

**Szkoła Promująca Zdrowie klasy I-III – Piotr Rezmer i Anna Matejuk**  
**II półrocze rok szkolny 2017/18**

**Zespół nauczycieli klas I-III:**

Anna Matejuk

Karolina Popłońska

Bernadetta Jakubczyk

Piotr Rezmer

Katarzyna Żakieta

Małgorzata Malangiewicz

Anna Zaręba

**Cel działań**

W okresie sprawozdawczym realizowane były działania nastawione na promocję zdrowia fizycznego i psychicznego uczniów uczęszczających do naszej szkoły. Uczniowie mieli zapewnioną opiekę pedagogiczną, psychologiczną i medyczną. Korzystali z szerokiej oferty zajęć pozalekcyjnych. Nauczyciele współpracowali z rodzicami w celu lepszego spojrzenia na ucznia i wyboru najtrafniejszych działań poprawiających funkcjonowanie uczniów.

**I PROMOWANIE ZDROWEGO STYLU ODŻYWIANIA SIĘ**

- Zredagowanie słowniczka obrazkowego dotyczącego zdrowia w języku angielskim (klasy I – III SP).
- Wykonanie gazetek ściennych, plakatów promujących „Zdrowe życie” przez poszczególne klasy 0-3.
- Pogadanki z pielęgniarką, stomatologiem „Wpływ zdrowego odżywiania na rozwój człowieka”
- . "Zdrowa śniadaniówka" - konkurs dla dzieci klas 0-III, K. Popłońska
- „Warsztaty pierwszej pomocy” z pielęgniarką.
- 21.III - Organizacja hepeningu „Zdrowo odżywiam się” w ramach powitania dnia wiosny. Stworzenie przez uczniów klas I-III plakatów, przygotowanie zdrowego śniadania, konkurs wiedzy na temat zdrowego żywienia.
- 24 IV Tydzień Zdrowia klasy 0-III  
Za nami Tydzień Zdrowia i dużo akcji związanych z promocją zdrowia w naszej szkole. Jedną z nich była „W ciszy siebie usłyszysz czyli wtorek z grami planszowymi i zręcznościowymi”. Uczniowie na przerwach grali w gry planszowe i zręcznościowe. W ten sposób przerwy spędzano w „ciszy”. Atrakcją dla uczniów było spotkanie z krową. Każdy dowiedział się o wartościach odżywczych mleka i uczył się dojenia krowy. W klasach przygotowywano zdrowe drugie śniadanie, pamiętając o myciu rąk. Odbyły się wiosenne zawody sportowe dla klas I i piłkarskie spotkania dla klas II i III.

- 25.IV „Start po zdrowie” degustacja soków ze świeżo wyciśniętych owoców i warzyw, pogadanka na temat wartości odżywczych owoców i warzyw, udział w quizie „co wiem o zdrowym stylu życia”
- 20.V „Rodzice Promują Zdrowie” w klasach pojawili się rodzice, którzy opowiadali o magicznej mocy przypraw. Podzielili wiedzę, którą zdobyła m.in. podczas podróży do Indii, gdzie przyprawy stosowane są nawet w herbacie, jakie właściwości ma kurkuma (która ma szansę stać się lekiem przeciwko nowotworom), jak rośnie imbir, cynamon i do czego używany jest kardamon. Klasa odważnie wahała i próbowała różnych przypraw.
- V - VI Gminny Konkurs „Zdrowo i aktywnie w Gminie Michałowice” Honorowy patronat nad konkursem objął Wójt Gminy Michałowice Krzysztof Grabka. Organizatorem konkursu był Zespół Promocji Zdrowia w Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Michałowicach. W klasach I-III pracę zespołu koordynowała Anna Matejuk, w klasach IV-VII i gimnazjum Aneta Wąsowicz - Ciechomska. W konkursie wzięli udział uczniowie ze szkół podstawowych i gimnazjum znajdujących się na terenie gminy. Celem konkursu było m.in. kształtowanie aktywnej postawy wobec własnego zdrowia i innych, integracja uczniów z naszej gminy i wymiana doświadczeń w zakresie promocji zdrowia. Ponadto rozwijanie wrażliwości twórczej, talentów plastycznych, literackich, fotograficznych i filmowych oraz rozbudzanie wyobraźni i kreatywności wśród uczniów. Organizatorom zależało na zachęceniu uczniów do czynnego zainteresowania się tematyką zdrowego odżywiania, jak i skierowaniu uwagi uczniów (w tym także ich rodziców) na konieczność zmian w domowym menu z uwzględnieniem codziennych posiłków złożonych z owoców i warzyw.
- 6.VII Uczniowie klasy 2a mieli przyjemność gościć w klasie panią doktor Lidę Dziedzic lekarza pediatrę. Pani doktor przybliżyła dzieciom zawód lekarza, pokazała podstawowe przyrządy medyczne m.in.: stetoskop, termometr, otoskop itp. Każdy uczeń miał możliwość dotknięcia i obejrzenia. Pani doktor opowiedziała różne ciekawe historie z pracy bycia lekarzem, jak również odpowiadała na pytania dzieci.
- "Bezpieczne wakacje" - cykl zajęć edukacyjnych poświęconych utrwaleniu zasad postępowania w sytuacjach zagrożenia;, 18-22.06.2018, wychowawcy klas

## • II PROMOWANIE ZDROWIA PRZEZ AKTYWNOŚĆ FIZYCZNĄ

- Aktywne przerwy – taniec, płaś, logiczne gra planszowa.
- Wyjazdy na basen klas trzecich.
- Udział klas w zajęciach wychowania fizycznego.
- Aktywna przerwa dla klas 1

- 2.I – Rozpoczęcie zajęć na lodowisku.
- Zorganizowanie i prowadzenie zajęć pozalekcyjnych propagujących aktywność fizyczną: „Piłka nożna dla uczniów klas młodszych”, „Profilaktyka wad postawy dla klas 0-III”.
- Wycieczki turystyczne – organizowanie przez wychowawców klas - formy czynnego wypoczynku.
- Sport przez cztery pory roku; zabawy sportowe w czasie zajęć świetlicy szkolnej.
- 29-31.V Dzień Sportu Szkolnego – dziecięca olimpiada sportowa, zmagania sportowe uczniów klas 1-3
- 8 VI "Dzień sportu" w oddziałach przedszkolnych w ramach "Tygodnia sportu" - zawody sportowe, , A. Nowakowska, A Zaręba;
- V - turniej piłki nożnej dla klas 2-3

### **III PROMOCJA ZDROWIA PSYCHICZNEGO**

- Ustalenie zasad bezpiecznego poruszania się na terenie szkoły, utrwalenie regulaminów dotyczących zachowania bezpieczeństwa w klasie i w szkolnych pomieszczeniach.
- Promowanie właściwych zachowań, wyrabianie u uczniów nawyków kulturalnego zachowania się w szkole, w domu, na ulicy.
- Działania Małego Samorządu Uczniowskiego.
- Zasady przebywania podczas przerwy - Mały Samorząd Uczniowski.
- Zajęcia integrujące zespoły klasowe: wspólne wycieczki i spotkania podczas imprez szkolnych.
- Rozwijanie u uczniów postawy szacunku do personelu pedagogicznego i niepedagogicznego jako osób mogących udzielić wsparcia problemach zaistniałych na terenie szkoły i poza nią (życzenia z okazji Dnia Komisji Edukacji Narodowej, przedstawienie „O naszych nauczycielach) 14.X Konkurs plastyczny „Portret mojej Pani, Pana i innych pracowników szkoły”.
- Zajęcia w klasach na podstawie scenariuszy „Walka z hałasem”.
- „Cisza naszym przyjacielem” - zajęcia w klasach.
- Stwarzanie atmosfery życzliwości, kulturalnego współżycia w zespołach klasowych oraz w czasie przerw i wspólnych spotkań.
- Współżycie w zespole klasowym, w grupie, w świetlicy szkolnej, w stołówce, w szatni, w bibliotece.
- Zorganizowanie zajęć dodatkowych dla uczniów z trudnościami w nauce, indywidualizacja nauczania, szukanie sposobów skutecznego uczenia się, korzystanie z platformy indywidualni.pl,
- Zorganizowanie zajęć rozwijających zainteresowania uczniów: koło matematyczne, koło teatralne oraz zajęcia taneczne, glina.

- Utworzenie kącika z książką. Czytamy w ciszy.
- Akcje – „Ochrona przed hałasem” – dni cichej przerwy
- 1-12 IV Konkurs na najcichszą klasę.
- Akcje – na dobry początek dnia. Cytat dnia.
  
- IV SZKOLNY KONKURS „MAM TALENT 2018”  
 8 V 2018 r. w Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Michałowicach odbył się IV SZKOLNY KONKURS „MAM TALENT 2018”. Wystąpiło w nim 106 uczestników: 31 dzieci z klas 0-III Niektórzy prezentowali po dwa lub trzy swoje talenty. Jury oceniało uczestników w dwóch kategoriach wiekowych oraz kilku kategoriach wykonawczych. Koordynatorkami były: p. Alina Stencka i p. Anna Matejuk.
- Cykliczne warsztaty o niepełnosprawności na podstawie lektury książki "Duże sprawy w małych głowach" A. Kossowska
- V odbył się konkurs plastyczny pt. „Savoir vivre – dobre obyczaje” –  
 panie: Małgorzata Malangiewicz, Katarzyna Żakieta, Agnieszka Szymczak, Wioletta Rakfalska.
  
- Działania w ramach programu Chronimy dzieci zrealizowane w II półroczu:
  - Opracowanie "Polityki ochrony dzieci przed krzywdzeniem";
  - Pozyskanie materiałów informacyjnych dotyczących programu "Chronimy dzieci" z Fundacji "Dajemy dzieciom siłę";
  - Ustalenie terminu szkolenia z zakresu ochrony dzieci przed krzywdzeniem dla pracowników pedagogicznych i niepedagogicznych szkoły - szkolenie zostanie przeprowadzone przez pracownika Fundacji "Dajemy dzieciom siłę";
- Klasy 2a i 2b brały udział w programie wczesnej profilaktyki Cukierki  
 Odbiorcy Program Wczesna Profilaktyka Program Cukierki jest adresowany głównie do dzieci z zerówki i pierwszych klas szkolnych. Program ma charakter uprzedzający, jego zadaniem nabywanie umiejętności rozpoznania niebezpieczeństwa i odpowiedniego reagowania w sytuacjach, które mogą zagrażać dziecku. Cennym wzbogaceniem programu jest bezpośrednia praca z rodzicami.  
 Cele realizacji projektu
  - Przybliżenie uczniom podstawowych informacji na temat środków uzależniających i zagrożeń z nimi związanych;
  - Kształtowanie umiejętności troski o własne bezpieczeństwo w relacjach z innymi ;
  - Kształtowanie postawy dystansu w relacjach z osobami nieznanymi;
  - Nauka współpracy jako formy zapobiegającej zachowaniom agresywnym;

- Wzmocnienie pozytywnego obrazu samego siebie;
- Rozwijanie samodzielnego i twórczego myślenia;
- Rozwijanie u uczniów postawy szacunku i zaufania w stosunku do szkolnego personelu pedagogicznego i technicznego jako osób mogących udzielić wsparcia w problemach wydarzających się na terenie szkoły.
- 21.VI Apel podsumowujący, nagrodzenie uczniów za udział w konkursach, podniesienie poczucia własnej wartości wśród uczniów niekoniecznie na co dzień odnoszących sukcesy edukacyjne; często udział w konkursach daje im okazję doświadczenia sukcesu

### **Wnioski:**

- realizacja wszystkich działań założonych w planie Szkoły Promującej Zdrowie w danym roku szkolnym, ze względów organizacyjnych i niedyspozycji nauczycieli nie wszystkie działania udało się przeprowadzić,
- bardziej ścisła współpraca całego zespołu SzPZ,
- włączenie w przyszłym roku rodziców w działania SzPZ,
- zorganizowanie gminnego konkursu o tematyce prozdrowotnej.