

REALIZACJA ZADAŃ W RAMACH PROGRAMU

„ SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”

W ZESPOLE SZKÓŁ OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH NR 13

W SOSNOWCU

RAPORT ZA ROK SZKOLNY 2013/2014

„Wszystkie programy nauczania i wychowania winny być inspirowane ideą, że naczelną wartością jest życie i zdrowie człowieka..”

J. Aleksandrowicz

W roku szkolnym 2013/2014 rozpoczęliśmy realizację nowego trzyletniego programu w ramach projektu „Szkoła Promująca Zdrowie”. Po dokonaniu ewaluacji poprzedniego programu realizowanego w latach 2010- 2013 wytyczyliśmy nowe problemy priorytetowe, które uwzględniliśmy w kolejnych modułach.

Program Szkoły Promującej Zdrowie – moduł I „Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego” skorelowany jest ze Szkolnym Programem Profilaktyki. Działania profilaktyczne podejmowane w szkole w roku szkolnym 2013/2014 obejmowały zadania zawarte w obu tych programach. Ich celem było kreowanie zdrowego stylu życia, a zwłaszcza promocja zdrowia psychicznego. Poprzez działania Dyrekcji, nauczycieli, naszych uczniów i ich rodziców uświadamiamy sobie jak ważne jest pozytywne nastawienie do świata, poczucie własnej wartości oraz wzajemny szacunek i empatia.

ETAPY REALIZACJI;

- Ewaluacja dotychczasowych działań (rozmowy, obserwacje, wywiady, ankiety, analiza dokumentów)
- Ustalenie działań priorytetowych.
- Skorelowanie programów Promocji zdrowia ze Szkolnym Programem Profilaktyki.
- Ustalenie planu działań, terminarza oraz wytypowanie osób odpowiedzialnych za realizację.
- Spotkanie z Zespołem ds. Promocji Szkoły- ustalenie form i terminów promowania działań prozdrowotnych w szkole i w środowisku lokalnym.
- Przedstawienie programu do zaopiniowania Radzie Rodziców oraz Samorządowi Uczniowskiemu.
- Przygotowanie narzędzi ewaluacyjnych.

DOKUMENTY, W OPARCIU O KTÓRE REALIZOWANO WSZYSTKIE MODUŁY PROGRAMU

- **SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI**
- **PROGRAM WYCHOWAWCZY SZKOŁY**
- **KONCEPCJA PRACY SZKOŁY (MISJA SZKOŁY)**
- **PLAN PRACY SZKOLNEJ HIGIENISTKI**
- **PLAN PRACY SAMORZĄDU UCZNIOWSKIEGO**

**SKŁAD ZESPOŁU DO SPRAW PROMOCJI ZDROWIA W ROKU SZKOLNYM
2013/2014**

- Anna Bogdanowska- koordynator projektu, nauczyciel biologii
- Lidia Banach – nauczyciel wychowania fizycznego
- Gabriela Kasprzyk – Cichy – surdopedagog
- Klaudia Kemonia – wychowawca świetlicy
- Pielęgniarka szkolna
- Przedstawiciele Samorządu Uczniowskiego.

OSOBY REALIZUJĄCE PROJEKT:

- Dyrektor szkoły- nadzór nad realizacją, psycholog szkolny
- Zespół ds. Promocji zdrowia
- Nauczyciele przedmiotów
- Wychowawcy klas
- Higienistka szkolna
- Pedagog szkolny
- Zespół ds. Promocji szkoły
- Samorząd Uczniowski

„Teraz nie pora myśleć o tym, czego ci brak. Lepiej pomyśl, co możesz zrobić z tym, co masz.”

Ernest Hemingway

Szybkie tempo życia, konieczność dokonywania ciągłych wyborów, brak czasu, rozwój cywilizacji, wywiązywanie się z licznych obowiązków, znacznie wpływa na obniżenie odporność psychicznej i niekorzystnie wpływa na stan fizyczny naszych organizmów, powodując stres. Nie jesteśmy w stanie całkowicie wyeliminować go z naszego życia, jednak powinniśmy podjąć próby zaadoptowania się do warunków w jakich musimy się z nim zmierzyć. Szczególnie na skutki stresu narażone są dzieci i młodzież. Jako nauczyciele staramy się dbać o zapewnienie prawidłowych warunków do rozwoju psychicznego i fizycznego naszych podopiecznych oraz przekazać uczniom, w jaki sposób można radzić sobie z trudnościami.

REALIZACJA DZIAŁAŃ WYNIKAJĄCYCH Z PROGRAMU

Moduł I - Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego.

MODUŁ	TREŚCI	REALIZACJA ZADAŃ	UZYSKANE EFEKTY
Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Przeciwdziałanie agresji.	1. Program profilaktyczno – wychowawczy „SAPER, czyli jak rozminować agresję. Klasy IV-VI sp Klasy I- III gimn.	➤ Uczniowie wszystkich klas szkoły podstawowej i gimnazjum (15 oddziałów) na godzinach wychowawczych realizowali program profilaktyczno – wychowawczy „SAPER, autorstwa Renaty Knez i Wojciecha M. Słoniny przeznaczony dla uczniów klas IV – VI szkoły podstawowej oraz program profilaktyczno – wychowawczy „Saper, czyli jak rozminować agresję” tych samych autorów przeznaczony dla uczniów klas I-III gimnazjum . Wychowawcy klas przeprowadzili w ciągu całego roku

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Przeciwdziałanie agresji.	2. Realizacja programu zajęć: BAJKOWE SPOTKANIA	szkolnego około 20 jednostek lekcyjnych zajęć w każdej klasie, które jak wyniknęło z ewaluacji działań: - pobudziło do refleksji na temat przyczyn i skutków zachowań agresywnych i autoagresywnych, - zwiększyło poziom integracji klas. - wdrożyło do poszukiwania nieagresywnych metod rozwiązywania konfliktów. W ciągu roku szkolnego 2103/14 nie odnotowano zdarzeń wywołanych agresją wśród uczniów. ➤ Uczniowie klas I – III szkoły podstawowej (5 oddziałów) realizowali wraz ze swoimi wychowawcami program zajęć wychowawczo-profilaktycznych autorstwa Jolanty Bąk i Elżbiety Wiewiórka-Pyki, przeznaczony dla uczniów szkoły podstawowej „Bajkowe spotkania”. Program zajęć wychowawczo-profilaktycznych
--	----------------------------------	---	--

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Kształtowanie pozytywnych zachowań	3. Realizacja projektu SIECIAKOWA SZKOŁA	obejmował 10 tematów. Scenariusze zajęć koncentrowały się wokół bajek czytanych uczniom. Dziecko poprzez utożsamianie się z bohaterami bajek nie mówiło o sobie wprost, lecz o danej postaci, a nauczyciele dowiadywali się o sytuacji dziecka. Bajki z morałem, wspólne zabawy i gry pozwoliły dzieciom wyrazić swoje emocje, przeżycia, rozładować napięcia. Do wspólnej lektury zaproszono również dwoje rodziców. Dzięki realizacji tych zajęć: - znacznie umocniło się poczucie własnej wartości , - umiejętność współpracy z grupą, - ćwiczenie umiejętności asertywnego odmawiania - radzenie sobie z presją innych. - zaobserwowano , że uczniowie potrafią panować nad swoimi emocjami. ➤ W klasach I-III i IV–VI szkoły podstawowej realizowano lekcje wychowawcze z wykorzystaniem scenariuszy
--	--	--	--

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Kształtowanie pozytywnych zachowań		sieciakowaszkoła.pl Był to projekt edukacyjny poświęcony tematyce bezpieczeństwa dzieci i młodzieży w Internecie. W ramach projektu zorganizowano 9 spotkań z dziećmi, 2 imprezy plenerowe, oraz liczne zajęcia edukacyjne takie jak: Klasy I-III • Ciemna Strona Internetu- KŁAMACZ • Ciemna Strona Internetu- KRADZIEJ • Ciemna Strona Internetu- ŚMIECIUCH Klasy IV-VI • Cyberprzemoc • Nadmierne korzystanie z komputera i Internetu • Zasady bezpieczeństwa i Netykiety w sieci Projekt ten przyczynił się do zwiększenia edukacji dzieci w zakresie bezpieczeństwa w Internecie oraz posługiwania się Internetem, promocji bezpiecznych zastosowań w sieci.
--	--	--	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Bezpieczeństwo w sieci	4. Gromada zuchowa	➤ 16-tu uczniów z klas II i III szkoły podstawowej zostało powołanych do gromady zuchowej, której podstawą działalności było systematyczne prowadzenie zbiórek, spotkań organizowanych przez Hufiec Sosnowiec pod czujnym okiem drużyny Klaudii Kemony. Uczniowie ciekawie i aktywnie spędzali czas wolny. Zbiórki zuchowe przyczyniły się do zwiększenia sprawności fizycznej, podniesienia wiedzy, umiejętności oraz wpojenia w młodego człowieka takich cech jak: sumienność, rzetelność, odpowiedzialność i empatia. Z relacji dzieci wynika, że posiadły dużą satysfakcję z wykonywanych zadań, przejęły również pozytywne wzorce zachowań co zapewne będzie procentować w przyszłości. Kolejnym efektem działalności zuchów jest promocja szkoły w środowisku lokalnym.
--	--------------------------------------	---------------------------	--

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Bezpieczeństwo w sieci	5. Lekcje wychowawcze dotyczące zagrożeń w Internecie. 6. Konkursy o charakterze ON- LINE:	➤ W czterech klasach gimnazjalnych w ramach lekcji wychowawczych przeprowadzono po 4 zajęcia poświęcone problemowi zagrożeń internetowych i cyberprzemocy: • Cyberprzemoc • Komputeromania • Zasady bezpieczeństwa • Netykiety w sieci Efektem podjętych przez wychowawców działań było wyeliminowanie przypadków Cyberprzemocy w szkole jak to miało miejsce w poprzednim roku szkolnym. ➤ Nauczyciele informatyki zorganizowali w klasach IV-VI szkoły podstawowej i I-III gimnazjum dni bezpiecznego Internetu, w ramach których odbyły się następujące zajęcia, akcje i konkursy:
--	--------------------------------------	---	---

promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Aktywność rodziców w życiu szkoły		✓ <i>Znaczenie grupy rówieśniczej w okresie dorastania oraz roli wartości w wychowaniu młodego człowieka.</i> ✓ <i>Czym są emocje, jak ważne jest ich rozumienie i wyrażanie, a także umiejętność wysłuchiwanie dziecka i rozmawiania z nim.</i> ✓ <i>Zachowania agresywne oraz przyczyny takich zachowań.</i> ✓ <i>Spotkanie podsumowujące realizację programu Saper z uczniami, przedstawienie ewaluacji, a także podsumowanie dotychczasowych spotkań z rodzicami.</i> W ramach pedagogizacji umieszczono w zakładce Rodzice na stronie internetowej szkoły, informacje o : • Spotkaniu z pracownikiem poradni PPP . W dniu 14.11.2014 roku odbyła się prelekcja pt „Kiedy nauka jest skuteczna?” którą przeprowadziła
--	---	--	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Aktywność rodziców w życiu szkoły		pedagog Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 2 w Sosnowcu. Na spotkaniu poruszony został problem motywowania dzieci do nauki szkolnej oraz organizacji samego procesu uczenia się dzieci w domu. Prelekcja miała charakter praktycznych wskazówek do pracy z nastolatkiem. W spotkaniu wzięło udział 19 rodziców zainteresowanych tematem ze względu na trudności swoich dzieci w nauce. • W zakładce umieszczono również prezentacje multimedialne o następującej tematyce: ✓ <i>Dojrzałość szkolna dziecka sześciolatniego</i> ✓ <i>Fobia szkolna</i> ✓ <i>Dziecko z zespołem Aspergera</i> ✓ <i>Uzależnienia behawioralne</i> Uzupełnieniem informacji dla rodziców były umieszczane artykuły o następującej tematyce:
--	---	--	--

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Aktywność rodziców w życiu szkoły		✓ <i>Dziecko w świecie zagrożeń - Internet</i> ✓ <i>Jak rodzice mogą pomóc dziecku zrozumieć i polubić matematykę?</i> Wychodząc rodzicom i opiekunom uczniów naprzeciw zostały umieszczone na stronie internetowej linki traktujące o współczesnych problemach młodzieży i wynikających z nich zagrożeń. Tematy dotyczą: ✓ <i>Dziecko z zaburzeniami odżywiania</i> ✓ <i>Dziecko z ADHD</i> ✓ <i>Jak kochać i wymagać</i> ✓ <i>Popkulturowe ramy tożsamości</i> Wszelkie podjęte działania, jak wynika z rozmów z rodzicami wpłynęły na zwiększenie świadomości rodziców i opiekunów, jak ważna jest współpraca ze szkołą na rzecz swoich dzieci, a zwłaszcza ich
--	---	--	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	8. Budowanie własnej wartości • Realizacja programu wspierania uzdolnień uczniów	bezpieczeństwa. ➤ W ramach programu wspierania uzdolnień uczniów w październiku 2013 roku odbyła się II edycja Szkolnego konkursu odkrywania talentów. Z tej okazji grupa teatralna A-H-A działająca w naszej szkole przygotowała widowisko muzyczno – taneczne. W rytmie dobrej zabawy i dobrego humoru - uczniowie naszej szkoły prezentowali swoje talenty w pięciu kategoriach konkursowych, takich jak: śpiew, taniec, kulinaria, malarstwo oraz magia. W konkursie wzięło udział 61 uczestników ze szkoły podstawowej i gimnazjum. Największą popularnością cieszyły się kategoria malarstwo oraz kulinaria. Konkurs niewątpliwie wzbudził wiele pozytywnych emocji. Jest jednym z wielu działań prowadzonych
--	--	---	--

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	• Światowy Dzień Życzliwości i Pozdrowień	w naszej szkole w związku z kontynuacją ogólnopolskiego certyfikatu Szkoła Odkrywców Talentów W wyniku tego przedsięwzięcia wyłoniono prawdziwe talenty. • w kategorii kulinaria I miejsce Jakub Gębala z klasy IIIa, • w kategorii taniec I miejsce Martyna Madej z klasy IIIa, • w kategorii śpiew I miejsce Karolina Kubasik z klasy VIa, • w kategorii malarstwo I miejsce Hanna Kaliszewska z klasy VIa. ➤ „JESTEM ŻYCZLIWY, JESTEM SZCZĘŚLIWY”. Pod takim hasłem odbyła się kolejna akcja
--	--	---	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	9. Badania diagnostyczne	naszej szkoły mająca na celu uświadomienie uczniom, że życzliwość sprawia, iż życie staje się łatwiejsze i przyjemniejsze. Życzliwość rodzi życzliwość. W tym dniu uczniowie wspólnie z wychowawcami wybierali spośród siebie „Miss i Mistera Grzeczności” (klasy I-III S.P) oraz „Superkulturalną Uczennicę i Superkulturalnego Ucznia” (klasy IV-VI S.P i I-III Gim.) Wielu radości dostarczyła dzieciom Szkolna Poczta Pozdrowień i Życzliwości „Uśmiech pocztą przesłany”. Chętni do podzielenia się swoją wrażliwością mogli wrzucać do skrzynki kartki z pozdrowieniami i miłymi słowami. ➤ W celu zapobiegania tworzeniu się niepowodzeń szkolnych oraz występowaniu zachowań ryzykownych u uczniów, pedagog szkolny Pani
--	--	---------------------------------	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	10.Klasowa GALERIA SUKCESÓW	pedagog szkolny Aneta Górnik przeprowadziła następujące badania diagnostyczne: ✓ Klasa I SP- skala ryzyka dysleksji dla dzieci wstępujących do szkoły SRD-6 ✓ Klasa II SP -bateria metod diagnozy przyczyn niepowodzeń szkolnych u dzieci ośmioletnich ✓ Klasy VI SP i I-III gimnazjum- kwestionariusz agresywności młodzieży – reaktywność emocjonalna ✓ Klasy IV-VI SP- Profil sprawności grafomotorycznych Badania te wzbogaciły wiedzę nauczycieli o ewentualnych ryzykownych zachowaniach uczniów. ➤ Nazwiska uczniów, którzy osiągnęli nawet najmniejszy sukces w nauce i zachowaniu eksponowano w klasowych galeriach sukcesów, co było ogromną motywacją do dalszej pracy i wysiłku.(raz w miesiącu każda klasa typowała
--	--	------------------------------------	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	11.Antyramy i dekoracje szkolne.	ucznia zasługującego na wyróżnienie) Poprzez stworzenie galerii sukcesów zwiększaliśmy motywację uczniów do pracy poprzez nagradzanie i wyróżnianie uczniów odnoszących nawet znikomy sukces . Duża grupa dzieci znacząco poprawiła swoje zachowanie, a jednocześnie wyniki w nauce . ➤ Najważniejsze sukcesy uczniów w dziedzinie sportu zostały uwiecznione w szkolnych antyramach umieszczonych na ścianach korytarza szkolnego przy sali gimnastycznej. W ubiegłym roku szkolnym zostało utworzonych 5 posterów, na których widnieją sukcesy uczniów szkoły podstawowej i gimnazjum, którzy zajęli zaszczytne miejsca na podium. Taka forma nagrody motywuje uczniów do dalszego wysiłku i pracy nad sobą.
--	--	---	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	12.Zajęcia pozalekcyjne • Koła zainteresowań	➤ Na wystawach szkolnych korytarzy umieszcza się informacje o aktywności i zaangażowaniu uczniów zarówno działających w samorządzie szkolnym i pozostałych, co motywuje młodzież do większego uczestnictwa w życiu szkoły i klasy. ➤ W ubiegłym roku szkolnym zorganizowano różnorodne zajęcia pozalekcyjne . Wzięło w nich udział ponad 50% uczniów naszej szkoły. Ich tematyka dostosowana była do potrzeb i zainteresowań dzieci i młodzieży. Były to między innymi: - Klasy I –III ○ Zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze ○ Kółko ortograficzne ○ Koło "Dobrego chrześcijanina" ○ Gromada Zuchowa "Dzikie Ryśki"
--	--	---	---

Promocja i profilaktyka zdrowia psychicznego	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	• Zajęcia realizowane w ramach pomocy psychologiczno – pedagogicznej.	○ Kółko plastyczne Klasy IV –VI ○ Grupa teatralna A-H-A ○ Zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze ○ Chór muzyczny Klasy I – III gimn. ○ Rozgrzewka przed egzaminem ○ Kółko Scrabble ○ Kółko matematyczne ○ Kółko fizyczno-chemiczne ○ Trening przed egzaminem ➤ Pomocą psychologiczno – pedagogiczną w ubiegłym roku szkolnym objętych było
--	--	---	---

Monitorowanie podjętych działań .

Wszystkie działania z zakresu promocji zdrowia w naszej szkole były systematycznie monitorowane w celu uzyskania jak największej ilości informacji do ewaluacji.

- obserwacje bezpośrednie uczniów
- analizę dokumentacji szkolnej
- narzędzia badawcze: ankiety
- rozmowy z uczniami , nauczycielami , pracownikami i rodzicami
- wymianę doświadczeń i spostrzeżeń
- analizę informacji zwrotnej od osób odpowiedzialnych za realizację zadań
- analizę wytworów prac uczniów

Ewaluacja działań

Wszystkie zaplanowane działania zostały zrealizowane zgodnie z ustalonym planem . Odbywały się systematycznie i przyniosły oczekiwane rezultaty. Wszystkie przedsięwzięcia , realizowane programy i projekty cieszyły się dużym zainteresowaniem wśród społeczności szkolnej. Zrealizowano również część działań nie ujętych w programie . Należą tu między innymi realizacja projektu edukacyjnego „ Co kryje półka sklepiu szkolnego czy organizacja Majówki pod hasłem „Żyję zdrowo bo sportowo”.

Trudności (słabe strony)

- Istnieje nadal grupa rodziców niechętnie współpracująca ze szkołą w kwestii eliminowania zachowań agresywnych i trudności w nauce.
- Uczniowie gimnazjum podkreślają, że jedynym dyskomfortem psychicznym jaki odczuwają w szkole jest hałas na korytarzu szkolnym (spowodowany przez uczniów młodszych klas szkoły podstawowej), który utrudnia wypoczynek przed kolejną lekcją.

Sukcesy (mocne strony)

- Zaangażowanie wszystkich uczniów i nauczycieli w realizację działań promujących zdrowie psychiczne.
- Korelacja programu promocji zdrowia ze szkolnym programem profilaktyki i programem wychowawczym –dobra współpraca nauczycieli w ramach zespołów zadaniowych w kwestii promocji zdrowia.
- Stosowanie oceniania kształtującego-nauczyciele oceniając uczniów podkreślają ich mocne strony a określając sposób poprawy błędów zachęcają ich do nauki. Uczniowie mają udział w ocenianiu, potrafią oceniać siebie i kolegów –czują się w szkole ważni i motywowani do osiągania sukcesów, a oceny nie są powodem stresów czy kompleksów.
- Szkoła nie pozostawia uczniów i ich rodziców bez wsparcia w przypadku trudności w nauce.
- Nauczyciele wierzą w możliwości uczniów i promują ich sukcesy, zarówno w szkole jak i w wymiarze zewnętrznym.

- Wyeliminowano przypadki niewłaściwego korzystania z Internetu a w tym przypadek cyberprzemocy, dzięki kompleksowym działaniom i profilaktyce.
- Opracowano i realizowano autorski Szkolny Program Wspierania Uzdolnień Uczniów-odnotowano liczne sukcesy uczniów w konkursach szkolnych i międzyszkolnych, a szczególnie w sporcie.
- Dzięki realizacji licznych programów profilaktycznych, zachowania agresywne uczniów są incydentalne, a poczucie bezpieczeństwa w szkole jest wysoko oceniane zarówno w opiniach uczniów jak i rodziców.

Wnioski do dalszej pracy.

1. Dalsze monitorowanie poziomu agresji i cyberprzemocy, realizacja kolejnych działań profilaktycznych.
2. Zaplanowanie większej ilości działań prozdrowotnych z udziałem rodziców, włączenie w realizację zadań również pracowników niepedagogicznych.
3. Zaangażowanie samorządu uczniowskiego w aktywne dyżury na korytarzu szkolnym i pomoc dyżurującym nauczycielom. Organizowanie gier i zabaw wyciszających dla najmłodszych.
4. Zaplanowanie przedsięwzięć dotyczących ograniczenia hałasu.
5. Wygospodarowanie w szkole „strefy ciszy”- zebranie pomysłów uczniów, rodziców i nauczycieli, konsultacja z dyrekcją szkoły.

W bieżącym roku szkolnym cała społeczność szkolna będzie realizować moduł II programu Promocji Zdrowia – Aktywność fizyczna poprzez sport i rekreację. Jednocześnie przystępujemy do autoewaluacji działań w zakresie pięciu standardów Szkoły Promującej Zdrowie.

Sosnowiec 14.11.2014r

Raport opracował zespół ds. Promocji Zdrowia.