

Plan działań na rok szkolny 2020/2021

Planowanie: Arkusz A

Część wstępna planowania

PLAN DZIAŁAŃ SZKOŁY PODSTAWOWEJ W PRZEJAZDOWIE W ZAKRESIE PROMOCJI ZDROWIA NA ROK SZKOLNY 2020/2021

1. Problem priorytetowy do rozwiązania:

Mobilizowanie rodziców, uczniów i pracowników szkoły do udziału w działaniach na rzecz zdrowego żywienia oraz pokonywania stresu przez aktywność fizyczną w ramach realizacji projektu Szkoły Promującej Zdrowie.

a. Opis problemu:

Z przeprowadzonej autoewaluacji wśród rodziców uczniów i pracowników szkoły (obserwacja, rozmowy) wynika, że większość z nich jest zainteresowana zmianą na korzyść zdrowego żywienia i pokonywania stresu poprzez aktywność fizyczną, ale nie przekłada się to na życie codzienne. Chętnie brali udział w spotkaniach (głównie online) i w proponowaniu zadań na przyszłość, jednak nie było widać większych zmian w sposobie żywienia oraz ożywiania aktywności fizycznej (obserwacja i wywiady z uczniami oraz rodzicami). Sytuacja pandemiczna i długotrwałe nauczanie zdalne, home office rodziców oraz izolacja społeczna znacznie wpłynęła na poziom stresu osób dorosłych i uczniów. Zauważyliśmy, że aktywność fizyczna jest bardzo dobrą formą odreagowania trudnych emocji i okazją do kontaktów międzyludzkich. W związku z tym postanowiliśmy podjąć działania zmierzające do zaktywizowania rodziców na tej drodze w ramach realizacji idei Szkoły Promującej Zdrowie.

b. Uzasadnienie wyboru priorytetu:

Sukces zmiany prozdrowotnej wydaje nam się możliwy przede wszystkim przy zaangażowaniu rodziców i pracowników szkoły (pedagogicznych i niepedagogicznych), którzy będą oddziaływali na dzieci własnym przykładem i wsparciem. Odpowiadając na ich oczekiwania, chcemy dać im możliwość dokształcania się i zwiększania świadomego udziału w tworzeniu środowiska otwartego na zdrowe żywienie i pokonywanie stresu poprzez aktywność fizyczną, która procentuje zadowoleniem i zdrowiem.

c. Główne przyczyny problemu:

- niewystarczająca wiedza rodziców, pracowników szkoły i uczniów w dziedzinie potrzebnej zmiany w nawykach żywieniowych oraz wpływu małej aktywności fizycznej na stres,
- bierność znacznej części osób dorosłych i uczniów wynika ze zbyt małej oferty edukacji zdrowotnej skierowanej do nich przez szkołę,
- pośpiech życia codziennego dorosłych oraz mała ilość wspólnych spotkań (uczniowie – rodzice – nauczyciele) przyczynia się do bierności w poszukiwaniu zmiany na lepsze,
- sytuacja pandemiczna i długotrwała izolacja społeczna i nauczanie zdalne.

2. Rozwiązania dla usunięcia przyczyn problemu:

- przygotowanie oferty edukacyjnej dla rodziców, pracowników szkoły i uczniów,
- wykorzystanie możliwości spotkań online, które pozwalają rodzicom na zaoszczędzenie czasu oraz wprowadzają prelegentów do całego środowiska domowego,
- udział w akcjach i programach promujących sposoby walki ze stresem: aktywność fizyczną i zdrowe odżywianie,
- organizacja szkolnych konkursów i lekcji wychowawczych w celu spopularyzowania wybranych priorytetów.

PLANOWANIE: ARKUSZ B

1. **Cel:** (nazwa) Mobilizowanie rodziców, uczniów i pracowników szkoły do udziału w działaniach na rzecz zdrowego żywienia oraz pokonywania stresu przez aktywność fizyczną w ramach realizacji projektu Szkoły Promującej Zdrowie.
2. **Kryterium sukcesu:** Wzrost ilości rodziców, uczniów i pracowników szkoły, których interesuje zmiana na lepsze nawyków żywieniowych i poprawa aktywności fizycznej jako formy pokonywania stresu oraz udział w działaniach Szkoły Promującej Zdrowie (30-50% rodziców, uczniów, pracowników szkoły).

Sposób sprawdzenia, czy osiągnięto ce (sukces):

- a. Co wskaże, że osiągnięto cel? Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród uczniów, rodziców i pracowników szkoły, wywiady z pedagogiem i psychologiem szkolnym, obserwacje zespołu SzPZ.
- b. Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel? Analiza wyników ankiety, wywiadów, obserwacji, udział w zadaniach proponowanych przez szkołę.
- c. Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel? Zespół SzPZ, wrzesień 2021 r.

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/osoba odpowiedzialna	Potrzebne środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
Opracowanie planu pracy	Akceptacja planu działań przez społeczność szkolną.	Przygotowanie planu działań przez Szkolny Zespół Promocji Zdrowia. Przedstawienie i konsultacja programu podczas posiedzenia Rady Pedagogicznej, zamieszczenie na stronie internetowej szkoły.	Październik 2020 Październik/listopad 2020	Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia	Strona internetowa szkoły	Utworzenie planu działań.
Warsztaty z dietetykiem	30-50% rodziców, uczniów, pracowników niepedagogicznych i	Nawiązanie kontaktu i umówienie terminu warsztatów z dietetykiem.	Marzec 2021	Koordinator SzPZ	Fundusze dla prelegenta, dostępność do platformy Teams	Lista uczestników w warsztatach, materiały zamieszczone na stronie szkoły.

	nauczycieli biorących udział w warsztatach					
Warsztaty z psychologiem	30-50% rodziców, uczniów, pracowników niepedagogicznych i nauczycieli biorących udział w warsztatach	Ustalenie z psychologiem szkolnym tematu i zakresu warsztatów dla rodziców, uczniów i nauczycieli	Kwiecień 2021	Koordinator SzPZ	Dostępność do platformy Teams	Lista uczestników w warsztatach, materiały zamieszczone na stronie szkoły
Udział w akcji „Rowerowy maj”	30% uczniów bierze udział w akcji.	Współpraca z organizatorami akcji „Rowerowy maj”	Maj 2021	Nauczyciele WF	Login do platformy „Rowerowy maj”.	Zestawienie ilości uczniów biorących udział w akcji oraz ilości przejechanych km
Udział w programie „Szklanka mleka” i „Owoce w szkole”.	90% uczniów, do których jest skierowany program bierze w nim udział i jest zadowolonych z udziału	Codienne przekazywanie dzieciom zdrowych produktów przez intendenta.	Cały rok szkolny (poza nauczaniem zdalnym)	intendent	Projekt rządowy	List obecności uczniów biorących udział w programie.
Przeprowadzenie w każdej klasie minimum jednej lekcji pokazowej dotyczącej zdrowego żywienia.	Przeprowadzenie lekcji w każdej klasie w ramach przedmiotów lub godzin wychowawczych	Zajęcia lekcyjne	Cały rok	Nauczyciel przedmiotu lub wychowawca	Zasoby własne szkoły	Zapis tematów w dzienniku.
Współpraca rodziców najmłodszych dzieci. w organizacji dni promujących zdrowe żywienie np. „Dzień dyni” , „Tydzień jesiennego smaku”	Zaangażowanie co najmniej 30% rodziców najmłodszych dzieci. w organizacji dni promujących zdrowe żywienie.	Przeprowadzenie zajęć przy współudziale rodziców.	Wybrane terminy w ciągu roku.	Wychowawcy klas młodszych	Materiały plastyczne, owoce, warzywa.	Relacje z zajęć umieszczone na stronie szkoły.
Warsztaty z pedagogiem i psychologiem „Czym	Udział w warsztatach 80% uczniów kl. VIII i VII	Przeprowadzenie zajęć.	II półrocze roku szkolnego.	Pedagog i psycholog szkolny	Zasoby własne szkoły	Zapisy w dzienniku pedagoga i psychologa.

jest stres i jak sobie z nim radzić?”(kl. VII – VIII)						
Zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalno-społeczne dla uczniów ze wskazaniami.	Przeprowadzenie minimum 50% zaplanowanych zajęć	Zajęcia stacjonarne i online	Cały rok szkolny	Psycholog szkolny	Dostęp do platformy Teams i zasoby własne szkoły	Zapisy w dzienniku psychologa
Warsztaty o komunikacji „ Jak porozumiewać się z innymi?” kl. III	Aktywny udział w zajęciach uczniów kl. III	Zajęcia stacjonarne	I półrocze roku szkolnego	Pedagog szkolny	Zasoby własne szkoły	Zapis w dzienniku pedagoga
Konsultacje, rozmowy wspierające z dziećmi i z rodzicami doświadczającymi trudnej sytuacji emocjonalnej.	Nawiązanie dobrych relacji i kontaktu z osobami potrzebującymi wsparcia psychologicznego. Zmniejszenie występowania trudnych sytuacji wychowawczych w szkole.	Rozmowy i spotkania z psychologiem szkolnym.	Wg potrzeb	Psycholog szkolny	Zasoby własne szkoły	Zapisy w dzienniku psychologa
Umieszczanie na fanpagu szkoły informacji i materiałów promujących zdrowy styl życia	Zainteresowanie proponowanymi treściami.	Umieszczanie informacji na portalach społecznościowych	Cały rok szkolny	Dyrektor szkoły	Strona Internetowa szkoły	Liczby polubieni i udostępnień wpisów.
Promowanie aktywności fizycznej poprzez spędzanie	Minimum 30% aktywnych zajęć świetlicowych.	Przeprowadzanie zajęć.	Cały rok	Wychowawcy świetlicy	Zasoby własne szkoły	Zapisy w dzienniku świetlicowym i

zajęć świetlicowych na świeżym powietrzu lub zajęcia sportowe na sali gimnastycznej						relacje na stronie szkoły.
Udział w programie UNPLUGGED (kl. VIII) „Być albo nie być w grupie”, Umiejętność radzenia sobie”	Aktywny udział uczniów kl. VIII w warsztatach	Przeprowadzenia zajęć	II półrocze roku szkolnego	Pedagog szkolnych	Zasoby własne szkoły	Zapisy w dzienniku pedagoga
„Aktywny Dzień Dziecka”	Zadowoleni uczniów z aktywnej formy spędzania Dnia Dziecka	Przeprowadzenie zajęć, zaproszenie gości, wycieczki, zdrowy poczęstunek	Czerwiec 2021	Kadra szkolna	Bus szkolny, nawiązanie kontaktu z osobami proponującymi aktywne zajęcia dla dzieci, dodatkowe środki finansowe,	Opinie i rozmowy z dziećmi
„Zdrowe obiady” w stołówce szkolnej	Minimum 30% uczniów korzysta i jest zadowolonych ze zdrowych obiadów przygotowanych w stołówce szkolnej	Zdrowe obiady w stołówce szkolnej	Cały rok szkolny	Intendent i kucharki	Wyposażenie kuchni i właściwy jadłospis	Obserwacje, opinie dzieci o obiadach, analiza jadłospisu
Wyszukiwanie możliwości innych form realizacji zadań program SzPZ	Udział co najmniej w jednym proponowanym przez instytucje zewnętrzne programie	Obserwacja strony gminy, nawiązywanie współpracy, przystąpienie do co najmniej jednego programu	Cały rok szkolny	Zespół SzPZ i dyrektor	Zasoby własne szkoły	Dokumentacja z udziału w projekcie
Dokonanie autoewaluacji	30% do 50% ankietowanych zainteresowanych działaniami SzPZ	Przygotowanie ankiet dla rodziców, uczniów, pracowników pedagogicznych i	Wrzesień 2021	Zespół SzPZ	Zasoby własne szkoły	Opracowanie wyników ankiety i umieszczenie ich na stronie szkoły.

		niepedagogicznych dotyczących ich oceny propagowania działań SzPZ oraz ich troski o własne samopoczucie.				
--	--	---	--	--	--	--