**PLAN PRACY SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE W ROKU SZKOLNYM 2021/2022**

**Szkoła Podstawowa im. Królowej Jadwigi w Jerzykowie**

**PLAN DZIAŁAŃ W ODNIESIENIU DO PROBLEMU PRIORYTETOWEGO**

CZĘŚĆ WSTĘPNA:

PROBLEM PRIORYTETOWY: **Chronimy zdrowie fizyczne i psychiczne w trakcie i po epidemii coronavirusa.**

OPIS PROBLEMU:

**1. Podanie celu działań:**

Szkoła promująca zdrowie to szkoła, która tworzy warunki i podejmuje działania sprzyjające dobremu samopoczuciu, prawidłowemu rozwojowi psychofizycznemu społeczności szkolnej oraz podejmowaniu przez jej członków działań na rzecz propagowania zdrowia. Nasza szkoła od wielu lat podejmuje zadania, mające na celu upowszechnianie zdrowego stylu życia.

Wiemy, że szkoła jest jednym z podstawowych obszarów, w których dzieci i młodzież przeżywa sytuacje trudne. Trudności szkolne są najczęściej doświadczanym stresorem w okresie dorastania. W ostatnim roku szkolnym, w dobie pandemii dołączyła do nich jeszcze izolacja i obawa o zdrowie swoje i najbliższych. W związku z tym cały bieżący rok szkolny chcemy poświęcić na działania związane z obniżeniem niepokoju i leku oraz poprawą własnego i innych samopoczucia. Nauczyć się jak dbać o własne samopoczucie oraz gdzie szukać pomocy w razie pogorszenia zdrowia psychicznego. Na początku roku szkolnego chcemy przyłączyć się do kampanii ogólnopolskiej promującej szczepienia przeciwko cowid dla dzieci powyżej 12 roku życia.

 **2. Określenie kryterium sukcesu**

Około 80% uczniów na koniec roku szkolnego będzie znało pojęcie stresu i depresji. Będzie umiało rozpoznawać sytuacje stresowe i skutecznie podejmować walkę z niekorzystnymi skutkami stresu.

 **3. Adresaci:** uczniowie i ich rodzice, nauczyciele, inni pracownicy szkoły.

 **4. Działania i ewaluacja:**

Miernikiem efektywności zaplanowanych działań są:
1.Test diagnozy dla uczniów, nauczycieli i rodziców (październik 2021).
2.Test ewaluacyjny dla uczniów, nauczycieli i rodziców (maj 2022).

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadanie** | **Kryterium sukcesu** | **Metody realizacji,****terminy** | **Wykonawcy** | **Środki** | **Monitorowanie terminu, osoba** | **Sposób sprawdzenia wykonania zadania?** |
| **Co wskaże?** | **Jak sprawdzimy?** | **Kto i kiedy sprawdzi?** |
| **Zapoznanie****społeczności****szkolnej z****priorytetem****SZPZ w roku****szkolnym****2021/2022** | Uczniowie,nauczyciele irodzice znająpriorytet SZPZw rokuszkolnym2021/2022Przypomnienierodzicomuczniów klas 1-8koncepcji istrategii SZPZ i zapoznanie zplanem pracyszkoły na rok2021/202280% rodzicówuczestniczy wzebraniach50% rodziców deklaruje chęć pomocy w działaniach szkoły | Przedstawienie na RP i podczas zebrań z rodzicami oraz na godzinachwychowawczychharmonogramudziałań SZPZ narok szkolny 2021/2022Przedstawienie nazebraniach z rodzicamikoncepcji istrategii SzPZ. |  Zespól SZPZ i wychowawcy klas SP |  Ulotki dla uczniów, nauczycieli i rodziców. Informacja w dzienniku Librus. |  koordynator | Informacja orealizacjizadania. Notatka w dzienniku Librus |  Protokół RPProtokoły zebrań zrodzicami. | Zespół do spraw promocji zdrowia |
| **Diagnoza** |  80% uczniówZna pojęcia stresu i depresji. 80% uczniów klas V- VIII Uczestniczyło w ankiecie dotyczącej problemu priorytetowego | Przedstawienie wyników ankiet przeprowadzonych wśród uczniów, nauczycieli i przedstawicieli rodziców na początku roku szkolnego | Wychowawcy iuczniowie klas V – VIII SP | Ankiety Ewaluacja ankiety  | Wychowawcy klas | Zapis tematu lekcji wychowawczej w dzienniku Librus | Kontrola wpisów w dzienniku. | Wicedyrektor szkoły |
| **Akcja „Szczepimy się”** | 50% dzieci w wieku 12 i więcej lat przyjmie dawki szczepionki | Przyłączenie się do kampanii MEN i Ministerstwa Zdrowia**wrzesień 2021** | Dyrektor, nauczyciel biologii | Materiały ORE: film dydaktyczny, scenariusze lekcji | Dyrektor | Zapisy w dzienniku librus oraz zeszytach uczniowskich | Kontrola dyrekcji | Wicedyrektor w ramach kontroli dzienników librus |
| **Rozwijanie umiejętności rozpoznawania oznak i symptomów stresu i depresji** | 70% uczniówwie jak ważna jest wiedza na temat stresorów i zna symptomy i oznaki stresu | Kampania plakatowa, ulotki i przeprowadzenie godzin wychowawczych. Przedstawienie problemu priorytetowego i pojęć związanych z nim podczas zebrań z rodzicami.**wrzesień 2021** | Wychowawcy, psycholog szkolny, uczniowie szkoły | Komputer, strony internetowe, bristole, materiały papiernicze | Nauczyciele i wychowawcy  | Prezentacje prac uczniów na holu szkoły, stronie internetowej szkoły i facebooku | Najlepsze prace zamieszczone na stronie edupage szkoły w zakładce SZPZ | Zespół do spraw promocji zdrowia |
| **Pomoc uczniom mającym problemy w nauce – organizacja pomocy koleżeńskiej w szkole.** | 90% uczniów może liczyć na pomoc w sytuacji kiedy okaże się, iż potrzebna jest dodatkowa pomoc w nauce | Zebranie wstępnych deklaracji od uczniów osiągających wysokie wyniki w nauce.Utworzenie listy uczniów gotowych służyć pomocą koleżeńską**wrzesień 2021****rok szkolny 2021/ 2022**  |  Uczniowie, nauczyciele wychowawcy  | Materiały papiernicze, listy uczniów w wordzie |  wychowawcy | listy uczniów służących pomocą koleżeńską |  Analiza ocen w dzienniku librus, analiza statystyk semestralnych w dzienniku librus | Koordynator SZPZ |
| **Szkolny Dzień Życzliwości** | 80% uczniów potrafi okazać życzliwość swoim koleżankom i kolegom oraz najbliższym | Skierowanie aktywności uczniów w stronę innych osób, w tym pokrzywdzonych przez los, chorych itp. Wdrażanie zasad, które pozwolą zachować pogodę ducha każdego dnia.**Listopad 2021** | Nauczyciele, psycholog szkolny,rodzice uczniów | Kartki bristolu, kredki, pisaki, długopisy, komputery w celu wykonania kartek z życzeniami | Nauczyciele wychowawcy | Wystawa prac uczniów | Zebranie prac powystawowych | Zespół do spraw promocji zdrowia |
| **Gromadzenie i udostępnianie literatury dotyczącej zdrowia psychicznego i fizycznego człowieka** | 70% uczniów i rodziców korzysta z literatury dostępnej w bibliotece szkolnej i wie w jakich pozycjach literaturowych może szukać wyjaśnienia swoich problemów   |  Codzienna praca nauczycieli bibliotekarzy, porady czytelnicze**cały rok szkolny 2021/2022** |  Nauczyciele bibliotekarze |  Pozycje literaturowe, program biblioteczny Mol |  Nauczyciele bibliotekarze |  Statystyki biblioteczne programu Mol |  Wydruki z programu bibliotecznego Mol | Zespół do spraw promocji zdrowia |
| **Właściwa dieta i zdrowy, odpowiednio długi sen kluczem do zdrowia fizycznego i psychicznego** | 70% uczniów wie jak się odżywiać w czasie epidemii i zna zasady, którymi powinno się kierować, aby odpowiednio długo i skutecznie odpoczywać | Pogadanki na lekcjach przyrody, biologii, godzinach wychowawczych.Spotkanie z dietetykiem dla uczniów szkoły z podziałem na poszczególne grupy wiekowe.**październik 2021** | WychowawcyNauczyciel biologii  | KomputerPrezentacjeulotki | Zespół do spraw promocji zdrowia | Zapisy w dzienniku librus | Obserwacja i rozmowy z uczniami | Zespół do spraw promocji zdrowia |
| **Promowanie aktywności fizycznej i aktywnego spędzania wolnego czasu****Tydzień aktywności fizycznej** | 70% uczniów wie, że w rozładowaniu stresu pomaga aktywność fizyczna na świeżym powietrzu, poświęci godzinę czasu więcej na wysiłek fizyczny  | Promowanie aktywności fizycznej, zwiększenie dostępu uczniów do aktywności fizycznej poza Nauczyciele rodzice zajęciami w szkole: np. rolek, jazdy na rowerze, nordic walking, itp.**cały rok szkolny 2021/2022** |  Nauczyciele wf, rodzice | Sprzęt sportowy | Nauczyciele wychowania fizycznego | Dokumentacja zdjęciowa |  Wykonanie gazetki prezentującej najciekawsze zdjęcia wykonane w tym tygodniu. | Zespół do spraw promocji zdrowia |
| **Codziennie dbaj o swoją aktywność fizyczną** | Zajęcia ralaksacyjne, wyciszające emocje | Zajęcia jogi dla uczniów klas 1-3Gimnastyka korekcyjno -kompensacyja do grudnia 2021 CZASOUMILACZ | Magdalena Klorek | Sala gimnastyczna/aula szkolna, karimata | Magdalena Klorek | Dokumentacja fotograficzna, zapisy w dzienniku librus |  |  |
| **Dbaj o swoją aktywność i wycisz się** | Zajęcia dla rodziców | Zajęcia jogi dla rodziców -  | Magdalena Klorek przy współpracy z panią Elżbietą Hoffmann | Sala gimnastyczna/aula szkolna, karimata | Magdalena Klorek | Dokumentacja fotograficzna, zapisy w dzienniku librus | Wpis na facebooku szkoły | Zespół do spraw promocji zdrowia |
|  **Warsztaty pt: „ Radzimy sobie z emocjami”**  | 80% uczniów klas IV –VIII oraz klas 1-3 weźmie udział w warsztatach, poszerzy swoją dotychczasową wiedzę na problem priorytetowy | Udział uczniów w warsztatach**październik 2021** | Psycholog szkolny |  Komputer, tablica interaktywna, sprzęt nagłaśniający | Psycholog szkolny | Dokumentacja fotograficzna, zapisy w dzienniku librus | Omówienie akcji podczas jednego z comiesięcznych apeli szkolnych. | Zespół do spraw promocji zdrowia |
| **Podsumowanie działań SzPZ** | Uczniowie, nauczyciele i rodzice wypełniają ankietę. | Udział społeczności szkolnej w rozwiązaniu ankiety | Wychowawcy SP, nauczyciele , rodzice | Ankieta ewaluacyjna, dziennik librus | koordynator | Rozwiązane ankiety i ich zbiorcze opracowanie | Podsumowanie wyników ankiet i ich przedstawienie na RP I RR | Zespół do spraw promocji zdrowia |

**REALIZACJA PROGRAMÓW I AKCJI** - cały rok:

- Program UE „Owoce i warzywa w szkole”

- Program ARR „Mleko w szkole”

- Programy „ Czyste powietrze wokół nas”, „Nie pal przy mnie, proszę!" i „Znajdź właściwe rozwiązanie”

 Opracował zespół do spraw promocji zdrowia:

 Koordynator: Hanna Kostecka

 Członek: Magdalena Klorek

 Psycholog szkolny: Agnieszka Skarbińska