskie".	uczniowie/koordynator SzPZ/ Samorząd Uczniowski	Materiały w zależności od prowadzonej akcji.	Informacja na stronie internetowej szkoły
Wzmacnianie relacji między uczniami, integracja międzyuczniami szkoły	Udział uczniów w zajęciach i organizowanych akcjach	Organizacja szkolnych uroczystości, udział w zabawach międzyklasowych organizowanych przez SU (np. Andrzejki, Bal karnawałowy, Wiosenalia).	uczniowie/koordynator SzPZ/ Samorząd Uczniowski/nauczyciele	Materiały w zależności od prowadzonej akcji.	Fotorelacje na stronie internetowej szkoły
Zwrócenie uwagi całej społeczności szkolnej na problem priorytetowy.	Co najmniej 75% członków społeczności szkolnej pozytywnie oceni przekazane treści.	Kolportaż ulotek dla członków społeczności szkolnej.	rodzice, nauczyciele/koordynator SzPZ	Ulotki i materiały edukacyjne.	Wyniki ankiet
Projekt szkolny: „Tydzień Promocji Zdrowia i Profilaktyki”.	Co najmniej 75% uczniów aktywnie weźmie udział.	Organizacja Tygodnia Promocji Zdrowia i Profilaktyki	Zespół ds. Promocji zdrowia	Wystawa tematyczna.	Informacja i fotorelacja na stronie internetowej szkoły.
Integracja społeczności szkolnej.	Wszyscy uczniowie wezmą aktywny udział.	Dzień Dziecka na sportowo – integracyjna impreza sportowo-rekreacyjna.	cała społeczność szkolna		Informacja i fotorelacja na stronie internetowej szkoły.
Poznaj siebie- pokochaj siebie, czyli o poczuciu własnej wartości.	Co najmniej 75% uczniów weźmie udział	Zorganizowanie zajęć z psychologiem szkolnym na temat budowania poczucia własnej wartości.	Psycholog szkolny/ pedagog/ uczniowie	Materiały i pomoce dydaktyczne	Informacja na stronie internetowej szkoły.
Sprawdzenie poziomu poczucia własnej wartości u uczniów -	Uczniowie wezmą udział w ankietach	Przeprowadzenie ankiety dotyczącej poczucia własnej wartości oraz kondycji psychicznej uczniów.	Uczniowie klas V-VII/koordynator	Arkusz ankiet	Ewaluacja i wyniki ankiet, informacja na stronie szkoły

Działania długofalowe realizowane w zakresie szkoły promującej zdrowie:

1. Profilaktyka chorób wirusowych poprzez wprowadzanie i utrwalanie właściwych zasad higieny – realizowane na lekcjach wychowawczych i przedmiotowych, tematyczne gazetki szkolne, tablice informacyjne w klasach i na korytarzach szkolnych, procedury korzystania z pracowni szkolnych, szatni, stołówki, biblioteki.
2. Działania profilaktyczne związane ze zjawiskiem cyberprzemocy - Dzień Bezpiecznego Internetu.
3. Wzbogacanie diety w warzywa, owoce oraz mleko i produkty mleczne - realizacja programów: „Owoce i warzywa w szkole” oraz „Mleko w szkole”.
4. Mobilizowanie uczniów do korzystania ze spacerów i przebywania na świeżym powietrzu - spacery krajobrazowe, wycieczki piesze, rowerowe, zabawy na szkolnym boisku i placu zabaw.
5. Wspieranie i integrowanie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w środowisku szkolnym – udział w konkursie „Szkola wspierająca uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi”.
6. Dbanie o zdrowie psychiczne poprzez rozbudzenie empatii – szeroka działalność wolontariatu.
7. Profilaktyka uzależnień.
8. Promocja sportu - akcja "Bieg dla Niepodległej", szkolne i pozaszkolne konkursy sportowe, zajęcia SKS.
9. Działania proekologiczne – zbiórka baterii, elektrośmieci i nakrętek plastikowych, akcja "Sprzątanie świata".

Zespół ds. Promocji Zdrowia