PLAN DZIAŁAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE/PRZEDSZKOLA PROMUJĄCEGO ZDROWIE 2021/2022

**A. Część wstępna planowania**

**1. Diagnoza potrzeb** (informacja, w jaki sposób przeprowadzono diagnozę i jakie w jej wyniku wyłoniono problemy):

Zgodnie z wytycznymi programu Szkoły Promującej Zdrowie została przeprowadzona diagnoza potrzeb naszej placówki. Poprawienie samopoczucia uczniów w kontekście pandemii to wyzwanie, ale istnieje wiele działań, które mogą pomóc w zmniejszeniu stresu, niepokoju i negatywnych skutków psychospołecznych związanych z tym trudnym czasem. Szkoła jako instytucja zmuszona była do zmodyfikowania swoich działań i dopasowania się do nowych okoliczności. Jak wszystkie polskie placówki oświatowe dostosowaliśmy się do zarządzeń odgórnych i zmieniliśmy system pracy ze stacjonarnego na zdalny i mieszany. W związku z tym przeprowadzono zdalnie ankietę wśród uczniów oraz rodziców i nauczycieli. Pytania dotyczyły tworzenia bezpiecznego środowiska, wsparcia emocjonalnego, edukacji zdrowotnej, potrzeb wsparcia uczniów i rodziców, w tym dodatkowych działań i programów. Wyniki ankiety wskazały, że zdalne nauczanie wpływa niekorzystnie na samopoczucie uczniów, większość uczniów przeżywa negatywne emocje podczas izolacji w domu.

**2. Wybór problemu priorytetowego** (informacja, który z wyłonionych w ramach diagnozy problemów jest priorytetowy): **Jak poprawić samopoczucie uczniów wynikające z sytuacji pandemii?**

**3. Uzasadnienie wyboru problemu priorytetowego** (dlaczego wybrano dany problem): Dobre samopoczucie jest istotne dla efektywnej nauki. Uczniowie, którzy czują się źle, mogą mieć trudności w koncentracji, przyswajaniu wiedzy i utrzymaniu motywacji do nauki. Dzieci, które czują się dobrze, są bardziej otwarte na współpracę, mają lepsze relacje z rówieśnikami i są bardziej skore do uczestnictwa w aktywnościach społecznych.

4. **Przyczyny istnienia problemu priorytetowego** (krótki opis): Izolacja społeczna i ograniczenia w kontakcie z rówieśnikami, w tym brak możliwości uczestnictwa w typowych aktywnościach społecznych, takich jak szkoła, zabawy z przyjaciółmi czy sport, prowadziły do uczucia samotności i izolacji. Brak aktywności fizycznej i świeżego powietrza, ograniczenia w przemieszczaniu się i zamknięcie placówek sportowych ograniczyły aktywność fizyczną dzieci, co miało wpływ na ich zdrowie fizyczne i psychiczne.

5. **Rozwiązania dla usunięcia problemu priorytetowego** (krótki opis): Zaplanowano wiele działań oferujących wsparcie emocjonalne i narzędzia, które pomogą dzieciom radzić sobie z trudnościami, jakie niesie za sobą pandemia. Za zadanie kluczowe wszystkich nauczycieli, a w szczególności wychowawców, uznano wspieranie podopiecznych i ich rodziców. Położono nacisk na atrakcyjność lekcji wychowania fizycznego i wszelkimi możliwymi sposobami. Postanowiono nakłaniać uczniów i innych pracowników szkoły do aktywności fizycznej oraz zdrowego odżywiania. Zaplanowano zajęcia o charakterze integracyjnym dla poszczególnych klas.

**B. PLAN DZIAŁAŃ w odniesieniu do problemu priorytetowego**

**1. Podanie celu działań:** Poprawa samopoczucia uczniów / przedszkolaków poprzez różne formy aktywności fizycznej i umysłowej, organizację warsztatów profilaktyczno – wychowawczych oraz bajkoterapię.

**2. Określenie kryterium sukcesu:** Po roku działań 60% uczniów twierdzi, że organizowane różne wydarzenia dot. zdrowia psychicznego, sportu, zdrowego odżywiania, przyniosły skutek w postaci poprawy ich samopoczucia. Działania dodatkowe w postaci warsztatów, biblioterapii, innowacji pedagogicznej przyczyniły się do poprawy samopoczucia uczniów wynikające z sytuacji pandemii.

**3. Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel:**

Rozmowy z uczniami, nauczycielami, którzy byli zaangażowani w różne przedsięwzięcia, rozmowy z rodzicami dzieci przedszkolnych, obserwacje zachowań uczniów, zapisy w dziennikach lekcyjnych pozwoliły dojść do wniosku, że wszystkie podjęte działania przyczyniły się do osiągnięcia kryterium sukcesu zgodnie z założeniami.

**4. Zadania**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| L.p. | Działania | Termin realizacji | Osoba odpowiedzialna |
| 1. | Kontynuowanie szkolnych zasad dotyczących zakazu spożywania coli, chipsów, słodyczy, napojów energetycznych, zajęcia profilaktyczne o dopalaczach oraz możliwości napicia się wody. Zaleca się spożywanie wody. Zapewnienie możliwości wypicia wody w szkole. | Cały rok | Nauczyciele, rodzice |
| 2. | Integracja klas / przedszkola i wzmacnianie więzi koleżeńskich poprzez działalność SU, w tym „Najaktywniejsza klasa” oraz wychowawczą. | Cały rok | Wszyscy nauczyciele  SU |
| 3. | Prowadzenie podstrony dotyczącej działań Szkoły Promującej Zdrowie. | Cały rok | M. Dąbek |
| 4. | Udział uczniów w zawodach sportowych. Wprowadzenie zawodów międzyklasowych, rywalizacja na szczeblu szkoły. | Cały rok | K. Ślusarek |
| 5. | Udział uczniów w dodatkowych, sportowych zajęciach pozalekcyjnych. | Cały rok | K. Ślusarek |
| 6. | Utrwalenie i przestrzeganie przepisów BHP podczas zajęć w szkole/ przedszkolu i poza szkołą/ przedszkolem w trakcie wyjść i wycieczek. | Cały rok | Wszyscy nauczyciele |
| 7. | Prowadzenie akcji oraz działań o charakterze charytatywnym, patriotycznym. | Cały rok | Wszyscy nauczyciele |
| 8. | Udział w projekcie „Poznajemy Polskę” łączenie aktywności ruchowej w formie turystyki z edukacją oraz organizacja innych wycieczek z zachowaniem tego wariantu w tym „Szlakiem Orlich Gniazd”. |  | Wszyscy nauczyciele |
| 9. | Udział w programach i akcjach: Ogólnopolska akcja Sprzątania Świata, „Program dla szkół”, „Nie pal przy mnie. Proszę”, „Znajdź właściwe rozwiązanie”, „Trzymaj Formę”, „Trzeźwy umysł” | Cały rok | Nauczyciele wg deklaracji przystąpienia do akcji |
| 10. | Edukacja zdrowotna na lekcjach wychowawczych, przyrody, wychowania fizycznego i biologii, obejmująca tematy:  - bezpieczeństwo w aspekcie fizycznym i psychicznym,  - alternatywne sposoby spędzania wolnego czasu, rola aktywności fizycznej w zachowaniu zdrowia;  - higiena otoczenia oraz zapobieganie infekcji i kształtowania właściwego stosunku do choroby;  - higiena psychiczna w tym sposoby radzenia sobie ze stresem, na poprawę samopoczucia;  - zapoznanie uczniów z osobami do których mogą zwrócić się o pomoc,  - higiena i kultura żywienia, w tym żywienie podczas zdalnej edukacji,  - higiena snu i wypoczynku oraz pracy z komputerem;  - w miarę potrzeby stosowanie przerw śródlekcyjnych również w przypadku zdalnej edukacji,  - zachęcanie do aktywności fizycznej; | Cały rok | Wychowawcy, nauczyciele,  Ratownik Medyczny, Higienistka szkolna, |
| 11. | Prowadzenie zajęć z szachów. Organizacja Turnieju Szachowego. | W ciągu roku | Prowadzący zajęcia |
| 12. | Organizacja warsztatów profilaktyczno - wychowawczych | Tematyka dostosowana do potrzeb | Wychowawcy |
| 13. | Zajęcia biblioterapeutyczne, w tym zajęcia w Bibliotece Miejskiej | Tematyka dostosowana do potrzeb | Wychowawcy nauczyciele |
| 14. | Udział w Szóstej Wiośnie Kulturalnej. | Marzec | T.Flakowska, |
| 15. | Udział w akcjach PCK, m.in. Gorączka złota, schronisko dla zwierząt- wolontariat. | Cały rok | K. Ślusarek |
| 16. | Pogadanka o bezpieczeństwie w drodze do i ze szkoły oraz zagrożeniach w sieci internetowej, prowadzona w szkole przez zaproszonego Policjanta lub wizyta w komisariacie policji, itp. | W ciągu roku | Policjant, wychowawcy |
| 17. | Zdrowie na talerzu. Wspólne spożywanie, przygotowywanie posiłków, zdrowych przekąsek, pożywnych napojów (koktajle, lemoniady), nauka obsługi sprzętu i narzędzi gospodarstwa domowego.  Spotkanie z dietetykiem | Cały rok | Wychowawcy nauczyciele  dietetyk |
| 18. | Dni Bezpiecznego Internetu – prelekcja. Konkurs plastyczny o omawianej tematyce „Bądź z innej bajki”. | Cały rok | Nauczyciel informatyki nauczyciele wychowawcy |
| 19. | Udział w zajęciach profilaktycznych o dopalaczach dla klas VII-VIII | W ciągu roku | K. Witman,  K. Niechwiej, V. Smyl |
| 20. | Warsztaty teatralne wspierające integrację uczniów, aktywizujące ich do podejmowania wspólnych przedsięwzięć, poprawiające samopoczucie.  Przygotowanie przedstawienia dla szkoły. Udział w konkursie form teatralnych.  Wizyta w teatrze.  Spotkanie z dziennikarzem radiowym. | W ciągu roku | Nauczyciel prowadzący koło teatralne |
| 21. | Pogadanki na temat higieny i bezpieczeństwa oraz przedstawienie prawidłowych zasad mycia rąk w związku z rozprzestrzeniającą się epidemią COVID-19 | Wrzesień | Wychowawcy,  Wszyscy nauczyciele |
| 22. | Przedstawienie zasad bezpiecznej i higienicznej pracy z komputerem w okresie kształcenia na odległość (w razie zaleceń sanepidu) | W ciągu roku | Wszyscy nauczyciele |
| 23. | Segregacja śmieci | Cały rok | Wszyscy nauczyciele |
| 24. | Warsztaty na temat pierwszej pomocy przedmedycznej | W ciągu roku | Zaproszony prelegent |
| 25. | Zapoznanie z regulaminem: „Procedury postępowania w Publicznej Szkole Podstawowej w Czyżówce na czas zagrożenia epidemią Covid-19, dotyczące organizacji zajęć” | Wrzesień | Wychowawcy |
| 26. | Edukacja przyrodnicza – wykorzystanie aktywizujących metod pracy wspierających pracę w grupie. | Cały rok | Nauczyciel przyrody, biologii, edukacji wczesnoszkolnej, wychowania przedszkolnego |
| 27. | Edukacja patriotyczna – bieg Tropem wilczym, udział w akcji Bohater on. | Zgodnie z kalendarzem | Nauczyciel historii wychowawcy |
| 28. | Ogólnopolski Turniej Wiedzy Pożarniczej „Młodzież zapobiega pożarom”.  II Turniej Wiosennego Strzelectwa i Pierwszej Pomocy | Zgodnie z kalendarzem | Nauczyciel edb, wychowania fizycznego |