PLAN DZIAŁAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE/PRZEDSZKOLA PROMUJĄCEGO ZDROWIE 2018/2019

**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. Opracowując innowacyjny Program Profilaktyczno – Wychowawczy oparty na cnotach kardynalnych i w oparciu o diagnozę rozszerzyliśmy jego zapisy o edukację zdrowotną. Wychowanie do zdrowia obejmuje bowiem działania o charakterze profilaktycznym dotyczące niwelowania niewłaściwych zachowań uczniów, tzw. antyzdrowotnych, w celu osłabiania czynników ryzyka i wzmacniania czynników chroniących. Troska o zdrowie zaczyna się już w przedszkolu i polega na wstępnym wprowadzaniu dziecka w zagadnienie zdrowia na bazie wychowania rodzinnego. Warunkiem skuteczności realizowania bloku tematycznego: edukacja zdrowotna jest integrowanie przekazywanych wiadomości i kształtowanych umiejętności z treściami dotyczącymi przedmiotów takich jak biologia, wychowanie do życia w rodzinie, wiedza o społeczeństwie, edukacja dla bezpieczeństwa. Osiągnięcie tego celu wymaga współdziałania nauczycieli tych przedmiotów, współpracy z higienistką oraz rodzicami. Niezbędne jest także skoordynowanie zajęć z programami edukacyjnymi na temat zdrowia i profilaktyki zachowań ryzykownych lub chorób XXI wieku, oferowanymi szkołom przez różne podmioty.

**2. Wybór problemu priorytetowego** ( informacja, który z wyłonionych w ramach diagnozy problemów jest priorytetowy): **Jak realizować założenia edukacji zdrowotnej w klasach IV – VIII?**

**3. Uzasadnienie wyboru problemu priorytetowego** (dlaczego wybrano dany problem): Analizując dokumentację szkolną doszliśmy do wniosku, że należy zwiększyć ilość zagadnień edukacji zdrowotnej realizowanej w klasach IV-VIII. Działania prozdrowotne powinny być realizowane przez wszystkich nauczycieli w ramach godzin do dyspozycji wychowawcy oraz w ramach przedmiotów szkolnych. Uwzględnione w programie zadania i działania z zakresu edukacji zdrowotnej należy kontynuować w ramach planów wychowawczych dla danej klasy. Treści edukacji zdrowotnej szkoła i nauczyciel dostosowują do danego etapu edukacyjnego i specyfiki szkoły, w tym szczególnie potrzeb i zainteresowań uczniów.

4. **Przyczyny istnienia problemu priorytetowego** (krótki opis): W realizacji działań z zakresu edukacji zdrowotnej należy uwzględnić wartości ważne w kształtowaniu postawy prozdrowotnej oraz ukazywać zdrowie w kategorii wartości. Rodzice oraz uczniowie również opowiedzieli się za włączeniem wartości do podejmowanych przez nas działań w ramach edukacji zdrowotnej. Stąd też potrzeba zmiany w podejściu do edukacji zdrowotnej realizowanej w korelacji międzyprzedmiotowej.

5. **Rozwiązania dla usunięcia problemu priorytetowego** (krótki opis): Zaplanowano wiele działań wspierających realizację założeń edukacji zdrowotnej w klasach IV-VIII. Zapoznano z nimi uczniów, nauczycieli, rodziców oraz pracowników niepedagogicznych. Za zadanie kluczowe wszystkich nauczycieli, a w szczególności wychowawców, uznano wspieranie podopiecznych i ich rodziców. Położono nacisk na atrakcyjność zajęć z edukacji zdrowotnej. 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:** Realizować zagadnienia edukacji zdrowotnej w klasach IV – VIII w korelacji między przedmiotowej m.in. na lekcjach wychowawczych, przyrody, wychowania fizycznego i biologii.

**2. Określenie kryterium sukcesu:** Po roku działań 80% uczniów twierdzi, że realizowanie zagadnień edukacji zdrowotnej w korelacji z innymi przedmiotami przyniosły skutek w postaci zwiększenia wiedzy oraz umiejętności w zakresie dbałości o własne zdrowie i innych oraz podniesienie poziomu bezpieczeństwa.

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

Rozmowy z uczniami, nauczycielami, którzy byli zaangażowani w różne przedsięwzięcia, obserwacje zachowań uczniów pozwoliły dojść do wniosku, że wszelkie działania były jak najbardziej potrzebne i większość uczniów czerpała z nich korzyści.

**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. | Cały rok | Nauczyciele, rodzice |
| 2. | Możliwość korzystania z Orlika położonego przy SP nr 4 na treningi ogólnorozwojowe dla dzieci przedszkolnych oraz szkolnych. | Od października | Dyrektor |
| 3. | Udział w Kreatywnych Zajęciach Manualnych na temat zdrowego stylu życia w WDK w Czyżówce. | 2 razy w roku przedszkole  oraz klasy I-III | wychowawcy klas I-III i grup przedszkolnych |
| 4. | Prowadzenie podstrony dotyczącej działań Szkoły Promującej Zdrowie. | Cały rok | Ł. Goraj  J. Mamica |
| 5. | Udział uczniów w zawodach sportowych.  Wizyty przedszkolaków w ramach wycieczek na obiektach sportowych. | Cały rok | K. Ślusarek, wychowawcy grup przedszkolnych |
| 6. | Udział przedszkolaków w autorskich zajęciach przyrodniczych oraz warsztatach Archi Przygody. | Cały rok | K. Witman, architekt |
| 7. | Udział uczniów w dodatkowych, sportowych zajęciach pozalekcyjnych. Utworzenie Przedszkolnego Klubu Piłkarskiego. | Cały rok | K. Ślusarek |
| 8. | Utrwalenie i przestrzeganie przepisów BHP podczas zajęć w szkole/ przedszkolu i poza szkołą/ przedszkolem. | Cały rok | Wszyscy nauczyciele |
| 9. | Dzień zdrowego śniadania. Własnoręczne przygotowanie zdrowych kanapek. Akcja „Śniadanie daje moc”. | Listopad | Wszyscy nauczyciele |
| 10. | Udział w programach i akcjach: Ogólnopolska akcja Sprzątania Świata, „Owoce w szkole”, „Mleko w szkole”, „Nie pal przy mnie. Proszę”, „Znajdź właściwe rozwiązanie”, ”Czyste powietrze wokół nas” „Trzymaj Formę”, „Szkoła Promująca Zdrowie”, „Akademia Puchatka – bezpieczeństwo w Internecie”, „Mistrz pierwszej pomocy”, „Cyfrowo bezpieczni” | Cały rok | Nauczyciele wg deklaracji przystąpienia do akcji |
| 11. | Edukacja zdrowotna na lekcjach wychowawczych, przyrody, wychowania fizycznego i biologii, obejmująca tematy:  - bezpieczeństwo w aspekcie fizycznym i psychicznym,  - higiena osobista (np. lekcje zdrowego uśmiechu, fluoryzacja)  -prelekcje z lekarzami,  - alternatywne sposoby spędzania wolnego czasu, rola aktywności fizycznej w zachowaniu zdrowia;  - higiena otoczenia oraz zapobieganie infekcji i kształtowania właściwego stosunku do choroby, informacje dla rodziców „profilaktyka zdrowia” (plakaty w przedszkolu na temat zdrowia i zapobiegania chorobom dla rodziców);  - rozmowy na zebraniach z rodzicami na temat ubioru: dopasowywanie ubioru do odpowiedniej pory roku (często w przedszkolu dzieci są przegrzewane i zbyt przesadnie ubrane)  - higiena psychiczna w tym sposoby radzenia sobie ze stresem, pobudzanie własnej wartości;  - rozmowy na zebraniach dotyczące tematu, że nadmiar zajęć dodatkowych dla dzieci w małym wieku nie jest często dobrym pomysłem, dzieci są przemęczone już w przedszkolu  - higiena i kultura żywienia, w tym również znajomość etykiet produktów spożywczych,  - higiena snu i wypoczynku,  - codzienne wyjścia na świeże powietrze (przedszkolaki),  - w miarę potrzeby stosowanie przerw śródlekcyjnych,  - piramida żywienia,  - wpływ aktywności fizycznej na zmiany w budowie ciała w okresie dojrzewania,  - przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni  -zasady zdrowego odżywiania | Cały rok | Wychowawcy, nauczyciele,  Ratownik Medyczny, Higienistka szkolna, |
| 12. | Profilaktyka i korekcja wad postawy u dzieci. | Cały rok | K. Ślusarek, wszyscy nauczycie |
| 13. | Spotkania i prelekcje z dietetykiem o zdrowym stylu życia. | W ciągu roku | Dietetyk, specjalista, rodzic p. Palka, P. Dudek |
| 14. | Udział w Rajdzie Rowerowym organizowanym przez PSP w Czyżówce. | Czerwiec | V. Smyl,  K. Ślusarek,  P. Mardyła,  K. Niechwiej |
| 15. | Udział w Piątej Wiośnie Kulturalnej. | Marzec/Kwiecień | T.Flakowska, wychowawcy |
| 16. | Udział w akcjach PCK, m.in. Gorączka złota, loterie fantowe na Dom Samotnej Matki, schronisko dla zwierząt- wolontariat. | Cały rok | K.Kowalczyk |
| 17. | Udział w powiatowym konkursie EducationGo! | Wrzesień | K. Ślusarek |
| 18. | 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 |
| 19. | Wycieczka klas młodszych do Miasteczka Rowerowego w Trzebini-Gaj. | W ciągu roku | Wychowawca klasy IV |
| 20. | Organizacja Pikniku rodzinnego | Wrzesień | Wszyscy nauczyciele |
| 21. | Gminny program Przeciwdziałania Próchnicy dla uczniów „Niesamowity świat higieny jamy ustnej” | Cały rok | Stomatolodzy, specjaliści |
| 22. | Udział w zajęciach profilaktycznych o dopalaczach dla klas VII-VIII | W ciągu roku | K. Witman,  K. Ślusarek,  K. Niechwiej |
| 23. | Bezpieczeństwo w Internecie | W ciągu roku szkolnego | K. Witman  Nauczyciele kas I-III |