

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,
KTÓRA NALEŻY DO
WIELKOPOLSKIEJ SIECI SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE**

RAPORT ZA ROK 2016/2017

INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:

Nazwa	Szkoła Podstawowa nr 2 im. Olimpijczyków Polskich
Adres	ul. Roosevelta 12 64 – 920 Piła
Telefon	672123394
Adres mailowy	spdwojka@op.pl
Strona www	www.sp2.pilanin.pl
Imię i nazwisko dyrektora	Dorota Frydrych
Imię i nazwisko koordynatora	Dorota Sieniawska
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	Krystyna Krzysztofiak, Marta Trzebiatowska, Danuta Piechowska, Grażyna Sawula, Daria Mielka, Teresa Tomaszewska, Danuta Banachowicz.
Data otrzymania certyfikatu Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie	14 listopada 2012 roku
Nr w wykazie szkół/placówek (<i>lista dostępna na stronie www.ko.poznan.pl</i>)	165

1. Plan działań w zakresie promocji zdrowia.

**PLAN DZIAŁAŃ DO REALIZACJI PROGRAMU SZKOŁY PROMUJĄCEJ
ZDROWIE DLA KLAS I-VI NA ROK SZKOLNY 2016/2017**

**PRIORYTET: RACJONALNE WYKORZYSTANIE CZASU WOLNEGO PRZEZ
DZIECI ZE SZCZEGÓLNYM UWZGLĘDNIENIEM
AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ I ZDROWEGO ODŻYWIANIA**

ZADANIA:

- wdrażanie dzieci i dorosłych do umiejętnego wykorzystania czasu przeznaczonego na wypoczynek bierny, czynny, intelektualny i samokształcenie,
- ukierunkowanie uczniów na aktywne i zdrowe spędzanie czasu wolnego,
- wzmacnianie pozytywnych wzorów na aktywny i zdrowy styl życia poprzez realizację różnych przedsięwzięć w szkole,
- stworzenie w szkole warunków do aktywności pozalekcyjnej,
- uświadomienie uczniom i ich rodzicom roli aktywności fizycznej i właściwego odżywiania,
- kształtowanie właściwych zasad racjonalnego odżywiania się,
- kształtowanie postawy odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych.

REALIZOWANE W ROKU SZKOLNYM 2016/2017 PROGRAMY, PROJEKTY:

- Program edukacji antytytoniowej „Nie pal przy mnie, proszę” dla uczniów klas II–Dorota Sieniawska,
- Program edukacyjny „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy” dla uczniów klas III-Krystyna Krzysztofiak,
- Program edukacyjny „Trzymaj Formę” dla uczniów klasy IV- VI – Marta Trzebiatowska
- Program profilaktyki palenia tytoniu „Znajdź właściwe rozwiązanie” dla uczniów klas VI – Grażyna Sawuła,
- Program z Zakresu Edukacji Prozdrowotnej Przeciwdziałania Przemocy i Profilaktyki Uzależnień w klasach I – VI.

**RACJONALNE WYKORZYSTANIE CZASU WOLNEGO PRZEZ DZIECI
ZE SZCZEGÓLNYM UWZGLĘDNIENIEM
AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ I ZDROWEGO ODŻYWIANIA**

ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	TERMIN	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
Wzmacnianie pozytywnych wzorów na aktywny i zdrowy styl życia poprzez realizację różnych przedsięwzięć.	Przedstawienie na radzie pedagogicznej planu działań z zakresu priorytetu: „Racjonalne wykorzystanie czasu wolnego przez dzieci”.	IX	Dorota Sieniawska Krystyna Krzysztofiak
	Zapoznanie społeczności szkolnej i rodziców z planem i priorytetami Szkoły Promującej Zdrowie.	IX	zespół ds. promocji zdrowia wychowawcy klas I-VI
	Przygotowanie tablic informacyjnych pt. „Wiem co jem, czyli smacznie, zdrowo, kolorowo”.	cały rok	Marta Jedynak, Anna Sieniawska
	Zorganizowanie i przeprowadzenie przez instruktorów tańca z „Hajdasza” zajęć muzyczno-ruchowych.	IX	Beata Lewicka-Kryut
	Powitanie jesieni na ogrodach działkowych „Malwa” pod hasłem „Smacznie, zdrowo i sportowo”.	IX	Beata Szwarz-Gazda, Bożena Stańczyk, Dorota Sieniawska wychowawcy klas IV-VI
	Realizacja treści prozdrowotnych zawartych w blokach tematycznych klas I – III.	cały rok	wychowawcy klas I – III
	Wykonanie prac technicznych i plastycznych, zorganizowanie wystaw w klasach: klasy I – „Dyscypliny sportowe”, klasy II – „Wykonanie z warzyw lub owoców rowerów”, klasy III – „Totemy symbolizujące różne dyscypliny sportowe”	X	klasy I – Joanna Megger klasy II – Magdalena Krukowska klasy III – Marcelina Kabacińska
	Zorganizowanie i przeprowadzenie imprezy tanecznej dla uczniów klas I-III „Andrzejkowo, zdrowo, kolorowo”.	XI	Beata Szwarz-Gazda, Magdalena Imianowska, wychowawcy klas I-III

	Tworzenie przez uczniów klas I-III smakowitych budowli z owocowych i warzywnych cegiełek. Przygotowanie wystawy.	XI	Ewa Więckowska Monika Skowrońska Anna Sieniawska
	Przeprowadzenie zajęć pt. „Mały kucharz” przez uczniów klas I-VI.	cały rok	wychowawcy klas I-VI
	Udział uczniów klas IV-VI w imprezie poetyckiej „Niektórzy tęsknią do poezji”. Stworzenie wierszy o twarozku półtłustym.	XI	Aneta Marzec
	Udział uczniów klas I w Turnieju Mikołajkowym.	XII	Marcelina Kabacińska, Anna Sieniawska, wychowawcy klas I
	Wykonanie książki kucharskiej przez uczniów klas I-VI – „Przepisy na zdrowe przekąski”.	XII	Marta Trzebiatowska wychowawcy klas I-VI
	Przygotowanie i zaprezentowanie przez uczniów z Samorządu Uczniowskiego następujących wystaw: „Zdrowy styl życia” i „Jak uniknąć zachorowania na grypę”.	I semestr	Lidia Jaster
	Zorganizowanie przez Samorząd Uczniowski następujących wystaw: - „Zdrowie na talerzu”, - „Walka witaminy z bakterią”, - „Hałas twój wróg”.	II semestr	Lidia Jaster
	Wyjazdy i wyjścia integracyjne klas z uwzględnieniem zdrowego stylu życia.	cały rok	wychowawcy klas I-VI
	Udział uczniów klas I i II w programie edukacyjnym Tesco dla szkół – „Od uprawy do potrawy”.	cały rok	Joanna Megger
	Udział uczniów w balu karnawałowym pt. „Ulubiona postać z bajki”. Przygotowanie w salach lekcyjnych zdrowego poczęstunku przez rodziców.	I 2017 r.	Magdalena Imianowska, wychowawcy klas I-III
	Udział uczniów naszej szkoły w Marszu Antysmogowym „Nie pal śmieci! Nie truj! Segreguj!”	XII	Magdalena Imianowska
	Przeprowadzenie zajęć edukacyjnych pt. „Skąd mamy wodę?” przez pracowników Miejskich Wodociągów i Kanalizacji w Pile w ramach obchodów Światowego Dnia Wody.	III	Dorota Sieniawska
	Przeprowadzenie zajęć na temat zdrowego stylu życia pt. „Pan Zdrówko radzi” przez przedstawicieli PSSE w Pile.	III	Dorota Sieniawska, Krystyna Krzysztofiak
	Udział w XIV pieszym rajdzie „Wiosenne przebudzenie”, zorganizowanym przez piłski oddział Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego.	III	Krzysztof Krutel
	Zorganizowanie i przeprowadzenie zajęć o charakterze sportowym w czasie długich przerw dla uczniów	IV V VI	Agnieszka Piosik

	klas I-VI pt. „Rozbiegane przerwy”.		
	Zorganizowanie i przeprowadzenie dla wszystkich uczniów „Aktywnych przerw na wesoło” – przeciąganie liny, skakanie przez sznur, tańce w rytmie zumby.	IV V VI	Agnieszka Piosik Daria Mielka Marek Witczak
	Przygotowanie i zaprezentowanie galerii „Śniadanie Mistrzów”. Przeprowadzenie zajęć na lekcjach wychowania fizycznego „Jemy zdrowo, czyli żyjemy kolorowo” w klasach IV-VI.	IV	Daria Mielka
	Zorganizowanie i przeprowadzenie konkursu dla uczniów klas czwartych, promującego sport i rekreację na świeżym powietrzu – „Jestem sprawny i zdrowy”.	IV	Daria Mielka,
	Prowadzenie zajęć pozalekcyjnych promujących aktywność fizyczną i zdrowe odżywianie.	cały rok	Daria Mielka, Marek Witczak Magdalena Słomion
	Udział uczniów w drużynowych zabawach lekkoatletycznych.	cały rok	Daria Mielka, Monika Skowrońska
	Udział uczniów klas II i ich rodziców w festynie sportowo-rekreacyjnym w ramach programu „Nie pal przy mnie, proszę”. Przygotowanie zdrowych i bajecznych kanapek.	IV	Karolina Kochmańska Marta Sprenger Marta Jedynek wychowawcy klas II
	Zorganizowanie i przeprowadzenie „Tygodnia Kultury Zdrowotnej”: <ul style="list-style-type: none"> • harmonogram działań dla klas I – III, • harmonogram działań dla klas IV – VI. 	IV	Aneta Gburczyk Magdalena Imianowska Krystyna Krzysztofiak Grażyna Sawula, Marta Trzebiatowska, Krzysztof Krutel
	Przygotowanie i zaprezentowanie klasom I-III przedstawienia teatralnego „Warzywa i owoce” .	IV	Karolina Kochmańska
	Przygotowanie i zaprezentowanie przez uczniów klas IV-V przedstawienia teatralnego, promującego zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną „Pociąg po zdrowie” dla najmłodszych dzieci.	IV	Regina Wojnicka
	Udział uczniów klas III w Miejskim Konkursie z Edukacji Zdrowotnej „Dbam o zdrowie swoje i innych”.	IV V	Dorota Sieniawska, Anna Dwórznik, Anna Sieniawska
	Udział uczniów w happeningu na wyspie, zorganizowanym przez PRGOK.	IV	Magdalena Imianowska
	Obchody Światowego Dnia Ziemi pod hasłem „W kierunku natury”. Udział uczniów w apelu o tematyce ekologicznej. Uważliwienie dzieci na potrzebę dbania o środowisko. Uczestniczenie w uroczystym sadzeniu drzewek, ufundowanych przez PRGOK.	IV	Magdalena Imianowska, Magdalena Krukowska
	Przybliżenie i omówienie wychowankom świetlicy prezentacji multimedialnej „Ruch to zdrowie”	IX X	Marta Sprenger Karolina Kochmańska Bożena Pająk

	<p>i „Zdrowo jem, więc wiem” ze szczególnym uwzględnieniem uczniów klas pierwszych. Zorganizowanie i przeprowadzenie w świetlicy szkolnej: - świetlicowego konkursu plastycznego pt. „Smacznie, zdrowo, kolorowo” i „Wiem, co jem – na straganie”.</p>		
	Zorganizowanie wycieczki do drukarni „Colours Factory” w Pile. Zwiedzanie firmy. Udział dzieci w zajęciach warsztatowych.	VI	Dorota Sieniawska
	Zakładanie ogródków na parapetach. „Smakujemy wiosenne nowalijki”.	IV -V	wychowawcy klas I-VI
	Udział dzieci w zajęciach kulinarnych pt. „Truskawki w roli głównej” w Przedszkolu Niepublicznym Caritas nr 1 w Pile.	VI	Dorota Sieniawska
	Propagowanie we współpracy ze sklepikiem szkolnym zdrowej żywności. Przygotowanie informacji na szybie w sklepiku, co w danym tygodniu można zakupić ze świeżych warzyw i owoców. Podkreślanie ich walorów odżywczych.	cały rok	Marta Trzebiatowska
	Cykliczne przygotowywanie gazetek o tematyce zdrowotnej w gablocie na parterze i na II piętrze.	cały rok	zespół ds. promocji zdrowia
	Przystąpienie uczniów klas I- VI do programów: <ul style="list-style-type: none"> • „Owoce i warzywa w szkole” dla uczniów klas I – III, • „Szlanka mleka” dla uczniów klas I-VI. 	od X 2016 do V 2017	wychowawcy klas I-III wychowawcy klas I-VI
	Wspólne spożywanie drugich śniadań w stołówce szkolnej przez uczniów klas I.	cały rok	Ewa Wieckowska wychowawcy klas I
	Światowy Dzień Walki z Otyłością” – przygotowanie gazetki na temat zdrowego odżywiania, pogadank podczas zajęć i innych działań we współpracy z panią pielęgniarką. Przeprowadzenie pomiarów antropometrycznych w gabinecie pani pielęgniarki – walka z otyłością, zapobieganie i leczenie.	X cały rok	pani pielęgniarka - Teresa Tomaszewska Grażyna Sawuła
	Przeprowadzenie pogadank w klasach I – VI z udziałem pani pielęgniarki. Rozmowa na temat racjonalnego wykorzystania czasu wolnego przez dzieci. Zachęcanie do prowadzenia zdrowego stylu życia z naciskiem na zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną. Pogadanki na temat wyposażenia apteczki, zakazu zażywania samodzielnie lekarstw i udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej. Numery telefonów alarmowych.	cały rok	pani pielęgniarka - Teresa Tomaszewska

	Nawiązanie współpracy z ratownikami medycznymi – przeprowadzenie zajęć na temat: „Jak udzielać pierwszej pomocy”.	cały rok	pani pielęgniarka - Teresa Tomaszewska Krystyna Krzysztofiak Dorota Sieniawska wychowawcy klas I-VI
	Przeprowadzenie ankiety wśród wybranych klas na temat: „Sposoby spędzania wolnego czasu”.	III	Danuta Piechowska, Krystyna Krzysztofiak Marta Trzebiatowska
	Przystąpienie do projektu „Sprawnie, zdrowo, rowerowo” w ramach „Pilskiego Budżetu Obywatelskiego”	V-VI	Małgorzata Puto
	Przygotowywanie, wystawa i degustacja zdrowej żywności przez uczniów klas I-VI.	cały rok	wychowawcy klas I-VI
	Degustacja zdrowej żywności podczas rad pedagogicznych, spotkań zespołów przedmiotowych oraz uroczystości i imprez szkolnych.	cały rok	Joanna Megger wychowawcy klas I-III pozostali nauczyciele
	Przygotowywanie gazetek i wystaw o tematyce zdrowotnej w gablocie na II piętrze, np. „Wypoczynek czynny i bierny”.	cały rok	Grażyna Sawuła
	Udział uczniów i ich rodziców w festynie sportowo – rekreacyjnym z okazji Dnia Dziecka. Udział w projekcie „Czas na Zdrowie”. Porady dietetyka, sklepy i rolnicy ze zdrową, ekologiczną żywnością, konkurencje sportowe.	VI	Bożena Pająk, wychowawcy klas I -VI
	Przygotowanie stoisk ze zdrową, ekologiczną żywnością podczas festynu rodzinnego.	VI	Magdalena Krukowska Magdalena Imianowska
	Współpraca z właścicielem sklepu „Zdrówko” z Piły, sprzedającym zdrową, ekologiczną żywność. Wizyta dzieci w sklepie, poznanie i degustacja zdrowych produktów.	cały rok	Magdalena Krukowska
	Zorganizowanie wycieczki do rezerwatu Kuźnik.	V	Krzysztof Krutel
	Udział w warsztatach przyrodniczych w Ośrodku Edukacji Przyrodniczej w Chalinie dla finalistów konkursu przyrodniczego „Ja i Przyroda”.	V	Krzysztof Krutel
	Realizacja tematyki zdrowotnej podczas lekcji przyrody w klasach IV-VI. Burza mózgów podczas zajęć przyrody – „Jak wykorzystuję czas wolny?” – dzielenie się swoimi doświadczeniami z innymi uczniami.	cały rok	Grażyna Sawuła
	Przygotowanie i zaprezentowanie uczniom prezentacji multimedialnej na temat: „Ciekawe i aktywne sposoby spędzania wolnego czasu”.	IX 2017	Dorota Sieniawska Krystyna Krzysztofiak

Opracowanie: Dorota Sieniawska

oraz zespół ds. promocji zdrowia

2. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.

Aktywność fizyczna w połączeniu ze zdrowym żywieniem jest warunkiem zachowania i wzmacniania zdrowia we wszystkich okresach życia. Odpowiedni poziom aktywności stymuluje rozwój fizyczny, motoryczny i psychospołeczny dzieci i młodzieży. Powoduje wiele pozytywnych efektów zdrowotnych, np. redukcję nadmiaru masy ciała, zmniejszenie odporności na insulinę, poprawę struktury kości, siły mięśni i wytrzymałości.

XXI wiek to okres, w którym nastąpił gwałtowny rozwój techniki. Komputer z dostępem do Internetu jest niemal w każdym domu. Dzisiaj środki audiowizualne stają się dla dziecka pierwszą inspiracją na spędzanie czasu wolnego. Czytanie książek, gry zespołowe, rozmowy w gronie rodzinnym to zajęcia odchodzące w przeszłość. Spora ilość czasu wolnego, jakim dysponuje dziecko w młodszym wieku szkolnym, przyczynia się do tego, że bywają takie momenty w jego życiu, kiedy nie ma co ze sobą robić. Ogarnia go nuda. Przychodzą dziecku do głowy różne, często niebezpieczne dla zdrowia i życia pomysły spędzania czasu wolnego. Dlatego tak ważne jest, aby od najmłodszych lat kształtować nawyki i wzory prawidłowego gospodarowania wolnym czasem. Drugim bardzo ważnym środowiskiem przygotowującym młode pokolenie do organizacji i spędzania czasu wolnego jest szkoła. Pod okiem wykształconej i wykwalifikowanej kadry pedagogicznej może odrobić lekcje, przeczytać książkę lub wziąć udział w zajęciach kół zainteresowań. Poprzez pomyślną organizację i prawidłowy rozwój aktywności pozalekcyjnej, szkoła pełni ważną rolę w organizowaniu czasu wolnego. W powiązaniu z domem rodzinnym ma wpływ na to, co jest ciekawe, przyjemne, a przede wszystkim dobre dla jego zdrowia i prawidłowego rozwoju.

Mając na uwadze zdrowie naszych podopiecznych, w roku szkolnym 2016/2017 nasza placówka podjęła szereg przedsięwzięć, dotyczących racjonalnego wykorzystania czasu wolnego przez naszych uczniów ze szczególnym uwzględnieniem zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej.

Działania prozdrowotne w zakresie realizowanego priorytetu:

- Przygotowanie tablic informacyjnych pt. „Wiem co jem, czyli smacznie, zdrowo, kolorowo”. Co dwa tygodnie bohaterem każdej tablicy był inny owoc lub warzywo. Podane były jego wartości odżywcze i powody, dla których warto je spożywać.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie zajęć muzyczno-ruchowych przez animatorki z Niepublicznej Placówki Oświatowo-Wychowawczej „Hajdasz”. Głównym celem zajęć było zachęcenie dzieci do podejmowania aktywności fizycznej po zajęciach szkolnych. Rozbudzenie w nich pasji tańca, kształtowanie osobowości oraz rozwijanie umiejętności pracy w grupie. Tematem przewodnim zajęć było „Bądź fair play”.

- Powitanie jesieni na ogrodach działkowych „Malwa” pod hasłem „Smacznie, zdrowo i sportowo”. Najpierw odbyły się zajęcia edukacyjne na temat: „Dlaczego warto jeść warzywa i owoce”. Następnie gry i zabawy promujące aktywność fizyczną. Na zakończenie rodzice uczniów przygotowali zdrowy poczęstunek.
- Realizacja treści prozdrowotnych zawartych w blokach tematycznych klas I – III. Podczas zajęć nauczyciele realizowali: pogadanki, projekty i warsztaty promujące zdrowe odżywianie oraz aktywność fizyczną.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie imprezy tanecznej dla uczniów klas I-III „Andrzejkowo, zdrowo, kolorowo”. Zorganizowanie zdrowego poczęstunku w klasach.
- Wykonanie prac technicznych i plastycznych, zorganizowanie wystaw w klasach:
 - klasy I – „Dyscypliny sportowe” (wypełnianie rysunku konturowego plasteliną),
 - klasy II – „Wykonanie z warzyw lub owoców rowerów” (wyklejanka),
 - klasy III – „Totemy symbolizujące różne dyscypliny sportowe” (układanie z jesiennych skarbów totemów – szyszek, żołądzi, liści, patyków, mchu, kamyczków).
- Tworzenie przez uczniów klas I-III smakowitych budowli z owocowych i warzywnych cegiełek. Dzieci wykonywały na zajęciach techniki, według własnego pomysłu budowle z różnych warzyw i owoców, a następnie najpiękniejsze zostały zaprezentowane na wystawie. Przy okazji w/w zajęć omówiono walory zdrowotne warzyw i owoców oraz najnowszą piramidę zdrowia i aktywności fizycznej.
- Przeprowadzanie przez cały rok szkolny w swoich klasach zajęć pt. „Mały kucharz” (przygotowanie, wystawa i degustacja zdrowej żywności w klasach I-VI: bajeczne kanapki, szaszłyki owocowe, koktajle, sałatki owocowe, zdrowe przekąski). Przykładowe nazwy potraw: „Pasta jajeczna – potrawa bajeczna”, „Fala witamin i kolorów – sałatka owocowa”, „Spirala zdrowia” –szaszłyki owocowe.
- Udział uczniów klas IV-VI w imprezie poetyckiej „Niektórzy tęsknią do poezji”. Młodzi, kreatywni uczniowie naszej szkoły w ramach XXXIX Międzynarodowego Listopada Poetyckiego w Pile napisali piękne wiersze o twarożku półtłustym, które zostały wyróżnione. Można je znaleźć i podziwiać na stronie internetowej naszej szkoły.
- Udział uczniów klas I w Turnieju Mikołajkowym. W zabawach sportowych brali udział uczniowie klas pierwszych i ich rodzice. Podczas konkurencji zawodnicy zespołowo rysowali portret Mikołaja, skakali przez płotki, biegali w parach, rozdawali i zbierali prezenty. W tym dniu dobry humor dopisywał każdemu.
- Wykonanie książki kucharskiej na temat zdrowej żywności oraz przepisów na zdrowe

przekąski przez uczniów klas I-VI. Z przepisów będzie można skorzystać podczas różnych zajęć w przyszłym roku szkolnym.

- Przygotowanie i zaprezentowanie przez uczniów z Samorządu Uczniowskiego następujących wystaw:
 - „Zdrowy styl życia”,
 - „Jak uniknąć zachorowania na grypę”,
 - „Zdrowie na talerzu”,
 - „Walka witaminy z bakterią”.
- Wyjazdy i wyjścia integracyjne klas z uwzględnieniem zdrowego stylu życia, np. wyjazd integracyjny do Osieka pt. „Jesień w polu i zagrodzie”, Kaliny, Zdrojowej Góry, Gniezna, Biskupina Torunia, Warszawy i innych miejsc. Udział uczniów w żywej lekcji historii „Obrona osady pałuckiej”. Udział w lekcji profesora Ciekawskiego w Bydgoszczy, warsztaty w drukarni „Colours Factory” w Pile i wiele innych.
- Udział uczniów klasy I w programie edukacyjnym Tesco dla szkół – „Od uprawy do potrawy”. Program opierał się o „Ekspedycje” – wycieczki edukacyjne do sklepów Tesco, w których każdy uczeń podejmował decyzje o swoim odżywianiu wrzucając do koszyka określone produkty. Organizator programu prezentował najmłodszym różnorodność produktów, ich smak oraz wartości odżywcze. Poprzez zabawę dzieci odkrywały ciekawe historie, kryjące się za każdą etykietą produktu.
- Udział uczniów w balu karnawałowym pt. „Ulubiona postać z bajki”. Dzieci płaśły w rytm znanych przebojów muzycznych, a rodzice w klasach przygotowywali zdrowy poczęstunek. Nie zabrakło również inscenizacji pt. „Na straganie”, podkreślającej walory zdrowotne warzyw, przygotowanej przez uczniów klasy drugiej.
- Udział uczniów naszej szkoły w Marszu Antysmogowym „Nie pal śmieci! Nie truj! Segreguj! Uczniowie wykonali transparenty i przygotowali okrzyki związane z tematem marszu.
- Przeprowadzenie zajęć edukacyjnych w klasie drugiej pt. „Skąd mamy wodę?” przez pracowników Miejskich Wodociągów i Kanalizacji w Pile w ramach obchodów Światowego Dnia Wody oraz konieczności krzewienia wśród najmłodszych uczniów edukacji ekologicznej. Najpierw dzieci obejrzały prezentację multimedialną pt. „Przygoda małej kropli wody” w trakcie której, mogli zobaczyć cały cykl oczyszczania wody w Pile. Pracownicy MWiK promowali picie wody prosto z sieci wodociągowej, ponieważ jest ona bogata w drogocenne dla organizmu minerały. Każdy mógł spróbować odrobinę tej wody.

- Przeprowadzenie zajęć na temat zdrowego stylu życia w klasie drugiej i trzeciej pt. „Pan Zdrówko radzi” przez przedstawicieli PSSE w Pile. Najpierw dzieci obejrzały prezentację multimedialną pt. „Pan Zdrówko radzi”. Następnie odbyły się zajęcia warsztatowe w grupach. Dzieci wykonywały najnowszą piramidę zdrowia i aktywności fizycznej z kolorowych gazet.
- Udział uczniów klas IV-VI w XIV pieszym rajdzie „Wiosenne przebudzenie” zorganizowanym przez pilski oddział Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego. Główny cel to popularyzacja turystyki rodzinnej, edukacja ekologiczna oraz integracja środowisk turystycznych. Jest to jedna z ciekawszych i zdrowych form wykorzystania czasu wolnego przez dzieci.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie zajęć o charakterze sportowym w czasie długich przerw dla uczniów klas I-VI pt. „Rozbiegane przerwy”. Najpierw uczniowie brali udział w rozgrzewce, a później wspólnie z nauczycielami pokonywali określoną ilość kilometrów. Przerwy cieszyły się dużym zainteresowaniem.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie dla wszystkich uczniów „Aktywnych przerw na wesoło” – przeciąganie liny, skakanie przez sznur, tańce w rytmie zumbi.
- Przygotowanie i zaprezentowanie galerii „Śniadanie Mistrzów” w celu propagowania zasad zdrowego odżywiania i kulturalnego spożywania posiłków.
- Przeprowadzenie zajęć na lekcjach wychowania fizycznego „Jemy zdrowo, czyli żyjemy kolorowo” w klasach IV-VI, propagujących zdrowe odżywianie.
- Zorganizowanie i przeprowadzenie konkursu dla uczniów klas czwartych, promującego sport i rekreację na świeżym powietrzu – „Jestem sprawny i zdrowy”.
- Prowadzenie zajęć pozalekcyjnych promujących aktywność fizyczną i zdrowe odżywianie, np. koło taneczne, popołudniowe zajęcia dla chłopców z piłki siatkowej, zajęcia sportowo-rekreacyjne dla uczniów klas II i III, turnieje sportowe (Turniej Smash Ball - uproszczona forma gry w piłkę siatkową dla chłopców klas III).
- Zorganizowanie sportowych potyczek z lekką atletyką dla klas I-III. Celem była popularyzacja i upowszechnienie lekkoatletyki wśród dzieci, jako wiodącej dyscypliny sportowej, służącej wszechstronnemu rozwojowi uczniów.
- Udział uczniów klas II i ich rodziców w festynie sportowo-rekreacyjnym w ramach programu „Nie pal przy mnie, proszę”. Rodzinne zmagania rozpoczęła powitalna piosenka „Olimpiada w Jarzynowie”, zagrzewająca drużyny do walki. Następnie uczniowie klas drugich i ich rodzice brali udział w potyczkach sportowych na wesoło. Zmagali się w różnych konkurencjach sportowych. Wykonali też plakaty promujące zdrowy styl życia oraz przygotowali zdrowe i bajeczne kanapki. Uczestnicy ocenili

festyn jako bardzo ciekawy, a organizatorzy przekonali się, w jak ciekawy sposób można promować zdrowy styl życia.

- Zorganizowanie i przeprowadzenie Dni Kultury Zdrowotnej dla uczniów klas I–VI. Celem działań było uświadomienie dzieciom zagrożeń współczesnego świata i ukazanie wartości zdrowia jako potencjału, którym dysponują. Poprzez realizację różnych przedsięwzięć w szkole, pokazano dzieciom, w jaki sposób mogą przyjemnie, aktywnie i zdrowo spędzić wolny czas. Obchody Dni Kultury Zdrowotnej odbywały się zgodnie z wcześniej przygotowanymi scenariuszami, a każdy dzień był inny. Wychowawcy wraz z klasami przygotowywali rymowanki, konkursy, wystawy, warsztaty kulinarne, festyny, turnieje sprawnościowe, artykuły do gazetek. Dzięki pomysłowości naszych uczniów powstała książka kucharska, zawierająca przepisy na pyszne i zdrowe przekąski. W salach lekcyjnych zazieleniło się od ogródków z nowalijkami w doniczkach. Uczniowie klas starszych prezentowali prace plastyczne na temat zdrowych posiłków „Śniadanie Mistrzów”. Nie zabrakło też zajęć z udziałem naszej pani pielęgniarki i ratowników medycznych. Również sklepik szkolny włączył się w działania prozdrowotne, serwując zdrowe desery i przekąski, a także sponsorując nagrody za najlepszy projekt zdrowego śniadania. Oprócz udziału w konkursach wiedzy, uczniowie z poszczególnych klas przygotowywali zdrowe kanapki, zapraszając rówieśników do wspólnego drugiego śniadania. O tym, jak jest ono potrzebne młodemu, rozwijającemu się organizmowi, świadczyło tempo, w jakim kanapki znikają z talerzy. Atrakcji dostarczyło również koło teatralne, które przygotowało pokaz mody ekologicznej oraz przedstawienie teatralne, promujące aktywność fizyczną i zdrowe odżywianie. Można było też w czasie przerw sprawdzić swoje siły w przeciąganiu liny i przeskakowaniu przez sznura. Starszym nauczycielom przypomniały się „młode lata”. Nie sposób wypisać wszystkich działań, które miały miejsce w naszej szkole. Ogromnie cieszy nas fakt, zaangażowania wszystkich uczniów w promocję zdrowia.
- Przygotowanie i zaprezentowanie klasom I-III przedstawienia teatralnego „Warzywa i owoce” na temat zdrowego stylu życia w ramach realizowanego w świetlicy koła małych form teatralnych.
- Przygotowanie i zaprezentowanie przez uczniów klas IV-V przedstawienia teatralnego promującego zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną „Pociąg po zdrowie” dla najmłodszych dzieci. Po przedstawieniu odbyły się wspólne zabawy muzyczno-ruchowe uczniów klas młodszych ze starszymi kolegami.

- Udział uczniów klas III w Miejskim Konkursie z Edukacji Zdrowotnej „Dbam o zdrowie swoje i innych”. Naszą szkołę reprezentowały trzy uczennice, które w eliminacjach szkolnych zdobyły największą liczbę punktów. Podczas konkursu dziewczynki mogły pochwalić się swoimi wiadomościami i umiejętnościami z zakresu zdrowego stylu życia. Dwie z nich otrzymały wyróżnienia. Udział naszych uczennic w w/w konkursie cieszy, ponieważ jest odzwierciedleniem pracy całej społeczności szkolnej oraz rodziców w kształtowanie odpowiednich nawyków i umiejętności zdrowotnych.
- Obchody Światowego Dnia Ziemi pod hasłem „W kierunku natury”. Głównym celem było uwrażliwienie dzieci na potrzebę dbania o środowisko. Nasi uczniowie wzięli udział w apelu o tematyce ekologicznej oraz w uroczystym sadzeniu drzewek, ufundowanych przez PRGOK, a także w happeningu na wyspie, zorganizowanym przez PRGOK. Podczas imprezy ekologicznej, Wielka Drużyna Zielonych śpiewała, tańczyła i skandowała hasła ekologiczne. Organizatorzy zachęcali do segregacji odpadów komunalnych już od najmłodszych lat, aby wykształcić właściwe zachowania proekologiczne.
- Przybliżenie i omówienie wychowankom świetlicy prezentacji multimedialnej „Ruch to zdrowie” i „Zdrowo jem, więc wiem” ze szczególnym uwzględnieniem uczniów klas pierwszych. Zorganizowanie i przeprowadzenie w świetlicy szkolnej: Świetlicowego Konkursu Plastycznego pt. „Smacznie, zdrowo, kolorowo” i „Wiem, co jem – na straganie”. Z prac uczniowski powstała wspaniała galeria.
- Udział dzieci w zajęciach kulinarnych w przedszkolach, np. w Przedszkolu Niepublicznym Caritas nr 1 w Pile. „Truskawki w roli głównej” – przygotowanie deserów przez dzieci oraz zapraszanie przedszkolaków do naszej szkoły i wspólne przygotowywanie zdrowych przekąsek.
- Propagowanie we współpracy ze sklepikiem szkolnym zdrowej żywności. Przygotowanie informacji na szybie w sklepiku, co w danym tygodniu można zakupić ze świeżych warzyw i owoców. Podkreślanie ich walorów odżywczych. Przygotowanie przez panią ze sklepiku zdrowych deserów i przekąsek.
- Zakładanie ogródków na parapetach okien w salach lekcyjnych – „Smakujemy wiosenne nowalijki”, wysiewanie rzeżuchy, sadzenie kwiatów – „Parapet pełen barw”. Uczniowie musieli codziennie dbać o pielęgnację swoich roślin.

- Przystąpienie uczniów klas I- VI do programów:
 - „Owoce i warzywa w szkole” dla uczniów klas I – III,
 - „Szkłanka mleka” dla uczniów klas I-VI.
- Wspólne spożywanie drugich śniadań i obiadów w stołówce szkolnej przez uczniów klas I. Poprzez wspólne spożywanie posiłków, dzieci nabyły podstawowe zasady właściwego i kulturalnego zachowania się przy stole.
- Uczestniczenie uczniów klas starszych w warsztatach kulinarnych „Żyj zdrowo – czyli jak?” zorganizowanych w gimnazjum. Podczas spotkania uczniowie dowiedzieli się jak zdrowo i świadomie komponować smaczne posiłki. Gospodarze pokazali uczestnikom różnorodność dostępnych produktów oraz pokarmów, dzięki którym możliwy jest kompromis pomiędzy jedzeniem zdrowym i smacznym. Ponadto, w ramach warsztatów, organizatorzy promowali postawę proekologiczną, podkreślając związek pomiędzy ekologią a odżywianiem i zdrowym stylem życia.
- „Światowy Dzień Walki z Otyłością” – przygotowanie gazetki na temat zdrowego odżywiania, pogadek podczas zajęć i innych działań we współpracy z panią pielęgniarką. Przeprowadzenie pomiarów antropometrycznych w gabinecie pani pielęgniarki.
- Przeprowadzenie pogadek w klasach I – VI z udziałem pani pielęgniarki. Rozmowa na temat racjonalnego wykorzystania czasu wolnego przez dzieci. Zachęcanie do prowadzenia zdrowego stylu życia z naciskiem na zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną. Pogadanki na temat wyposażenia apteczki, zakazu zażywania samodzielnie leków i udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej. Numery telefonów alarmowych.
- Nawiązanie współpracy z ratownikami medycznymi – przeprowadzenie zajęć na temat: „Jak udzielać pierwszej pomocy?”. Zajęcia prowadzili ratownicy ze szkoły Centrum Edukacji „Nauka”, pan Garlicki i pan Tomczak-Pająk. Dzieci nabyły umiejętność udzielania pierwszej pomocy, układania poszkodowanego w bezpiecznej pozycji, sposobów informowania dorosłych o zaistniałej sytuacji. Student ratownictwa medycznego przeprowadził wśród młodszych uczniów ćwiczenia praktyczne udzielania pierwszej pomocy oraz pogadankę na temat bezpieczeństwa podczas wakacji.
- Przeprowadzenie ankiety wśród wybranych klas na temat: „Sposoby spędzania wolnego czasu”. Ankieta zawierała giedę pomysłów uczniów na aktywne spędzanie przez nich wolnego czasu z pominięciem komputera i telefonu komórkowego. Wyniki ankiety zostały przedstawione na radzie pedagogicznej, a następnie została stworzona

prezentacja multimedialna na temat – „Racjonalne wykorzystanie czasu wolnego przez dzieci ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej i zdrowego odżywiania”.

- Przystąpienie do projektu „Sprawnie, zdrowo, rowerowo” w ramach „Pilskiego Budżetu Obywatelskiego”. Uczniowie mogą już w pełni korzystać z urządzeń sportowych zainstalowanych na terenie naszego boiska, dzięki poparciu mieszkańców Piły dla naszego projektu. Przed szkołą powstał nowy parking dla rowerów. Na terenie boisk pojawiły się tablice, zachęcające do podejmowania aktywności fizycznej.
- Cykliczne przygotowywanie gazetek o tematyce zdrowotnej w gablocie na parterze i na II piętrze, promujące zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną.
- Przygotowywanie i degustacja zdrowej żywności podczas uroczystości i imprez szkolnych, rad pedagogicznych oraz spotkań zespołów przedmiotowych.
- Zorganizowanie Rodzinnego Festynu Zdrowia, podczas którego uczniowie wraz ze swoimi rodzicami musieli zaliczyć różne konkurencje sportowe – „Gry i zabawy sportowe dla małych i dużych”. Odbyła się też degustacja zdrowej, ekologicznej żywności, serwowanej przez sklep „Zdrówko” z Piły. Była też możliwość zakupienia zdrowych produktów kapucyńskich. Każda klasa przygotowała wiele atrakcji, np. malowanie twarzy, zaplatanie warkoczyków, kawiarenki, między innymi ze szaszykami owocowo-warzywnymi, koktajlami i sokami. Impreza cieszyła się dużym zainteresowaniem całej społeczności szkolnej i lokalnej.

**W roku szkolnym 2016/2017 nasza szkoła realizowała
następujące programy i projekty:**

1. Program „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy” dla uczniów klas III - miał na celu promować zdrowy styl życia i zwiększyć świadomość społeczną na temat wpływu odżywiania i aktywności fizycznej na zachowanie i umacnianie zdrowia dzieci. Nauczyciele klas pierwszych realizowali następujące tematy zajęć:
 - „Zbilansowana dieta, racjonalne odżywianie”,
 - „Piramida zdrowego żywienia”,
 - „Prawidłowy jadłospis dla dzieci”,
 - „Żywność w dzieciństwie i w wieku młodzieńczym”,
 - „Otyłość u dzieci i młodzieży i jej konsekwencje dla zdrowia psychicznego”,
 - „Aktywność fizyczna. Obszary oddziaływań w zakresie kształtowania właściwej sylwetki, wady postawy”.

2. Program edukacji antytytoniowej „Nie pal przy mnie, proszę” dla uczniów klas II o charakterze profilaktycznym. Miał na celu wykształcić u dzieci umiejętności radzenia sobie w sytuacjach, w których inne osoby palą przy nich papierosy. Był realizowany w formie zajęć warsztatowych, a tematy zajęć były następujące:
 - Co to jest zdrowie?
 - Od czego zależy nasze zdrowie?
 - Co i dlaczego szkodzi zdrowiu?
 - Co robić, gdy moje zdrowie jest zagrożone?
 - Nie pal przy mnie, proszę!
3. Program edukacyjny „Trzymaj Formę” dla uczniów klas IV-VI. Głównym celem programu była edukacja w zakresie trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej. Działania związane z realizacją programu miały na celu zwiększenie świadomości wśród uczniów na temat wpływu żywienia i aktywności fizycznej na nasze zdrowie.
4. Program profilaktyki palenia tytoniu „Znajdź właściwe rozwiązanie” dla uczniów klas VI miał na celu działania profilaktyczne, zapobiegające paleniu tytoniu wśród uczniów starszych klas szkół podstawowych. Program był realizowany w formie zajęć warsztatowych.
5. Program z Zakresu Edukacji Prozdrowotnej Przeciwdziałania Przemocy i Profilaktyki Uzależnień realizowany w klasach I – VI. W każdej klasie zrealizowano po osiem tematów z następujących zagadnień wiodących: „Ja i troska o mnie”, „Ja i moje relacje z innymi”, „Moje decyzje zdrowotne”, „Potrafię mówić nie”.

3. Monitoring podjętych działań

Wszystkie podejmowane działania w ramach realizowanego planu działań były systematycznie monitorowane przez dyrekcję szkoły oraz przez Zespół do spraw Promocji Zdrowia. Wszelkie przedsięwzięcia dotyczące realizacji głównego priorytetu prozdrowotnego są udokumentowane w postaci :

- protokołów rad pedagogicznych i zespołów przedmiotowych,
- dokumentacji wychowawców klas (zapisy w dziennikach elektronicznych),
- sprawozdań koordynatora ds. promocji zdrowia po każdym semestrze i zaprezentowanie ich na radzie pedagogicznej,
- materiałów na gazetki ścienne,
- dokumentacji fotograficznej, zdjęć, prezentacji multimedialnych dostępnych na stronie internetowej naszej szkoły,

- sprawozdań przekazanych do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Pile,
- prac plastycznych z różnych konkursów.

MONITOROWANIE SAMOPOCZUCIA SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ

Dobre samopoczucie w miejscu pracy i nauki ma dużą wartość zarówno dla jakości życia każdego człowieka, jak i efektów wynikających z owej pracy i nauki. Ludzie w każdym wieku lepiej sobie radzą, gdy są pozytywnie nastawieni do życia i mogą liczyć na wsparcie innych osób.

Jednym z najprostszych sposobów poprawy nastroju jest aktywność fizyczna. Wbrew pozorom, wcale nie musi zajmować dużo czasu w ciągu doby, ani wymagać specjalistycznego sprzętu, czy miejsc do jej uprawiania. Jeden z mechanizmów, który pozwala zrozumieć, w jaki sposób aktywność fizyczna wpływa na poprawę nastroju opiera się na związku między aktywnością fizyczną a wydzielaniem przez organizm endorfin, zwanych „hormonami szczęścia”. Poza tym człowiek, który zaczyna być aktywny fizycznie ma poczucie, że robi coś dobrego dla swojego zdrowia. Poprawia się jego nastrój i dobre samopoczucie.

Przy opracowywaniu planu działań kierowaliśmy się zasadą, że Szkoła Promująca Zdrowie jest szkołą, która w szczególny sposób propaguje zdrowy styl życia, a jej działania są przemyślane i skuteczne. Pomagają one w osiągnięciu zamierzonych celów, do których należą:

- wycieczki edukacyjne dla uczniów i chętnych rodziców,
- wycieczki i spotkania integracyjne dla pracowników szkoły,
- wolontariat dla uczniów o szczególnych potrzebach edukacyjnych,
- konkursy szkolne i pozaszkolne,
- imprezy: uroczystościach klasowe i szkolne, apele, spotkania integracyjne, zabawy, bale, przedstawienia teatralne, wyjścia do kina i inne,
- koła zainteresowań, np. taneczne, informatyczne, teatralne, origami, plastyczne, instrumentalne, sportowe i inne,
- imprezy sportowe - szkolne, miejskie i powiatowe,
- zawody i turnieje sportowe, zajęcia na pływalni,
- zajęcia umuzykalniające w różnych ośrodkach kulturalnych,
- spotkania z ciekawymi ludźmi,
- wyjścia do zakładów pracy, do miasteczka ruch drogowego, do straży pożarnej, szkoły policji i innych instytucji,
- ciekawe programy, np.: „Ocenianie kształtujące” , „Szkoła bez przemocy”,

- wyjścia uczniów i pracowników szkoły do kina, muzeum, na spektakle i różne przedstawienia teatralne, lekcje multimedialne oraz inne ciekawe formy kulturalne,
- imprezy edukacyjne, kulturalne i rozrywkowe dla całej społeczności szkolnej,
- kompleksy sportowe, cztery sale gimnastyczne, boiska sportowe, plac zabaw dla uczniów klas I – III, urządzenia sportowe dla uczniów klas IV-VI,
- zajęcia dla uczniów o specyficznych potrzebach edukacyjnych (zajęcia dydaktyczno – wyrównawcze, logopedyczne, korekcyjno-kompensacyjne, socjoterapeutyczne, zajęcia rozwijające uzdolnienia uczniów, terapia psychologiczna i inne),
- funkcjonalne i nowoczesnie wyposażone sale lekcyjne (sprzęt audiowizualny, tablice interaktywne, rzutniki, ciekawe pomoce dydaktyczne, dostęp do Internetu, stosowanie podczas zajęć aktywizujących metod nauczania), skomputeryzowana biblioteka i czytelnia, możliwość korzystania przez każdego ucznia z szafki ubraniowej,
- stała opieka psychologa, pedagoga szkolnego i pielęgniarki szkolnej.

W naszej szkole systematycznie monitoruje się stopień samopoczucia wszystkich grup społeczności szkolnej i w tym celu posługujemy się następującymi narzędziami badawczymi: ankieta, karta samooceny - przeprowadzane każdorazowo po pierwszym i drugim semestrze, rozmowy, obserwacje.

Z przeprowadzonych obserwacji, rozmów i badań, dotyczących samopoczucia uczniów wynika, iż zdecydowana większość uczniów klas I-VI czuje się w szkole dobrze i ma przyjaciół.

W roku szkolnym 2016/2017 aż ponad 90 % uczniów lubi swoją szkołę i czuje się w niej dobrze i bezpiecznie, ponieważ:

- są mili i wyrozumiali nauczyciele, służący zawsze pomocą,
- nasza szkoła jest czysta, zadbane i bezpieczna,
- są ciekawie zorganizowane przerwy lekcyjne,
- jest sklepik szkolny ze zdrową żywnością,
- jest kran z wodą zdatną do picia,
- są smaczne obiady,
- jest dużo organizowanych wycieczek i wyjść,
- jest bogaty wybór kół zainteresowań i zajęć pozalekcyjnych,
- czują się dobrze wśród rówieśników,
- nasza placówka zapewnia swoim wychowankom pomoc logopedyczną, psychologiczną i pedagogiczną,
- rodzice w razie jakichkolwiek problemów z dzieckiem, mogą zawsze liczyć

na fachową i rzetelną pomoc specjalistów,

- zdecydowana większość rodziców jest zadowolona z wyboru naszej szkoły, dzieci chętnie uczęszczają do naszej placówki,
- w opinii rodziców szkoła na bieżąco informuje o postępach w nauce, niepowodzeniach szkolnych, zachowaniu oraz frekwencji,
- uczniowie mogą rozwijać swoje uzdolnienia i osiągać sukcesy w szkole i poza nią w licznych konkursach i zawodach sportowych.

Przeprowadzono również ankietę wśród pracowników szkoły „Moje samopoczucie w miejscu pracy”. Większość pracowników lubi lub bardzo lubi swoje miejsce pracy. Znikoma część ankietowanych wypowiedziała się, że czasami tak, a czasami nie. Ponad połowa ankietowanych ma w pracy kolegów, na których pomoc może liczyć. Stosunki panujące między osobami pracującymi w szkole ankietowani określili jako dobre i przeciętne. Organizacja pracy w naszej szkole sprzyja naszym pracownikom w osiąganiu satysfakcji zawodowej. Ankietowani mieli też możliwość wypowiedzenia się na temat, co należy zmienić, aby jeszcze bardziej wpłynąć na poprawę ich samopoczucia w pracy. Jest to kolejny cenny materiał do przedstawienia na sierpniowej radzie pedagogicznej, który należy wspólnie przedyskutować i przeanalizować. Wypowiedzi zawarte w tym punkcie ankiety wyznaczają kierunki działań w dążeniu do jeszcze lepszego samopoczucia wszystkich pracowników szkoły.

4. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań

Podstawowe działania prozdrowotne w bieżącym roku szkolnym dotyczyły kontynuacji kształtowania właściwych zasad racjonalnego odżywiania się z zastosowaniem znanych już społeczności szkolnej odpowiednich nawyków żywieniowych, a także uświadomienie uczniom jak ważna w życiu każdego człowieka jest aktywność fizyczna. Osobami odpowiedzialnymi za ewaluację podjętych działań były : Krystyna Krzysztofiak i Marta Trzebiatowska.

W ramach realizacji programu została przeprowadzona ankietę dotyczącą sposobów spędzania wolnego czasu. Ankietą zostali objęci uczniowie klas I – VI. W klasach I-III ankietą objęto 86 uczniów. Ankietę zawierała trzy pytania wielokrotnego wyboru i dwa pytania otwarte. Pytanie pierwsze dotyczyło wyboru zajęć prowadzonych w wolnym czasie. Najwięcej uczniów wskazało granie w gry komputerowe. Jednak ci sami uczniowie wypowiedzieli się, że jednocześnie interesują ich zajęcia sportowe, jazda na rowerze i zabawy na świeżym powietrzu. W drugim pytaniu dzieci wskazały z kim najczęściej spędzają wolny czas. Porównywalny procent wypowiedzi to przyjaciele i koledzy oraz

rodzina. Najmniejszą grupę stanowią dzieci, które spędzają czas w samotności. Kolejne pytanie to określenie przedziału czasowego przeznaczanego przez ankietowanych na aktywność fizyczną. Najwięcej osób- 74% zaznaczyło 2 godziny, 17% - 1 godzinę, a 9 % wskazało 3 godziny. Pytania otwarte dotyczyły podania przez dzieci propozycji na atrakcyjny, aktywny i zdrowy sposób spędzania czasu wolnego.

Pojawiły się następujące odpowiedzi:

- gra w piłkę,
- rozbiegane przerwy,
- przerwy z tańcem,
- możliwość jazdy na deskorolce,
- zabawa z psem,
- jazda na rowerze,
- spacery,
- bieganie.

Wnioski przedstawiają się następująco:

Na podstawie wywiadów (sondaży), analizy dokumentów, dyskusji tematycznych, obserwacji i ankiet przeprowadzonych wśród uczniów naszej szkoły można sformułować następujące wnioski:

- Po podjęciu przez naszą szkołę różnych przedsięwzięć, dotyczących racjonalnego wykorzystania czasu wolnego, coraz więcej dzieci wybiera ruch na świeżym powietrzu.
- Największym zainteresowaniem spośród zajęć pozalekcyjnych cieszą się zabawy i gry sportowe.
- Dużym powodzeniem cieszą się ciekawie zorganizowane zajęcia o charakterze sportowym w czasie długich przerw pt. „Rozbiegane przerwy”.
- Najpopularniejsze sporty uprawiane przez dzieci to: jazda na rowerze i deskorolce, taniec, bieganie oraz gra w piłkę.
- Stworzono uczniom w szkole warunki do aktywności pozalekcyjnej poprzez bogatą ofertę kół zainteresowań.
- W dalszym ciągu dużym zainteresowaniem wśród dzieci cieszą się gry komputerowe.
- Coraz więcej uczniów z klas I - VI korzysta ze szklanki mleka, a uczniowie klas I-III z warzyw, owoców i soków.
- Dużym zainteresowaniem uczniów cieszy się sklepik ze zdrową żywnością serwujący: sałatki owocowe, soki jednodniowe, koktajle ze świeżych owoców i inne zdrowotne produkty.

- Zwiększono skuteczność edukacji żywieniowej w celu kształtowania właściwych nawyków i postaw prozdrowotnych całej społeczności szkolnej. Coraz więcej osób korzysta ze zdrowej żywności.
- Zaobserwowano podczas wspólnego spożywania posiłków, że wszyscy uczniowie klas pierwszych przynoszą z domu i zjadają drugie śniadanie. Korzystają też z darmowej herbaty w stołówce szkolnej.
- Podczas uroczystości szkolnych i różnych imprez klasowych nauczyciele, uczniowie oraz ich rodzice coraz częściej wybierają wodę niegazowaną, naturalne soki oraz zdrową żywność zamiast słodyczy i napojów gazowanych.
- Podczas festynów prozdrowotnych dominowały kolorowe kanapki i szaszłyki warzywno – owocowe.

W roku szkolnym 2017/2018 należy:

- wdrażać całą społeczność szkolną i rodziców naszych uczniów do podejmowania różnych przedsięwzięć z zakresu ekologii,
- organizować imprezy, uroczystości i wycieczki pod kątem realizacji głównego priorytetu prozdrowotnego,
- przystąpić do realizacji projektu „Sprawny i zdrowy – do przyjaźni gotowy” w ramach projektu „Bezpieczna +”,
- realizować w roku szkolnym 2017/2018 programy i projekty rekomendowane przez PSSE w Pile,
- kontynuować prace pod kątem budzenia odpowiedzialności wszystkich pracowników szkoły za zdrowie i bezpieczeństwo naszych uczniów.

Dyrektor szkoły:

mgr Dorota Frydrych

Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia:

mgr Dorota Sieniawska

Piła, dn. 29.06.2017 r.

