

REALIZACJA ZADAŃ W RAMACH PROGRAMU

" SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE"

W ZESPOLE SZKÓŁ

OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH NR 13

W SOSNOWCU

RAPORT ZA ROK SZKOLNY 2015 /2016

ETAPY REALIZACJI PROGRAMU W MODULE : ODŻYWIANIE

- Ewaluacja dotychczasowych działań (ankiety, rozmowy, wywiady, wnioski do dalszej pracy)
- Współpraca z Zespołem ds. Programu Wychowawczego i Programu Profilaktyki –korelacja programów w dziedzinie prozdrowotnej w zakresie higiena i odżywianie.
- Harmonogram działań- przydział zadań, terminarz.
- Współpraca z Zespołem ds. Promocji Szkoły – promowanie działań prozdrowotnych w szkole i w środowisku
- 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
- Grażyna Mańczyk -Wyderka - nauczyciel matematyki
- Lidia Banach - nauczyciel wychowania fizycznego
- Klaudia Kemonia – nauczyciel, wychowawca świetlicy
- Mirosława Sobczyk – pielęgniarka szkolna
- Przedstawiciele Samorządu Uczniowskiego
- Przedstawiciele Szkolnej Rady Rodziców.

OSOBY REALIZUJĄCE ZADANIA W MODULE: ODŻYWIANIE

- dyrektor szkoły jako osoba nadzorująca i jednocześnie psycholog
- Zespół do Spraw Promocji Zdrowia
- wychowawcy klas
- nauczyciele
- higienistka szkolna
- pedagog szkolny

REALIZACJA DZIAŁAŃ WYNIKAJĄCYCH Z PROGRAMU

MODUŁ III - ODŻYWIANIE

MODUŁ	TREŚCI	REALIZACJA ZADAŃ	UZYSKANE EFEKTY
ODŻYWIANIE	Propagowanie wśród uczniów zdrowych nawyków żywieniowych	➤ Akcje promujące zdrowie ○ Witaminka ○ Trzymaj formę	Nasza placówka bezustannie propaguje ideę zdrowego odżywiania, dlatego też po raz kolejny w naszej szkole odbyła się akcja WITAMINKA. Tym razem uczniowie klasy VI a pod czujnym okiem p. Aleksandry Borkowskiej i p. Anny Bogdanowskiej przygotowały owocowo – warzywne smakołyki. Oprócz owocowych szaszłyków na stole znalazły się zdrowe sałatki, koktajle, świeżo wyciskane soki. Jak co roku akcja cieszyła się dużym zainteresowaniem. W akcji wzięły udział wszyscy uczniowie oraz nauczyciele. W ramach programu Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Sosnowcu przy współpracy z MOSiR w Sosnowcu oraz ZSO nr 1 im. W. Roździeńskiego zorganizowało V

			Turniej Międzygimnazjalny pod nazwą „Żyj zdrowo – trzymaj formę”. Celem tego konkursu było popularyzowanie prozdrowotnych nawyków żywieniowych wśród młodzieży, aktywnego trybu życia oraz wiedzy dotyczącej współczesnych problemów produkcji żywności. Naszą szkołę reprezentowała drużyna z klasy I a gimnazjum. Uczniowie zajęli II miejsce.
	Propagowanie wśród uczniów zdrowych nawyków żywieniowych	○ Pięć porcji warzyw i owoców	W kolejnym roku realizacji programu „Pięć porcji warzyw, owoców lub soku”, realizowano lekcje z wykorzystaniem materiałów edukacyjnych programu oraz przeprowadzono z uczniami mini quizu z wiedzy o zdrowym odżywianiu. Obserwuje się iż coraz większa liczba uczniów spożywa owoce lub soki do drugiego śniadania.

		○ Szklanka mleka	Przez kolejny rok uczniowie naszej szkoły w ramach akcji „ Szklanka mleka” otrzymywali kartonik mleka trzy razy w tygodniu. Stał się on dla uczniów 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.
		○ Śniadanie daje moc	Uczniowie klasy IIb i klasy IIIa przyłączyli się do programu edukacyjnego organizując wspólne śniadanie w„ Dniu Śniadanie Daje Moc”. Dzieci wspólnie przygotowały najważniejszy posiłek dnia. Na stołach znalazły się smakowite, kolorowe kanapki z pełnoziarnistego chleba, domowe sałatki, owoce, warzywa, naturalne soki do picia i jogurty. Wspólne śniadanie dostarczyło

	Propagowanie wśród uczniów zdrowych nawyków żywieniowych	➤ Konkursy szkolne : • Piramida pokarmowa • Obchody Światowego Dnia Zdrowia Pt . ” Pokonaj cukrzycę”	uczniom wielu wrażeń oraz cennych informacji o zasadach i roli prawidłowego żywienia. W ramach zajęć przyrodniczych 15 uczniów wzięło udział w szkolnym konkursie na przestrzenną piramidę pokarmową . Prace wykonane przez dzieci stały się również doskonałą pomocą dydaktyczną na lekcje przyrody. Wśród uczniów gimnazjum zorganizowano konkurs na plakat zatytułowany „Pokonaj cukrzycę” . Wzięło w nim udział 9 uczniów gimnazjum. Nasza młodzież gimnazjalna uwzględniła w swoich pracach tematykę dotyczącą sposobów wykrywania oraz leczenia cukrzycy a także umieściła informacje mającą na celu zwiększenie wiedzy o rosnącym
--	---	---	---

			rozpowszechnieniu cukrzycy, ogromnym obciążeniu tą chorobą i jej poważnych następstwach. Prace uczniów zachęcały do podjęcia skutecznych działań w walce z chorobą.
	Propagowanie wśród uczniów zdrowych nawyków żywieniowych	• Zajęcia edukacyjne „Czy warto się odchudzać?” – problem anoreksji i bulimii - Czym jest wskaźnik BMI • Kontrola asortymentu sklepiku • Dekoracje ścienne - plakaty, ulotki, broszury – szkolne gazetki zdrowia	Na zajęciach wychowania do życia w rodzinie oraz lekcjach biologii realizowano tematykę dotyczącą zaburzeń odżywiania. Uczniowie klas gimnazjalnych obejrżeli film edukacyjny pt. Anoreksja i bulimia. W ciągu całego roku dokonano trzech kontroli asortymentu szkolnego sklepiku Zgodnie z wytycznymi ministerstwa asortyment stanowi wyłącznie zdrowa żywność. Zespół ds. promocji zdrowia we współpracy z Samorządem Uczniowski wykonywał na bieżąco dekoracje i gazetki tematyczne. Wzbogacały one wiedzę uczniów oraz

	Savoir Vivre spożywania posiłków.	• Cykl warsztatów : Savoir Vivre na co dzień . • Dyżury w stołówce szkolnej .	stanowiły element dekoracji szkoły. 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. Na przerwach obiadowych w stołówce szkolnej zawsze dyżurują nauczyciele. 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 vivru.
--	---	--	--

		• Wizualizacje na korytarzach szkoły. • Klasowe przerwy śniadaniowe.	W ramach programu ŚNIADANIE DAJE MOC klasy II a i II b SP wraz z wychowawcami panią Katarzyną Szczęśniak – Majewską i panią Beata Marzec wykonały barwne plakaty zawierające hasła reklamowe zwiększające świadomość zdrowego odżywiania oraz zmiany nawyków żywieniowych dzieci i młodzieży w domu i w szkole. Projekt w który włączyły się dzieci klas II jest realizowany w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie. Przepiękne postery ozdobiły szkolne korytarze i klasy. Każdy zainteresowany mógł poszerzyć swą wiedzę z zakresu wartości odżywczych zawartych w warzywach i owocach. Każdego dnia w naszej szkole klasy I – III szkoły podstawowej wspólnie spożywają śniadania w klasie w czasie jednej przerwy. Uczniowie zachowują wówczas wszelkie
--	--	---	---

	Ręce pod mikroskopem	• Konkurs na prezentacje multimedialną „Oko w oko z bakterią” • Pogadanki, prelekcje pielęgniarki lub lekarza na temat zasad higieny. • Projekt eTwinning „European cookbook”	zasady higieny spożywania posiłków. Uczniowie klas I – III gimnazjum wzięli udział w konkursie na prezentacje multimedialną. Tematem przewodnim było znaczenie bakterii i wirusów w życiu człowieka. Najciekawsze prezentacje stanowiły środki dydaktyczne na lekcjach biologii. 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. Nasza szkoła otrzymała Europejską Odznakę Jakości eTwinning za wspaniałą pracę w projekcie eTwinning "European cookbook".
--	----------------------	---	--

			Oznacza to, że praca nauczycieli, uczniów oraz szkoły została oceniona jako reprezentująca najwyższy europejski poziom. Informacja o wyróżnieniu projektu naszych uczniów i nauczycieli zamieszczona została w specjalnym miejscu na Europejskim Portalu: www.etwinning.net.
--	--	--	---

TRUDNOŚCI

- Nie udało się całkowicie wyeliminować z asortymentu sklepiku szkolnego słodczy.
- Nie udało się zrealizować wszystkich konkursów.
- Uczniowie nadal preferują słodczy jako upominki z okazji Mikołaja, Dnia Chłopca, imienin itp. oraz jako menu imprez klasowych.
- Zdarzają się nadal przypadki wchodzenia uczniów do toalety z kanapkami i napojami
- Zdarzają się przypadki nie mycia rąk po wyjściu z toalety szczególnie wśród gimnazjalistów

SUKCESY

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

- Oprócz zadań wynikających z określonego modułu, szkoła prowadzi wiele innych przedsięwzięć w zakresie promocji zdrowia.
- Dzięki realizacji projektów „5 porcji warzyw, owoców i soku” i „Szlanka mleka” uczniowie systematycznie spożywają w szkole te zdrowe produkty.
- 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

Bieżący rok szkolny był dla nas bardzo ważny. We wrześniu 2015 r Centralna Kapituła Polskiego Certyfikatu Szkoła Promująca Zdrowie przyznała naszej szkole Krajowy Certyfikat. Jest to zaszczyt dla szkoły, a jednocześnie zobowiązanie do tworzenia warunków, które sprzyjają dobremu samopoczuciu członków społeczności szkolnej, podejmowania działań na rzecz zdrowia własnego i innych ludzi oraz tworzenia zdrowego środowiska. Zobowiązujemy się do kontynuowania zadań w tym zakresie.

Dyrekcja Szkoły – Krystyna Błazusiak oraz Zespół ds. Promocji Zdrowia składają serdeczne podziękowania wszystkim członkom społeczności szkolnej: uczniom, nauczycielom, rodzicom oraz pracownikom niepedagogicznym za pomoc, zaangażowanie i wkład w realizację zadań z zakresu promocji zdrowia, przeprowadzenie autoewaluacji działań dążących do uzyskania tak zaszczytnego wyróżnienia. Krajowy Certyfikat jest naszym wspólnym osiągnięciem. W kolejnym roku szkolnym zostanie przeprowadzona diagnoza społeczności szkolnej a jej wyniki posłużą do napisania kolejnego programu promocji zdrowia

SOSNOWIEC 20.11.2016 r

RAPORT OPRACOWAŁ ZESPÓŁ DO SPRAW PROMOCJI ZDROWIA.