



SZKOLNY PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA

Rok szkolny 2024/2025

CELE I ZADANIA SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE wynikające z przeprowadzonej ewaluacji

- 1 Dbanie o zdrowie psychiczne: dobre relacje, właściwą komunikację między uczniami i życzliwą atmosferę w klasie.
- 2 Uczenie dzieci, jak zmniejszyć, rozładować stres i niepokój towarzyszący uczniom w szkole (spotkania z psychologiem, pedagogiem, warsztaty, debata).
- 3 Większe zwracanie przez nauczycieli uwagi na potrzeby dzieci: sprawiedliwe traktowanie uczniów, tłumaczenie, wyjaśnianie uczniom zaistniałych trudnych sytuacji.
- 4 Zapewnienie sprzyjającego zdrowiu środowiska do pracy i nauki: eliminowanie hałasu, konsekwentne egzekwowanie przyjętych w klasie i szkole zasad zachowania w trudnych sytuacjach szkolnych.
- 5 Podkreślanie (nazywanie) treści prozdrowotnych podczas realizacji podstawy programowej ze wszystkich przedmiotów.
- 6 Wdrażanie uczniów do dbania o dobro wspólne, zachowywania czystości w swoim otoczeniu.
- 7 Wyposażanie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania świadomych wyborów celem dbałości o własne zdrowie.

Lp	Zadanie	Cele	Sposób realizacji	Osoby odpowiedzialne	Termin	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1	Dbłość o zdrowie psychiczne i emocjonalne dzieci.	Dbłość o: - integrację uczniów - życzliwą atmosferę w klasie,	<ul style="list-style-type: none">• Warsztaty integracyjne w klasach 1,4,7.• Zajęcia integracyjne w pozostałych klasach według	psycholog, pedagog pedagog, psycholog,	IX-XI 2024 Cały rok	Zapis w dziennikach lekcyjnych Zapisy w dziennikach

	<ul style="list-style-type: none"> - dobre relacje między uczniami, - przestrzeganie ustalonych zasad zachowania - umiejętność rozładowywania stresu i niepokoju towarzyszącego uczniom w szkole – zauważanie i nazywanie swoich mocnych i słabych stron 	<p>potrzeby.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sporządzenie kontraktu klasowego • Spotkania-debata kl.5 z pedagogiem i psychologiem na temat: Czy warto się uczyć i jak to robić? • Wycieczki szkolne, wyjazdy do kina, teatru, uroczystości szkolne i klasowe • Realizacja projektu „Psychokosmos”. • Trening umiejętności społecznych • Działania SU i nie tylko: Dzień Uśmiechu, Dzień Pozytywnych Myśli. • Udział w Ogólnopolskim Projekcie pt. „Tydzień Uczniowskiej SuperMocy pod hasłem „Sukces jest jak wspinanie się po drabinie. • Punkt konferencji RP nt. Większe zwracanie przez nauczycieli uwagi na potrzeby dzieci: sprawiedliwe traktowanie uczniów, tłumaczenie, wyjaśnianie uczniom zaistniałych 	<p>wychowawcy klas</p> <p>wychowawcy klas</p> <p>pedagog, psycholog</p> <p>wychowawcy klas, samorząd uczniowski</p> <p>psycholog</p> <p>nauczyciele specjaliści</p> <p>Opiekun SU</p> <p>Pedagog szkolny</p> <p>Szkolny koordynator SzPZ</p>	<p>szkolny</p> <p>Wrzesień 2024</p> <p>X 2024r.</p> <p>Cały rok szkolny</p> <p>Według harmonogramu</p> <p>Według harmonogramu</p> <p>II 2025r.</p> <p>Najbliższa konferencja RP</p>	<p>lekcyjnych</p> <p>Kontrakty zamieszczone na gazetkach ściennych w klasach</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Zapisy w dzienniku psychologa, zdjęcia</p> <p>Zapisy w dzienniku</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Certyfikat</p> <p>Zapis w protokole RP</p>
--	--	--	--	---	---

			trudnych sytuacji.			
2	Bezpieczeństwo dzieci	<p>Cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wyposażanie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania świadomych wyborów celem dbałości o własne zdrowie, - zapewnienie uczniom bezpiecznych warunków nauki i odpoczynku 	<ul style="list-style-type: none"> • Spotkanie uczniów kl. 1-4 z policjantem – bezpieczeństwo na drodze. • Spotkanie z policjantem uczniów klas 6– odpowiedzialność karna nieletnich. • Warsztaty dla klas 5-7 z trenerem, terapeutą uzależnień na temat bezpieczeństwa w sieci pt. „Wirtualne życie, realne zagrożenia” • Realizacja w klasach pierwszych projektu „Akademia bezpiecznego Puchatka”. • Apele organizacyjno-porządkowe dla klas 1-4. • Spotkania uczniów kl.1-3 ze strażnikiem szkolnym. • Sporządzenie harmonogramu korzystania ze stołówki szkolnej. • Tematy lekcji wychowawczych na temat bezpiecznego spędzania czasu wolnego (ferie, wakacje, przerwa świąteczna). • Teatr profilaktyczny na temat 	<p>wicedyrektor</p> <p>pedagog szkolny</p> <p>pedagog szkolny</p> <p>pedagog szkolny</p> <p>wychowawcy klas pierwszych</p> <p>wicedyrektor</p> <p>wychowawcy klas 1-3</p> <p>wicedyrektor</p> <p>wychowawcy klas</p>	<p>wrzesień 2024</p> <p>I półrocze</p> <p>I półrocze</p> <p>I półrocze</p> <p>I półrocze</p> <p>Na bieżąco</p> <p>Wrzesień 2024r.</p> <p>Wrzesień 2024r</p> <p>XII 2024, I 2025, VI 2025r</p> <p>VI 2025r.</p>	<p>Fotorelacja</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Sprawozdanie z działań</p> <p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych klas 1-4</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Harmonogram na tablicy informacyjnej</p> <p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych</p> <p>Fotorelacja</p>

			bezpiecznych wakacji	Opiekun SU		
3	Ruch to zdrowie	<p>Cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktywne spędzanie czasu wolnego - integracja poprzez sport, aktywność i wspólną zabawę - eliminowanie hałasu w czasie przerw - możliwość rozładowania stresu i napięcia mięśniowego uczniów - zapobieganie nudzie - angażowanie się uczniów w prace SU 	<ul style="list-style-type: none"> • Nauka pływania dla uczniów klas 2-3, projekt „Umiem pływać”, współpraca z UG • Zajęcia z gimnastyki korekcyjnej dla uczniów kl.1-2, współpraca z UG • Corocznie organizowany Dzień sportu dla klas 5-8 i festyn szkolny z zabawami ruchowymi dla klas 1-4 • Aktywne przerwy na sali gimnastycznej i boisku szkolnym • Aktywne uczestnictwo w zawodach sportowych, współpraca ze Śląskim Związkiem Sportowym • Coroczny Bieg o Puchar Wójta Gminy, kl.1-8 • „Mały Mistrz” – program wspierania aktywności fizycznej dzieci i młodzieży, kl.1-3, współpraca z rodzicami, dietetykiem, rehabilitantem. • Zajęcia dla popołudniowych grup świetlicowych często organizowane są na Sali gimnastycznej i boisku szkolnym • Strefa taneczna na sali gimnastycznej, zabawy ruchowe na boisku w ciepłe dni, zabawy podwórkowe w ciepłe dni, strefa 	<p>Wychowawcy klas</p> <p>specjalista, rehabilitant</p> <p>nauczyciele wf, wychowawcy klas</p> <p>nauczyciele dyżurujący nauczyciele wf</p> <p>nauczyciele wf</p> <p>nauczyciele wf i edukacji wczesnoszkolnej</p> <p>Opiekunowie grup świetlicowych</p> <p>Nauczyciele</p>	<p>Cały rok szkolny</p> <p>I półrocze</p> <p>VI 2025r.</p> <p>Cały rok szkolny</p> <p>IX 2024r.</p> <p>I półrocze</p> <p>Cały rok szkolny</p> <p>Cały rok szkolny</p>	<p>Fotorelacja, dokumentacja wyjazdów</p> <p>Fotorelacja, dziennik zajęć</p> <p>Fotorelacja, zapisy w dziennikach lekcyjnych</p> <p>Fotorelacja, wypowiedzi uczniów w ankietach</p> <p>Fotorelacja, dyplomy, uzyskane nagrody</p> <p>Fotorelacja, dyplomy, uzyskane nagrody</p> <p>Dokumentacja projektu, fotorelacja</p> <p>Zapisy w dziennikach zajęć, fotorelacja</p> <p>Fotorelacja, odpowiedzi uczniów w ankietach na</p>

			<p>ciszy w bibliotece, pokój wyciszeń, gry stolikowe w świetlicy (bud.2). i bibliotecę szkolnej</p> <ul style="list-style-type: none"> • Działanie sekcji SU w radiowęźle • Spotkania integracyjne dla klas 1-4 na Źródlanej Oazie • Udział klas czwartych w programie antynikotynowej edukacji zdrowotnej pt. „Bieg po zdrowie”. • „Bieg Przyjaźni” w Stonawie w Czechach 	<p>dyżurujący</p> <p>Opiekun SU</p> <p>Wychowawcy klas</p> <p>Nauczyciele przyrody, biologii</p> <p>Dyrektor szkoły, nauczyciele wf</p>	<p>Cały rok szkolny</p> <p>V/VI 2025r.</p> <p>Według rozkładu</p> <p>V 2025r.</p>	<p>zakończenie roku szkolnego</p> <p>Fotorelacja, zapisy w dziennikach lekcyjnych</p> <p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych</p> <p>Fotorelacja, dyplomy</p>
4	Higiena osobista, higiena otoczenia	<p>Cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zwiększenie świadomości na temat potrzeby dbania o czystość otoczenia i higienę osobistą - wyposażenie uczniów w wiedzę na temat sposobów zapobiegania chorobom – aktywizowanie uczniów w proces dbania o czystość i porządek w szkole 	<ul style="list-style-type: none"> • Spotkania z pielęgniarką na temat dbałości o higienę osobistą (fluoryzacja, higiena jamy ustnej, czystość rąk, zachowania profilaktyczne w okresach dużej zachorowalności, higiena spożywania posiłków, drugie śniadanie w szkole). • Udział w projekcie „Wirusoochrona” • Dyżury sekcji porządkowej SU • Apele organizacyjno-porządkowe • Projekt rekomendowany przez 	<p>Pielęgniarka</p> <p>Wychowawcy klas 1-3</p> <p>Opiekun SU</p> <p>Wicedyrektor</p> <p>Dyrektor szkoły,</p>	<p>Na bieżąco</p> <p>II półrocze</p> <p>Cały rok szkolny</p> <p>Cały rok szkolny</p>	<p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych i dokumentacji pielęgniarki</p> <p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych, sprawozdanie z działań</p> <p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych</p>

			MZ i MEN „Szczepienia HPV	pielęgniarka		
5	Zdrowe odżywianie	<p>Cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wyposażenie uczniów w wiedzę na temat znaczenia zdrowego odżywiania - zwracanie uwagi na wartości odżywcze spożywanych pokarmów 	<ul style="list-style-type: none"> • „Akademia kulinarna” – cotygodniowe warsztaty kulinarne w kl. 5-8, zajęcia pozalekcyjne • Zajęcia praktyczne kulinarne w kl. 1-4 • Wspólnie z nauczycielem spożywanie drugiego śniadania przez uczniów klas 1-4. • Realizacja projektu prozdrowotnego w kl. drugich: Zdrowo jem, więcej wiem • Spotkanie z dietetykiem rodziców klas 1-3 w ramach projektu Mały Mistrz”. • Wystawy prac plastycznych • Badania profilaktyczne krwi – wczesne wykrywanie i zapobieganie skutkom choroby cywilizacyjnej, jaką jest cukrzyca, badania finansowane przez UG Marklowice. • Warsztaty dla klas czwartych pt. „Nie za słodko...o cukrze” 	<p>Pani Bożena Szlufik</p> <p>Wychowawcy klas</p> <p>Nauczyciele, wychowawcy</p> <p>Wychowawcy klas drugich, pielęgniarka</p> <p>Wychowawcy klas, nauczyciele wf</p> <p>Nauczyciele, wychowawcy</p> <p>Nauczyciele realizujący zajęcia</p> <p>pedagog</p>	<p>Co tydzień</p> <p>Według planu</p> <p>Codziennie w kl. 1-4</p> <p>Według harmonogramu</p> <p>I półrocze</p> <p>Po zrealizowanych zajęciach</p> <p>Według harmonogramu</p>	<p>Fotorelacja, dokumentacja zajęć</p> <p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych, fotorelacja</p> <p>Zapisy w dzienniku lekcyjnym, sprawozdanie, fotorelacja</p> <p>Fotorelacja</p> <p>Gazetki ścienne na korytarzach</p> <p>Zapisy w dziennikach lekcyjnych</p>

Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel:

1. wyniki ankiety przeprowadzonej wśród uczniów i nauczycieli
2. obserwacje prowadzone przez członków zespołu promocji zdrowia, pracowników obsługi oraz samych uczniów (arkusze obserwacji)

Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?

1. Analiza wyników ankiety i arkuszy obserwacji

Kto i kiedy sprawdzi, czy i w jakim zakresie zrealizowano cele?:

1. Wskazani członkowie zespołu promocji zdrowia, maj/czerwiec 2025r.

Zespół do spraw promocji zdrowia