

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI
UBIEGAJĄCEJ SIĘ O PRZYJĘCIE
DO WIELKOPOLSKIEJ SIECI SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE ***
(szkoła/placówka w okresie przygotowawczym)

RAPORT ZA OKRES OD września 2013 r. DO czerwca 2014r.

INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:

Pełna nazwa szkoły/placówki	Szkoła Podstawowa nr 1 im. H. Sienkiewicza
Adres	Ul. 3 Maja 29, 62-700 Turek
Gmina	Miejska Turek
Powiat	Turek
Telefon	63 278 47 90
Adres mailowy szkoły	sp1turek@wp.pl
Adres mailowy koordynatora	morekk5@wp.pl
Strona www	www.sp1.turek.net.pl
Imię i nazwisko dyrektora	Elżbieta Pokojowa
Imię i nazwisko koordynatora	Krystyna Morek
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	<p>1. nauczyciele: Agnieszka Perlińska, Hanna Baran, Grażyna Sujewicz, Jolanta Idziak, Bożena Mielczarek, Aldona Piwońska, Ewa Pawlak, Izabela Ochota, Tomasz Gargula, E. Nowak, B. Frątczak, E. Kozłowska.</p> <p>2. rodzice: Edyta Nowinowska, Joanna Skowrońska</p> <p>3. uczniowie: D. Ziemiańska, N. Mądrachowska, M. Forma, R. Strzelińska, A. Zawilska, G. Bocian, W. Poszwa, P. Wojtkowiak</p> <p>4. pracownicy niepedagogiczni: Iwona Marciniak, Anna Maciaszek, Aleksandra Podębska, Marzena Twardowska</p> <p>5. inne osoby: pielęgniarka szkolna Dorota Walas</p>
Data podjęcia uchwały o przystąpieniu do projektu	17.09.2012r.

1. Opis podjętych działań w zakresie diagnozowania potrzeb społeczności szkolnej.

Promocja zdrowego stylu życia, aktywność fizyczna i właściwe odżywianie to priorytety, które są motywem przewodnim wielu działań w ramach projektu „Szkoła Promująca Zdrowie”, do którego przystąpiła Szkoła Podstawowa nr 1 w Turku.

Zespół ds. promocji zdrowia w naszej szkole przeprowadził w ubiegłym roku szkolnym wśród uczniów, rodziców, nauczycieli i innych pracowników szkoły ankiety, które pomogły zdiagnozować potrzeby i oczekiwania społeczności szkolnej w zakresie realizacji projektu „Szkola Promująca Zdrowie”.

Wyniki diagnozy:

1. Narzędzia zastosowane do przeprowadzenia diagnozy:

- a) ankieta n/t stylu życia przeprowadzona wśród uczniów, rodziców i pracowników szkoły;
- b) obserwacje;
- c) rozmowy z uczniami i ich rodzicami,
- d) rozmowa z pielęgniarką szkolną

2. Wyniki prowadzonych badań:

Z ankiety dla uczniów wynika, że

- 31% uczniów nie zawsze spożywa regularnie posiłki, 6% nigdy,
- 31% uczniów nie je pierwszego śniadania,
- 20% uczniów nie ma świadomości, że należy jeść drugie śniadanie,
- 43% uczniów tylko czasami zabiera drugie śniadanie do szkoły, a 9 % nie robi tego nigdy,
- 33% uczniów nie spożywa produktów mlecznych
- w sklepiku szkolnym uczniowie kupują najczęściej batony i napoje gazowane,
- 32% uczniów nie uprawia żadnych sportów ,
- w wolnym czasie uczniowie najczęściej oglądają telewizję lub grają na komputerze.

Z ankiety dla rodziców wynika, że:

- 37 % rodziców czasami lub nigdy nie spożywa trzech posiłków dziennie,
- 26 % rodziców nie je śniadania,
- 40 % rodziców nie spożywa owoców lub spożywa je tylko czasami, 27% deklaruje, że czasami je warzywa,
- jogurty i inne produkty mleczne czasami spożywa 55% rodziców, 14 % nigdy,
- wiele osób nie ogranicza tłuszczów zwierzęcych, spożywa dużo słodczy, soli
- bardzo duży odsetek rodziców nie dba o swoje zdrowie, nie bada się regularnie, nie chodzi regularnie do dentysty,
- rodzice słabo dbają o zdrowie psychiczne: prawie połowa badanych nie kładzie się spać o tej samej porze, połowa nie przeznacza codziennie czasu na odpoczynek, i nie radzi sobie ze stresem.
- 22 % rodziców nie myśli pozytywnie o sobie i świecie.
- 47 % badanych nie zwraca się do innych o pomoc w trudnych sytuacjach,
- około połowa badanych rodziców nie poświęca czasu na wysiłek fizyczny(nawet szybki marsz).
- tylko 21 % rodziców uprawia sport 1 raz w tygodniu.

Problem priorytetowy: **GRUPA UCZNIÓW W SZKOLE ODŻYWIA SIĘ NIEPRAWIDŁOWO, NIE POSIADA DOBRZYCH NAWYKÓW DBANIA O SWOJE ZDROWIE.**

Na podstawie obserwacji oraz opinii wyrażanych przez społeczność dotyczących organizowania środowiska szkoły, jako podstawowy problem wskazano niepokojące zjawiska w zakresie odżywiania:

- a) wielu uczniów szkoły przychodzi do szkoły bez zjedzenia śniadania i bez drugiego śniadania;
- b) grupa uczniów nie prowadzi żadnej aktywności fizycznej, co ma duży wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne .

Prawidłowe odżywianie stanowi podstawę rozwoju fizycznego, zdrowia oraz samopoczucia. Te zaś rzutują na aktywność uczniów w szkole i możliwości osiągania sukcesów edukacyjnych. Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych jest przede wszystkim rolą domu rodzinnego, jednakże duże wsparcie może dawać społeczności szkoła, w której wiedzę z tego zakresu mogą otrzymywać uczniowie, a pośrednio i rodzice. Także pokazanie uczniom różnych możliwości aktywnego spędzania wolnego czasu, często na świeżym powietrzu może przyczynić się do kształtowania dobrych nawyków zdrowotnych.

2. Przyczyny istnienia problemu:

- zapracowanie rodziców i brak pełnej świadomości na temat znaczenia śniadania w dziennym harmonogramie żywienia dziecka,
- specyficzne warunki środowiskowe, charakterystyczne dla małych miejscowości,
- brak możliwości i czasu na aktywne spędzanie wolnego czasu przez rodzinę.

3. Rozwiązania dla usunięcia problemu:

- 1) Opracowanie przez zespół nauczycieli ds. Promocji Zdrowia działań promujących zdrowe odżywianie wśród uczniów i rodziców i rolę aktywności fizycznej.
- 2) Otwarcie na stronie internetowej blogu Szkoła promująca zdrowie w celu bieżącego informowania rodziców na temat działań podejmowanych w szkole i zachęcania do współpracy.
- 4) Zaangażowanie rodziców w zmiany żywieniowe i proponowanie zdrowego sposobu spędzania wolnego czasu.
- 5) Prowadzenie przez cały rok szkolny różnych akcji propagujących zdrowe odżywianie,

6) włączenie się wszystkich klas w działania z zakresu promocji zdrowego odżywiania.

W tym roku szkolnym kontynuowane były działania dotyczące priorytetów określonych na podstawie diagnoz.

2. Plan działań w zakresie promocji zdrowia.

Załącznik nr 1

3. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.

1.Opracowanie planu pracy na rok szkolny 2013/2014

Plan pracy opracowany został przez szkolny zespół promocji zdrowia po konsultacji z nauczycielami, uczniami, rodzicami, pracownikami niepedagogicznymi oraz pielęgniarką szkolną. Zawiera działania, które mają na celu promować zdrowy tryb życia poprzez dbałość o zdrowe nawyki żywieniowe uczniów a poprzez uczniów także rodziców.

2. Przypomnienie członkom rady pedagogicznej i pracownikom niepedagogicznym w szkole zasad szkoły promującej zdrowie : wrzesień 2013

3. Powiadomienie rodziców klas pierwszych oraz przypomnienie pozostałym rodzicom na wywiadówkach o przystąpieniu szkoły do projektu. Listopad 2013

4. Śniadanie daje moc.

Szkoła kontynuowała w tym roku szkolnym akcję „Śniadanie daje moc”, gdzie uczniowie nabierali nawyku zjadania drugiego śniadania. Śniadanie spożywali razem ze swoimi wychowawcami, w klasie, po uprzednim przygotowaniu tego śniadania przez siebie i przy dużej pomocy rodziców. Śniadanie w listopadzie zgromadziło bowiem spora grupę rodziców, szczególnie w młodszych klasach. Wspólne śniadanie odbywało się raz w tygodniu. Uczniowie się przyzwyczaili do tych wspólnych posiłków. Aby uatrakcyjnić i mocniej oddziaływać na świadomość dzieci i rodziców, nauczyciele zaproponowali, żeby raz w miesiącu odbyło się śniadanie związane z konkretnym tematem, promującym zasady zdrowego żywienia.

W grudniu mieliśmy „**Dzień z jogurtem, kefirem i serem**”- dla odporności i zdrowych kości (- dzieci przynosiły do szkoły jeden produkt mleczny i wspólnie w klasie przyrządziły śniadanie i je spożywały. Ponadto wychowawcy przeprowadzili pogadanki na lekcjach wychowawczych o wartościach odżywczych mleka i jego przetworów. Od 13.01. do 17 .01. obchodziliśmy „**Kolorowy tydzień z owocami**”- tygodniowa akcja polegająca na codziennym spożywaniu owoców w określonym kolorze np. poniedziałek- zielony, wtorek- czerwony, środa- żółty, czwartek- fioletowy, piątek – pomarańczowy.

Klasy piąte przygotowywały plakaty o roli poszczególnych owoców w jadłospisie człowieka. Uczniowie dyskutowali na lekcjach przyrody nt. roli witamin w życiu człowieka. Od 24.02. do 28.02. w szkole trwały „**Dni zdrowego chleba**”. Uczniowie przyrządzali śniadania, w którym główną rolę odgrywa pieczywo: żytnie, ciemne, razowe itd., dzieci przynosiły chleb domowego wypieku. Klasy VI przygotowały przysłowia związane z chlebem w formie plakatu. Klasy V na j. polskim poznały i czytały „Polskie legendy o chlebie”. Klasy IV poznały na historię wypieku chleba. W pierwszy dzień wiosny każda klasa prezentowała przebranie w kolorze wylosowanego owocu lub warzywa. Dzieci

również przynosiły do szkoły wylosowany owoc lub warzywo. Po prezentacji odbyła się wspólna konsumpcja w klasach.

W okazji Tygodnia zdrowia organizowaliśmy „Talerz zdrowia”. W maju odbyło się śniadanie z wykorzystaniem nowalijek wiosennych. W czerwcu śniadanie odbyło się poprzez wykorzystanie stoiska świeżych warzyw i owoców.

5.24 września uczniowie klas początkowych zorganizowali **klasowe sklepy ze zdrową żywnością**. Dzieci bardzo chętnie zgromadziły dużą ilość zdrowych produktów, dołączając do nich ceny oraz plakaty zachęcające do ich spożycia. Poprzez zabawę w sklep, uczniowie spontanicznie uczyli się nawyków zdrowego odżywiania, a także doskonalili umiejętności praktyczne z zakresu edukacji matematycznej.

6. Spędzamy przerwy zdrowo i na sportowo- działania Samorządu Uczniowskiego

Uczniowie SU aktywnie włączają się w działania zmierzające do uzyskania przez naszą szkołę certyfikatu „Szkoła promująca zdrowie” Od września do listopada SU zaproponował spędzanie przerw na sportowo. Dwa razy w tygodniu na długiej przerwie wszyscy chętni, których łączy zamiłowanie do aktywnego stylu życia spacerowali po bieżni na boisku . Niektórzy próbowali swoich sił w Nordic Walking. Z tygodnia na tydzień przybywało chętnych, często wśród nich była p. dyrektor, nauczyciele i nasza szkolna pielęgniarka. Po przerwie wszyscy zrelaksowani i zadowoleni wracali do swoich zajęć przekonani, że „ruch to zdrowie”. Ponadto w czasie przerw w szkole można było spędzać aktywnie czas poprzez grę w klasy. Na korytarzach zostały wyklejone pola do gier w klasy, które cieszyły się dużym powodzeniem wśród uczniów. Na dwóch korytarzach zostały postawione stoły do ping-ponga, gdzie każdy chętny mógł skorzystać. Ponadto wiele przerw przebiegało w rytmie muzyki, gdzie grupa uczniów prowadziła aerobic. Samorząd szkolny co 2 tygodnie urządzał uczniom **przerwy w rytmie muzyki**, o którą dbali uczniowie. W czasie dwóch długich przerw uczniowie mogli potańczyć przy rytmach ulubionej muzyki- poprawiało to nastroje uczniów i nauczycieli a także wpływało korzystnie na kondycję fizyczną uczniów.

7. Zmiana asortymentu w sklepiku szkolnym.

W związku z przystąpieniem do projektu „Szkoła promująca zdrowie „, w sklepiku szkolnym uczniowie mogą zakupić zdrowe śniadanie: bułka z sałatą, wędliną lub żółtym serem, świeże owoce, jogurty, świeżo wyciskane soki z owoców (z sokowirówki), soki butelkowane, wodę mineralną. Uczniowie mają możliwość nauczania się dokonywania właściwych wyborów związanych ze zdrowym odżywianiem. O możliwości zdrowego żywienia się w naszej szkole zostali powiadomieni rodzice na zebraniach .

8. Dzień Samorządności 21 marca

W naszej szkole z okazji Dnia Wiosny odbył się Festiwal Witamin. Wszyscy wiemy, jak bardzo ważne dla naszego zdrowia jest odpowiednie odżywianie się. Uczniowie przyszli ubrani w kolorze wylosowanego owocu lub warzywa.

Uczniowie na lekcjach przygotowywali zdrowy poczęstunek. Były kanapki, sałatki z warzywem, które wcześniej wylosowały. Wszystko to działo się pod czujnym okiem pani dietetyk Natalii Osińskiej, która odwiedziła nas tego dnia w szkole. Na spotkaniu z panią dietetyk dzieci poznały zasady zdrowego żywienia, uświadomiły sobie jak ważne jest śniadanie dla zapewnienia energii na cały dzień i co tak naprawdę znaczy dobrze się odżywiać. Zdrowy styl życia to nie tylko zdrowe odżywianie, ale także uprawianie aktywności sportowej. Okazją do aktywnego stylu życia było zorganizowanie placów zabaw

w salach lekcyjnych według pomysłu uczniów. Najczęściej uczniowie bawili się w berka, kapsle, skakanie w gumę, w klasy, w chłopa, w skakankę, i komórki do wynajęcia. To zabawy rodziców i dziadków naszych uczniów. Przygotowanie tych zabaw było okazją do spotkań w rodzinnym gronie i integracji w rodzinach. Serdecznie dziękujemy pani dietetyk Natalii Osińskiej za profesjonalne porady. Dzięki naszemu gościowi dowiedzieliśmy się, w jaki sposób się odżywiać, aby zachować dobre samopoczucie i cieszyć się dobrą kondycją zdrowotną. Ponadto uczniowie brali udział w aerobiku na korytarzu szkolnym.

9. Spotkanie z dietetykiem p. N. Osińską dla rodziców i nauczycieli.

W czasie wywiadówek w maju szkoła zaprosiła p. dietetyk, aby przekazała rodzicom zasady zdrowego żywienia dzieci w wieku szkolnym. Spotkanie cieszyło się dużym powodzeniem wśród rodziców. Rodzice zostali zapoznani z prezentacją multimedialną o zasadach żywienia, a także dowiedzieli się o roli śniadania w codziennym jadłospisie ucznia. Pani dietetyk pokazała przykładowe jadłospisy dla ucznia. Rodzice zadawali wiele pytań dotyczących żywienia dzieci, co świadczyło o dużym zainteresowaniu problemem.

10. Obchody Światowego Dnia Zdrowia w dn. 9 IV – 11 IV 2014r.

Klasy I-III - 9 kwietnia w naszej szkole odbył się *Szkolny Dzień Życzliwości*. Uczniowie we wszystkich klasach wybierali najbardziej życzliwych- koleżankę i kolegę. Imiona i nazwiska najżyczliwszych pojawiły się na stronie internetowej szkoły. W każdej klasie wychowawcy przeprowadzili pogadanki na temat akceptacji różnic między ludźmi, szacunku i zrozumienia dla innych. Po przeprowadzonych rozmowach, każda klasa wykonała plakat wzywający do życzliwości i niesienia bezinteresownej pomocy innym. Plakaty zostały umieszczone na szkolnych korytarzach.

11 kwietnia 2014 roku w naszej szkole odbył się Szkolny dzień bez słodyczy. Tego dnia uczniowie wszystkich klas zamieniali słodczyce na zdrowy produkt, najczęściej owoc lub warzywo. Na lekcjach wychowawczych przeprowadzono pogadanki na temat szkodliwości spożywania dużej ilości węglowodanów w postaci słodyczy i napojów energetyzujących. Podczas przerw śródlekcyjnych na korytarzu znajdowały się kartony szarego papieru oraz kredki, dzięki temu uczniowie mieli możliwość rysowania zdrowych produktów żywnościowych.

Klasy czwarte - „ Jak dbać o zdrowie?”- na lekcjach przyrody omówienie zagadnień dotyczących zdrowego trybu życia i utrzymania higieny osobistej. Dzieci układały jadłospisy według zasad prawidłowego odżywiania się. Następnie odbywały się dyskusje, czy ułożone jadłospisy są poprawne. Prace zostały wywieszane na korytarzach szkolnych do wglądu uczniom i rodzicom.

Klasy piąte - wykonały plakat nt. Znaczenie sportu dla zdrowia człowieka. Następnie uczniowie uczestniczyli w zajęciach aerobiku na korytarzu szkolnym, prowadzonym przez chętnych kolegów.

Klasy szóste przygotowały prezentacje multimedialne na temat „Talerz zdrowia” lub do wyboru „Choroby wektorowe” – temat przewodni tegorocznych obchodów Dnia Zdrowia. Była to okazja do wymiany wiedzy, zdobytej przez uczniów, przy przygotowywaniu prezentacji.

11. Działania biblioteki szkolnej w ramach projektu „Szkoła Promująca Zdrowie”

W gazecie szkolnej „Kleks” prowadzono stały dział „W zdrowym ciele – zdrowy duch”, w którym publikowano artykuły o tematyce zdrowotnej oraz zamieszczano informacje

o działaniach zdrowotnych podejmowanych w szkole. Gazeta publikowana jest na stronie internetowej szkoły oraz w wersji papierowej. Biblioteka szkolna gromadziła książki o tematyce zdrowotnej. Były one eksponowane w dziale nowości biblioteki. Książki recenzowali uczniowie, zachęcając innych do lektury. Informacje o nowościach oraz recenzje książek zdrowotnych były publikowane w gazecie szkolnej „Kleks”.

Bibliotekarka Elżbieta Nowak zorganizowała dla członków kółka dziennikarskiego spotkanie z właścicielem dwóch turkowskich restauracji p. Robertem Jancy, podczas którego rozmawiano o zdrowym odżywianiu się oraz wartościowej kuchni dla dzieci i młodzieży.

12. Konkurs wiedzy o zdrowym odżywianiu dla klas piątych.

W Tygodniu zdrowia, w kwietniu, nauczycielka przyrody, Jolanta Idziak, zorganizowała test wiedzy o zdrowiu, podsumowujący zdobytą wiedzę z tego tematu przez uczniów klas 5.

Uczniowie rozwiązywali test. Wyniki konkursu zostały ogłoszone na tablicy ogłoszeń i nagrody wręczone przez p. dyrektora.

13. Konkurs na najaktywniejszą klasę.

Samorząd Uczniowski ogłosił po raz kolejny konkurs na: „AKTYWNA KLASĘ ROKU”

W ramach konkursu w szkole organizowane są akcje, dzięki którym każda klasa miała możliwość wykazać się swoją aktywnością, także w dziedzinie działalności prozdrowotnej. (dla najbardziej aktywnej klasy przewidziane były nagrody i dyplomy uznania).

Braliśmy udział min. w zbieraniu nakrętek od butelek (raz w tygodniu, w środy gospodarz klasy oddawał zbierane nakrętki do p. Kozłowskiej lub p. Kuleszy, które ważą nakrętki i wpisują na konto danej klasy). Dzięki akcji zbierania nakrętek wspieramy młodego człowieka potrzebującego pomocy medycznej. Oceniane były także: przygotowanie przez klasy tygodnia zdrowia, powitanie wiosny, śniadania w klasach oraz inne akcje prozdrowotne.

14. Konkurs dla uczniów klas II i III na temat zdrowego odżywiania „Jem zdrowo i kolorowo.”

15 maja 2014 w naszej szkole odbył się konkurs dla uczniów klas II i III na temat zdrowego odżywiania i higienicznego trybu życia pod hasłem „Jem zdrowo i kolorowo”. Do konkursu przystąpiło 32 uczniów z klas drugich i trzecich (po cztery osoby z każdej klasy). Uczestnicy konkursu zostali zgłoszeni do organizatorów przez wychowawców poszczególnych klas. Organizacją konkursu zajęły się panie uczące w klasach drugich- Marzanna Rzetecka i Hanna Baran.

Test konkursowy składał się z dwóch części: część teoretyczna- trzy pytania zamknięte i cztery pytania otwarte, część plastyczna- rysowanie czterech dowolnych produktów zaliczanych do zdrowej żywności i napisanie hasła zachęcającego do spożycia narysowanych, zdrowych produktów żywnościowych.

Uczestnicy konkursu musieli wykazać się wiedzą w następującej problematyce:

- zasady prawidłowego odżywiania się,
- znajomość produktów pochodzenia roślinnego,
- znajomość produktów pochodzenia mlecznego,
- znajomość zasad higienicznego odżywiania i stylu życia,
- umiejętność tworzenia jadłospisów zawierających jedynie zdrowe produkty żywnościowe,
- eliminowanie z menu produktów szkodliwych dla zdrowia człowieka,

- uzasadnienie, dlaczego warto się zdrowo odżywiać.

W części plastycznej oceniano trafny dobór rysunków do polecenia zawartego w teście, pomysłowość, oryginalność (ocenie nie podlegały zdolności plastyczne uczniów).

Na wykonanie zadań testowych uczniowie mieli jedną jednostkę lekcyjną- 45 minut. Prace uczestników konkursu oceniały wyżej wymienione panie organizatorki. Po sprawdzeniu prac wyłoniono dwóch laureatów I miejsca, laureata II miejsca oraz trzy osoby wyróżnione.

15. Działania ekologiczne w szkole

– przygotowanie z teatrem „Szpilka” spektaklu „**Turkowskie dzieci segregują śmieci**”- spektakl przygotował teatr Szpilka. Pozwala zobrazować w sposób jasny selektywną zbiórkę śmieci. Nad przygotowaniem przedstawienia pracowali opiekunowie: Aldona Piwońska, Ewa Pawlak oraz Izabela Ochota. Projekt powstał dzięki współpracy Urzędu Miejskiego, Miejskiego Domu Kultury i Szkoły Podstawowej nr 1. Został poświęcony bardzo ważnemu aspektowi dla każdego mieszkańca Turku - segregacji śmieci. Premiera przedstawienia odbyła się 20 czerwca 2013 r. w Miejskim Domu Kultury. Spektakl odpowiada na wiele nurtujących pytań. Nie brakuje artystycznej duszy, zdrowej rywalizacji, zabawy oraz, co najistotniejsze, edukacji w obrębie selektywnej segregacji śmieci, które obowiązuje już od 1 lipca 2013r.

Przedstawienie pozwala zobrazować w sposób jasny selektywną zbiórkę śmieci w Turku. Instruktorzy wspólnie z uczniami opracowały specjalny scenariusz dostosowany do warunków obowiązujących w naszym mieście: kolory pojemników, projekty ulotek. Wśród publiczności znalazły się, zarówno dzieci, jak i dorośli. Spektakl wystawiono również podczas EKO – TYGODNIA we wszystkich szkołach w Turku w dn. 21 – 22 października 2013r.

16. Na Dzień Dziecka do lasu

Wycieczka do lasu to idealny sposób na spędzenie Dnia Dziecka. Tak właśnie ten dzień spędziły klasy czwarte. Przez cały rok szkolny uczniowie miło i na sportowo spędzają przerwy, a wszystko po to, aby być zdrowym i podołać jak najlepiej obowiązkom szkolnym. Stąd pomysł rodziców, aby swoje święto dzieci spędziły w lesie w relaksującym otoczeniu przyrody. Uczniowie uczestniczyli w spotkaniu z leśnikiem, który w sposób bardzo ciekawy i przyjemny opowiadał o mieszkańcach naszego lasu. Tego dnia nie zabrakło niespodzianek przygotowanych przez Trójkę Klasową. Oprócz zorganizowanego ogniska, rodzice zakupili słodczyce i lody. Dzieci bawiły się, grały w piłkę, spacerowały po lesie. Poszukując zwierząt i ciekawych okazów roślin. Dzień Dziecka spędziły radośnie i nabrały energii na wyteżoną końcówkę roku szkolnego.

17. Warsztaty z psychologiem - dla klas piątych i szóstych na temat – Mediacja –sztuka kompromisu- maj 2014.

Przez cały rok szkolny uczniowie mieli prowadzone zajęcia z wychowawcami z programu „Spójrz inaczej”. Zajęcia prowadzili nauczyciele, którzy ukończyli kurs uprawniający do prowadzenia tych zajęć.

Monitorowanie działań Szkoły promującej zdrowie w naszej szkole przebiegała poprzez:

- pisanie sprawozdań do dyrektora szkoły i na stronę internetową szkoły,

- kronika fotograficzna zadań i przedsięwzięć,
- przekazywanie informacji na lokalne portale internetowe,
- artykuły w szkolnej gazecie „Kleks”,
- obserwacje dyrektora szkoły,
- obserwacje koordynatora i zespołu promocji zdrowia w szkole.

Za monitorowanie zadań wynikających z planu pracy odpowiedzialny był dyrektor szkoły koordynator SzPZ oraz zespół promocji zdrowia w szkole

6. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań.

Na zakończenie dwuletniego cyklu działań szkoły przeprowadzono ankiety w celu sprawdzenia efektów pracy szkoły. Ponadto wiele wniosków nasuwa się z monitoringu prowadzonych zadań planu pracy szkoły.

Bardzo dużo dobrego w kształtowaniu dobrych nawyków zdrowotnych miał udział szkoły w akcji „Śniadanie daje moc”. Wiele dzieci, zachęconych wspólnie spożywanym i przyrządzanym razem z nauczycielami, a często także rodzicami drugim śniadaniem, zaczęła przynosić do szkoły drugie śniadanie. Były to zdrowe kanapki, bardzo często przyrządzone przez rodziców lub samodzielnie - w starszych klasach- zdrowe sałatki owocowe lub warzywne, zapakowane w kolorowe pudełeczka. Bardzo ten sposób został rozpropagowany i stał się „modny” w starszych klasach. Natomiast dzieci klas I-III zaczęły spożywać śniadanie wspólnie z nauczycielem, częściej niż to było przewidziane w naszych harmonogramach.

Zmiana asortymentu w sklepiku szkolnym spowodowała, że uczniowie częściej zaczęli kupować kanapki, wodę do picia. Ograniczona została sprzedaż chipsów i słodkich przekąsek. Ponadto uczniowie nabywają dobrych nawyków poprzez spędzanie przerw w sposób aktywny. Sami mają już nowe pomysły na urozmaicenie przerw w nowym roku szkolnym.

Z ankiet przeprowadzonych dla uczniów wynika, że 90% uczniów ma świadomość, jak ważne jest spożywanie codziennie śniadania. 85% uczniów deklaruje, że zjada codziennie regularnie posiłki. Ponad połowa uczniów (55%) twierdzi, że je drugie śniadanie w szkole. Rodzice zostali zapytani, czy zauważyli poprawę nawyków żywieniowych swoich dzieci? 56 % rodziców odpowiedziało twierdząco. Ponadto rodzice stwierdzili, że sami zaczęli częściej zabierać drugie śniadanie do pracy i dbać o regularne spożywanie trzech posiłków dziennie. Za ewaluację działań odpowiedzialny był zespół promocji zdrowia w szkole.

Podpis dyrektora:

Podpis koordynatora szkolnego:

.....

.....

Turek, dn.29 sierpnia 2014r.

miejsowość, data