

REALIZACJA ZADAŃ W RAMACH PROGRAMU

**" SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE"**

W SZKOLE PODSTAWOWEJ

NR 12

W SOSNOWCU

**RAPORT ZA ROK SZKOLNY 2017 /2018**

## **ETAPY REALIZACJI PROGRAMU W MODULE : ODŻYWIANIE**

- Ewaluacja dotychczasowych działań ( ankiety, rozmowy, wywiady, analiza dokumentacji, wnioski do dalszej pracy )
- Współpraca z Zespołem ds. Programu Wychowawczego i Programu Profilaktyki –korelacja programów w dziedzinie prozdrowotnej.
- Harmonogram działań- przydział zadań, terminarz.
- Współpraca z Zespołem ds. Promocji Szkoły – promowanie działań prozdrowotnych w szkole i w środowisku lokalnym.
- Współpraca z Radą Rodziców
- Korelacja zadań z programem pracy higienistki.
- Przygotowanie narzędzi ewaluacyjnych.

**DOKUMENTY, W OPARCIU O KTÓRE UŁOŻONO PLAN DZIAŁAŃ I REALIZOWANO KOLEJNE MODUŁY PROGRAMU**

- Program Wychowawczy Szkoły
- Szkolny Program Profilaktyki
- Koncepcja Pracy Szkoły ( misja szkoły)
- Plan pracy Samorządu Uczniowskiego
- Plan pracy higienistki szkolnej

## **ZESPÓŁ DO SPRAW PROMOCJI ZDROWIA**

- Anna Bogdanowska - koordynator -nauczyciel biologii
- Joanna Porębska - nauczyciel matematyki
- Magdalena Szachnowska – nauczyciel chemii
- Joanna Drozdowska – Skórska – nauczyciel geografii
- pielęgniarka szkolna
- Przedstawiciele Samorządu Uczniowskiego
- Przedstawiciele Szkolnej Rady Rodziców.

## **OSOBY REALIZUJĄCE ZADANIA W MODULE: ODŻYWIANIE**

- Dyrektor szkoły jako osoba nadzorująca.
- Zespół do Spraw Promocji Zdrowia
- Wychowawcy klas
- Nauczyciele
- Uczniowie
- Higienistka szkolna
- Pedagog szkolny

## **REALIZACJA DZIAŁAŃ WYNIKAJĄCYCH Z PROGRAMU**

### **MODUŁ II - ODŻYWIANIE**

| MODUŁ      | TREŚCI                                                   | REALIZACJA ZADAŃ                                                | UZYSKANE EFEKTY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ODŻYWIANIE | Propagowanie wśród uczniów zdrowych nawyków żywieniowych | <p>➤ Akcje promujące zdrowie</p> <p>○ <b>Zielona kraina</b></p> | <p>5 czerwca br. uczniowie klas czwartych wzięli udział w warsztatach kulinarno-edukacyjnych „Zielona kraina”. „Zielona kraina” to unikalny i autorski projekt o zasięgu ogólnopolskim, którego zadaniem jest edukacja młodego pokolenia w zakresie <b>zdrowego stylu życia i prawidłowego odżywiania</b> zgodnie z wytycznymi Instytutu Żywności i Żywienia. Podczas warsztatów dzieci miały okazję nauczyć się prawidłowych nawyków żywieniowych, co w przyszłości zaowocuje dobrym zdrowiem i samopoczuciem. Warsztaty składały się z dwóch części: interaktywnej części teoretycznej omawiającej najważniejsze zasady zdrowego żywienia (Piramidę Zdrowego Żywienia i zasady 5xU) i części warsztatowej, podczas której uczniowie pod opieką dietetyków przygotowywali zdrowe posiłki według podanych</p> |



|  |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Propagowanie<br/>wśród uczniów<br/>zdrowych<br/>nawyków<br/>żywieniowych</p> | <p>➤ Konkursy szkolne :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• W ramach Obchody Światowego Dnia Zdrowia</li> </ul> <p>Pt . " <b>Talerz zdrowia</b> " , "<b>W zdrowym ciele zdrowy duch</b>"</p> | <p>oczywistym elementem codziennej diety. Dla większości dzieci mleko jest dodatkiem do spożywanego w szkole śniadania i alternatywą dla innego rodzaju napojów . 80 % uczniów zna rolę produktów mlecznych w codziennej diecie.</p> <p>Uczniowie klas pierwszych wraz z wychowawcami wzięli udział w Ogólnopolskim Projekcie Edukacyjnym „Śniadanie Daje Moc”. Ideą programu jest uświadomienie dzieciom, że śniadanie to najważniejszy posiłek w ciągu całego dnia. Śniadanie dostarcza nam energii oraz siły do nauki i zabawy. Pierwszaki z pomocą wychowawców przygotowali wspólne śniadanie wykorzystując świeże i zdrowe produkty spożywcze. Na stołach pojawiły się kolorowe kanapki, smaczne owocowe sałatki, szaszłyki z owoców oraz naturalne soki. Efektem końcowym pracy było wspólne spożywanie śniadania oraz częstowanie przysmakami starszych kolegów.</p> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Propagowanie wśród uczniów zdrowych nawyków żywieniowych</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia edukacyjne „Czy warto się odchudzać?” – problem anoreksji i bulimii<br/>Czym jest wskaźnik BMI</li> <li>• Dekoracje ścienne - plakaty, ulotki, broszury – szkolne gazetki zdrowia</li> <li>• Cykl warsztatów : Savoir Vivre na co dzień .</li> </ul> | <p>W ramach obchodów Światowego Dnia Zdrowia które przebiegało pod hasłem " Zdrowie dla wszystkich" w naszej szkole zorganizowano liczne konkursy popularyzujące wiedzę z zakresu zdrowego stylu życia, zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej. Oczywiście były one dostosowane do wieku uczniów – klasy I – III SP rywalizowały w konkursie plastycznym „W zdrowym ciele zdrowy duch”, klasy IV – VII „Talerz zdrowia”. Zorganizowano również konkurs klasowy na najciekawszy plakat przedstawiający wylosowaną dyscyplinę sportową. W akcji brali udział wszyscy uczniowie naszej szkoły.</p> <p>Na zajęciach wychowania do życia w rodzinie oraz lekcjach biologii realizowano tematykę dotyczącą zaburzeń odżywiania.</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                  |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Savoir Vivre<br/>spożywania<br/>posiłków.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dyżury w stołówce szkolnej .</li> <li>• Klasowe przerwy śniadaniowe.</li> <li>• Konkurs na prezentacje multimedialną „Oko w oko z bakterią”</li> </ul> | <p>Uczniowie klas gimnazjalnych oraz VII obejrżeli film edukacyjny pt. Anoreksja i bulimia.</p> <p>Zespół ds. promocji zdrowia we współpracy z Samorządem Uczniowski wykonywał na bieżąco dekoracje i gazetki tematyczne. Wzbogacały one wiedzę uczniów oraz stanowiły element dekoracji szkoły.</p> <p>Wszyscy wychowawcy klas uwzględnili w swoich planach pracy wychowawczej tematykę Savoir Vivre. Z analizy wpisów w dziennikach lekcyjnych wynika, że na godzinach wychowawczych zagadnienia te zostały zrealizowane we wszystkich oddziałach.</p> <p>Na przerwach obiadowych w stołówce szkolnej zawsze dyżurują nauczyciele.</p> |
|--|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                      |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Ręce pod mikroskopem | <ul style="list-style-type: none"> <li>Pogadanki, prelekcje pielęgniarki lub lekarza na temat zasad higieny.</li> </ul> | <p>Nauczyciel dyżurujący i sprawujący opiekę nad uczniami korzystającymi z obiadów w szkole przeprowadził liczne pogadanki na temat właściwego zachowania się przy stole. Wszelkie niewłaściwe zachowania są na bieżąco eliminowane. 95% uczniów potrafi właściwie zachować się przy stole oraz zna zasady savoir vivre.</p> <p>Każdego dnia w naszej szkole klasy I – III szkoły podstawowej wspólnie spożywają śniadania w klasie w czasie jednej przerwy. Uczniowie zachowują wówczas wszelkie zasady higieny spożywania posiłków.</p> <p>Uczniowie klas III gimnazjum wzięli udział w konkursie na prezentacje</p> |
|--|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | <p>multimedialną. Tematem przewodnim było znaczenie bakterii i wirusów w życiu człowieka. Najciekawsze prezentacje stanowiły środki dydaktyczne na lekcjach biologii.</p> <p>W ciągu całego roku szkolnego pielęgniarka szkolna w każdym oddziale dokonała prelekcji na temat zasad higieny spożywania posiłków, a także zagrożeń wynikających z niewłaściwych zasad przechowywania artykułów spożywczych.</p> |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## TRUDNOŚCI

- W programie Szkoły Promujące Zdrowie w module zdrowe odżywianie uwzględniono większą liczbę działań. Niestety nie wszystkie z nich udało się zrealizować. Głównym powodem było wydanie komunikatu PPIS w sprawie wzrostu liczby przypadków **wirusowego zapalenia wątroby typu A (WZW A) w województwie śląskim w tym również na terenie miasta**

**Sosnowiec, a co za tym idzie ograniczenie, a nawet wyeliminowanie działań w szkole, w których miałby miejsce kontakt z żywnością.** Do zadań nie zrealizowanych należą: Akcje: Witaminka, Dzień Marchewki, Kiermasz zdrowych ciast, Akcja Śniadanko.

## **SUKCESY**

Analiza zrealizowanych zadań omówionych w module , pozwala na pozytywną ocenę przedsięwzięcia.

- Oprócz zadań wynikających z określonego modułu, szkoła prowadzi wiele innych przedsięwzięć w zakresie promocji zdrowia.
- Uczniowie uczestniczą w wielu projektach.
- Uczniowie odnosili sukcesy w konkursach szkolnych dotyczących tematyki zdrowego żywienia i higieny co świadczy o tym, że znacznie zwiększyła się ich wiedza na ten temat.
- Baza szkoły jest wzbogacana na bieżąco w miarę posiadanych przez szkołę funduszy.
- Projekt przyczynił się do większej integracji społeczności szkolnej ( współpraca : rodzice, nauczyciele, pracownicy kuchni, higienistka szkolna)
- Rodzice chętnie uczestniczyli w realizowanych zadaniach
- Pomieszczenia szkoły spełniają wszystkie zasady higieny : są czyste, funkcjonalne i systematycznie modernizowane.
- Uczniowie i rodzice pozytywnie ocenili zrealizowane działania, uznając, że w szkole propagowany jest zdrowy tryb życia. Ponadto w szkole przestrzega się zasad higieny pracy umysłowej, a dzieci mają warunki do przestrzegania zasad higieny osobistej.
- Zwiększyła się aktywność uczniów gimnazjum w realizacji zadań promujących zdrowie.

- Projekt przyczynił się do jeszcze lepszej oceny pracy szkoły i jej promocji

**SOSNOWIEC 20.11. 2018 r**

**RAPORT OPRACOWAŁ ZESPÓŁ DO SPRAW PROMOCJI ZDROWIA.**