SZKOŁA PODSTAWOWA IM. TADEUSZA KOŚCIUSZKI W WAWRZEŃCZYCACH

Sprawozdanie z działań podjętych w ramach ubiegania się naszej placówki o Wojewódzki Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie 2013-2016

Szkoła Podstawowa
im. T. Kościuszki w Wawrzeńczycach

- Systematycznie i planowo tworzy środowisko społeczne, fizyczne sprzyjające zdrowiu i dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej

- Wspiera rozwój kompetencji uczniów i pracowników w zakresie dbałości o zdrowie przez całe życie

NASZ CEL:

- Rozszerzanie u uczniów wiedzy na temat zdrowego stylu życia oraz kształtowanie umiejętności dbania o własne zdrowie i innych

NASZE ZADANIA:

- Planowanie wszechstronnej edukacji zdrowotnej
- Umożliwianie uczniom rozwoju ich potencjału fizycznego i społecznego
- Wyposażanie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia w każdym aspekcie
- Kształtowanie u uczniów odpowiedzialności za zdrowie
- Wykorzystywanie wszelkich dostępnych środków w społeczności lokalnej dla wspierania działań w zakresie promocji zdrowia

Obszary naszych działań:

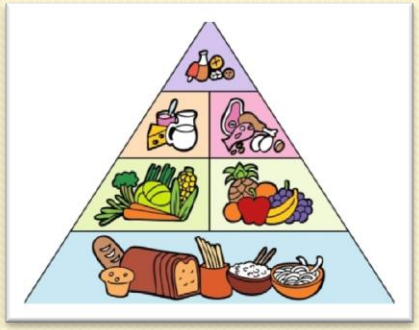
- **Promowanie zdrowego stylu życia**
- **Promowanie aktywności ruchowej**
- **Profilaktyka uzależnień**
- **Promocja zachowań zdrowotnych w szkole i w środowisku lokalnym**

Promowanie zdrowego stylu życia

Organizacja eventu promującego zdrowy styl życia pt. „Żyjmy zdrowo, kolorowo i na sportowo” – 22.10.2015

ZDROWO i SPORTOWO

Warsztaty z „eligo” – Instytut Żywienia i Rozwoju z Gdyni



Udział w ogólnopolskiej akcji organizowanej przez Fundację „Dobre życie”

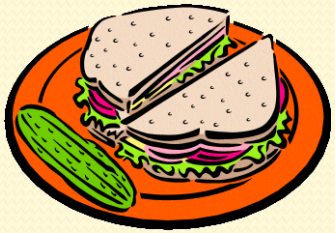
pt. „Tydzień dobrego chleba i zdrowego stylu życia”

Fundacja Dobre Życie
16 - 23 PAŹDZIERNIKA
DOBRY CHLEB NA ZAKWASIE JEST DLA NAS LEKIEM
TYDZIEŃ DOBREGO CHLEBA I ZDROWEGO STYLU ŻYCIA
CODZIENNIE JEDZ PRODUKTY ZBOŻOWE
BŁONNIK PRZEDŁUŻA ŻYCIE W ZDROWIU
CHLEB POMAGA WALCZYĆ Z RAKIEM
Fundacja Dobre Życie

KŁOSY I ZIARNA ZBÓŻ
ZAKWAS NA ŻUREK

Udział w ogólnopolskiej akcji pt. „Śniadanie daje moc”

Dzień zdrowego śniadania – wykonanie kanapek i wspólne ich spożywanie – raz w miesiącu



Wydanie kalendarza szkolnego na rok 2016 – promującego zdrowy styl życia

Klasowy projekt dotyczący prawidłowego odżywiania

- Spotkanie dietetyka z uczniami i rodzicami
- Udział uczniów w konkursie wiedzy na temat zdrowia „Meditest”

KONKURSY DLA UCZNIÓW KLAS I - VI:

- Konkurs na logo szkoły promującej zdrowie
- Pt. „Najbardziej estetyczne i pomysłowe stoisko owocowo-warzywne”
- Plakat pt. „Zdrowy styl życia”
- Konkurs plastyczny pt. „Mój kolorowy jadłospis”

ZDROWY STYL

Konkurs plastyczny i poetycki dla uczniów klas I - VI pt. „Owoce i warzywa na wesoło”

INNE DZIAŁANIA:

- Realizacja programów:
  - „Owoce i warzywa w szkole”
  - „Szklanka mleka”
  - „Trzymaj formę”
  - „Książki moich marzeń”
- Realizacja „Kodeksu Zdrowego Życia” – na lekcjach wychowawczych
- Lekcje i zajęcia profilaktyczne z przyrody:
  - „Jak dbać o układ ruchu”
  - „Zasady zdrowego odżywiania”
- Prelekcje pielęgniarki szkolnej
- Zdrowe przekąski w sklepiku szkolnym
- Organizacja posiłków szkolnych
- Gazetki tematyczne w klasach i na korytarzu szkolnym
- Organizacja kiermaszów ze zdrową żywności

Promowanie aktywności ruchowej

Organizacja Gminnego Dnia Sportu w 2014 roku

Otwarcie nowego boiska sportowego

Organizacja Gminnego Dnia Sportu w 2014 roku

Spotkanie z Rafałem Sonikiem – zwycięzcą rajdu Dakar oraz wielokrotnym zdobywcą Pucharu Świata w jeździe quadem

Organizacja:

- **Szkolnego turnieju piłki nożnej**
- **Szkolnego turnieju piłki ręcznej**

Rywalizacje sportowe i prezentacje w myśl zasady „Ruch to zdrowie”

Konkurs sportowy – „Owocowo-warzywny tor przeszkód”

Wyjazd uczniów na basen – realizacja projektu „Już pływam”

Organizacja aktywnej przerwy dla uczniów klas I - III

Zajęcia taneczne dla uczniów I - III

SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE
S.P. w WAWRZEŃCZYCACH

Organizacja wycieczek krajoznawczych i zielonych szkół

PRZYGODA

INNE DZIAŁANIA:

- Udział uczniów w zajęciach UKS
- Zajęcia fakultatywne z piłki ręcznej i piłki nożnej
- Udział w zawodach sportowych na terenie gminy, powiatu i województwa
- Wyjazd na mecze siatkówki i hokeja podczas mistrzostw świata
- Udział w turnieju piłki nożnej o „Puchar Wójta”
- Udział w corocznym Gminnym Dniu Sportu
- Realizacja elementów projektów „Małopolskie SOS w edukacji i w sporcie”
- Organizacja koloni profilaktycznych

Profilaktyka uzależnień

Programy promujące bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą:

- „Odblaskowa szkoła” – klasy I – III
- „Klub Bezpiecznego Puchatka” – klasa I
- „Odblaskowa gmina” – klasy I – VI
- „Owce w sieci” – klasy I – III
- „Sieciaki.pl” – klasy IV – IV
- „Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą” – klasy I – VI
- „Stop agresji” – klasy IV – VI
- „Szkolny program profilaktyczny”

NASZ CEL WYNIKAJĄCY Z POTRZEB SZKOŁY:

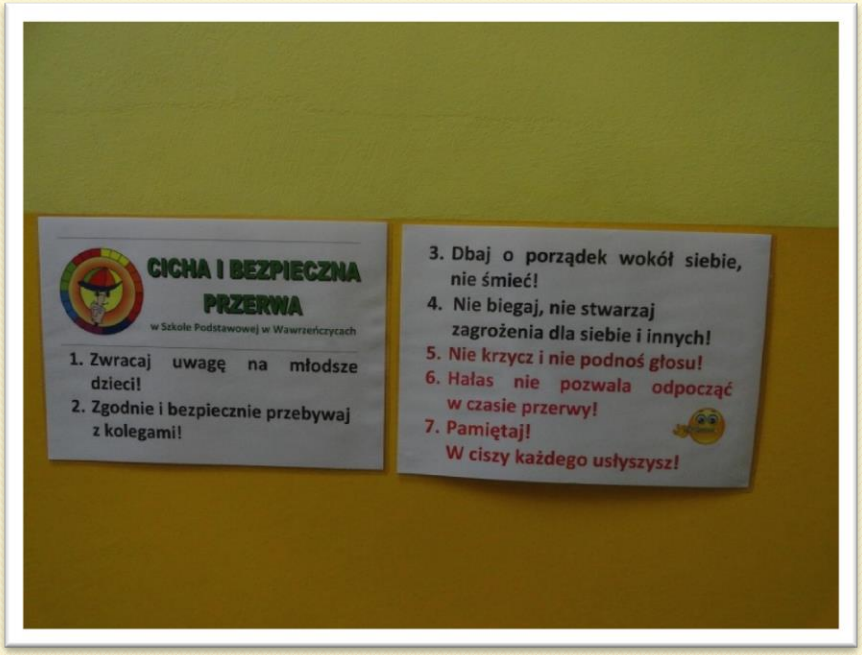
- **Obniżenie poziomu hałasu w szkole**

Szkolny projekt walki z hałasem:

- „Dbamy o nasze zdrowie – walczymy z hałasem, prosimy o ciszę” (2013/2014)
- „W ciszy każdego usłyszysz” (2014/2015)
- „Hałas to nasz wróg – dbajmy o ciszę” (2015/2016)

Nasze działania:

- Powołanie „strażników ciszy” w klasach I - VI
- Utworzenie szkolnej strefy ciszy
- Opracowanie zasad funkcjonowania uczniów podczas przerw pt. „Cicha i bezpieczna przerwa”

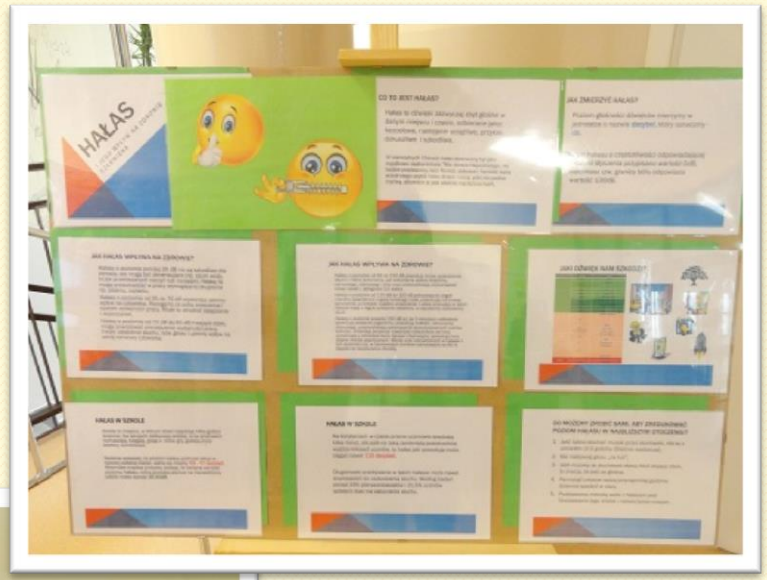


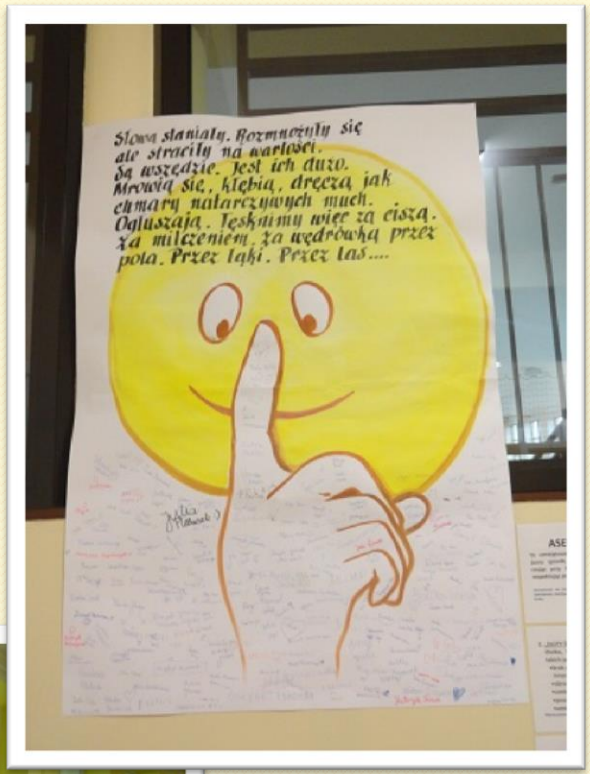
Nasze działania:

- Organizacja happeningu dla uczniów I - VI

Nasze działania:

- **Organizacja konkursów:**
  - „Portret Stworka Hałasorka” – dla chłopców klas I - III
  - „Portret Księżniczki Ciszy” – dla dziewczynek klas I - III
  - Na hasło lub wierszyk reklamujący ciszę – uczniowie klas IV - VI
  - „Szkoła bez hałasu” – uczniowie klas o – III
  - „Logo promujące ciszę na terenie szkoły” – uczniowie klas IV – VI


HAŁAS


Słowa staniały. Rozmnożyły się
ale straciły na wartości.
Są wszędzie. Jest ich dużo.
Mrowią się, kłębią, dręczą jak
chmary natarczywych much.
Ogłuszają. Tęsknimy więc za ciszą.
Za milczeniem, za wędrówką przez
pola. Przez łąki. Przez las....

LUBIĘ CISZĘ
PONIEWAŻ:

CISZA I HAŁAS
NA WESOŁO

NASZE DZIAŁANIA:

- Przeprowadzenie tygodnia, miesiąca bez hałasu na przerwach śródlekcyjnych
- Spotkanie z pielęgniarką szkolną
- Pogadanka nt. „Niewidzialny wróg – hałas” – prezentacja multimedialna
- Przygotowanie przedstawień pt. „Dbamy o nasze zdrowie – walczymy z hałasem i prosimy o ciszę” i „Hałas w szkole”
- Udział uczniów w praktycznym pomiarze hałasu zorganizowanego przez SANEPID
- Opracowanie gazetek szkolnych w klasach nt. szkodliwości hałasu na zdrowie człowieka

Nasze działania:

- **Szkolny Dzień Profilaktyki:**
  - Przedstawienia profilaktyczne dla uczniów klas I – III, IV - VI
  - Spotkanie z pracownikami Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Krakowie – prelekcja i prezentacja nt. „Oswoić ciszę”

Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem – od 2012 roku

- Udział w wojewódzkim konkursie promującym zalecenia EKWzR
- Rozdawanie wśród rodziców ulotek i bezpłatnych egzemplarzy kodeksu
- Prezentacje i pogadanki nt. unikania nadmiernej ekspozycji na słońce i solarium
- Współpraca z pielęgniarką szkolną
- Program zdrowotny profilaktyki zagrożeń wirusem brodawczaka ludzkiego w Małopolsce – oprac. przez Szpital Dziecięcy w Krakowie

Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem

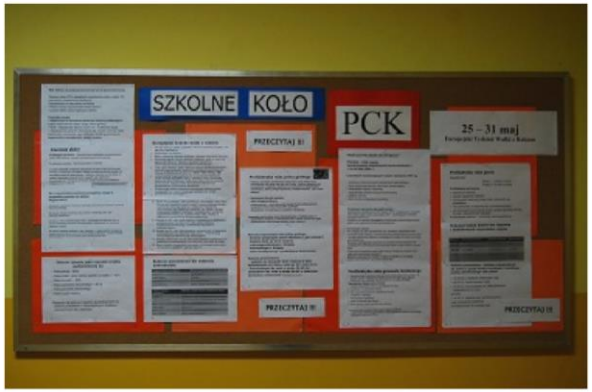
- Realizacja programów profilaktycznych przeciwko uzależnieniom:
  - „Czyste powietrze wokół nas”
  - „Nie pal przy mnie proszę”
  - „Znajdź właściwe rozwiązanie”
- Zajęcia warsztatowe w ramach profilaktyki palenia papierosów:
  - „Poznajmy się bliżej”
  - „Naucz się mówić nie”
  - „Znajdź właściwe rozwiązanie”
  - „Uwierz w siebie”

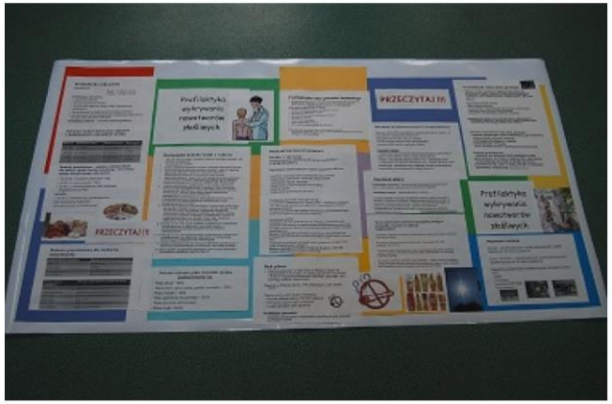
Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem

- Udział w konferencjach
- „Kalendarz szczepień na rok 2015” – bezpłatne ulotki dla rodziców przygotowane przez WSSE w Krakowie
- Konkurs plastyczny pt. „Chemia w rolnictwie”
- Gazetki szkolne na korytarzu szkolnym nt. profilaktyki wybranych nowotworów złośliwych oraz bezpłatnych badań

Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem

- Prelekcja dla rodziców nt. wykrywalności raka piersi i raka szyjki macicy poprowadzona przez przedstawicieli Wojewódzkiego Ośrodka Koordynującego wczesne wykrywanie raka piersi – 17.11.2015



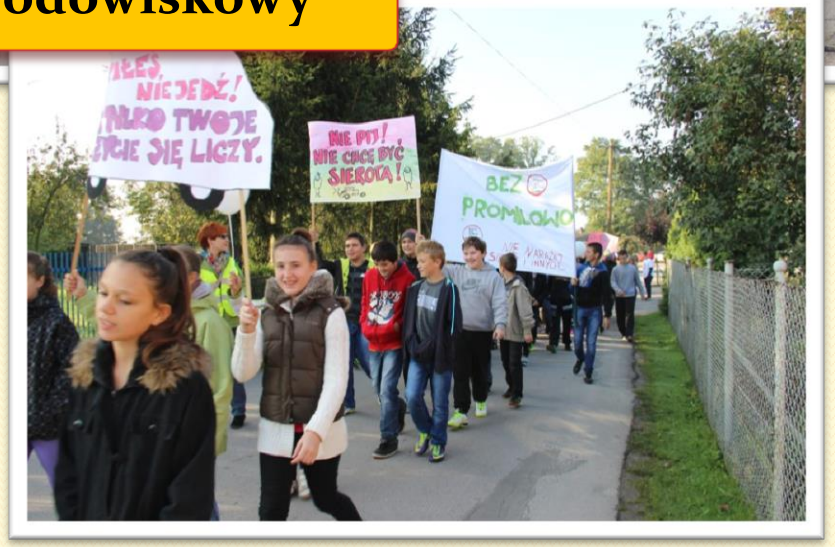


Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem

Prelekcja nt. szkodliwości azbestu

Udział w akcji „ No promil – no problem”

Marsz środowiskowy



Realizacja programu „Ratujemy i uczymy ratować”

SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE
S.P. w WAWRZEŃCZYCACH

NASZE DZIAŁANIA:

- Aktywne uczestnictwo w:
  - Światowym Dniu Udzielania Pierwszej Pomocy
  - Światowym Dniu Rzucania Palenia Tytoniu – 15.11.2015
  - Międzynarodowym Dniu Walki z Rakiem – 06.02.2016
  - Międzynarodowym Dniu Świadomości Zagrożenia Hałasem – 25.04.2016
  - Dniu bez Papierosa – 31.05.2016

Przedstawienia profilaktyczne dla uczniów

- „Stop agresji, stop przemocy” – klasy I – III
- „Uwaga na Internet” – klasy IV – VI
- „Świąteczna paczka” – klasy I – VI
- „Z miłości do serduszka” – klasy I – III
- „Nie jesteś sam” – klasy IV - VI

Przedstawienia profilaktyczne dla rodziców

- „Jeszcze nie jest za późno”
- „Zamieńmy się miejscami”

Prelekcje dla rodziców

- Odpowiedzialność karna nieletnich
- Hałas niszczy zdrowie
- Czyste powietrze wokół nas
- Zdrowy styl życia dziecka i rodziny
- Wpływ zdrowego odżywiania na styl życia. Domowe sposoby na zdrowie
- Higiena pracy umysłowej dziecka
- Popularyzacja haseł Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem
- Zdrowe odżywanie dzieci
- Jak przeciwdziałać agresji?
- Wpływ odżywiania się na nasze samopoczucie, zdrowie, wygląd
- Planowanie dnia dziecka: czas nauki, organizacja czasu wolnego, sen

Udział nauczycieli w konferencjach i szkoleniach:

- „Żywienie w szkołach według nowych przepisów prawa”
- „Upowszechnianie zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem. Rola nauczyciela w realizacji zaleceń kodeksu”
- „Cisza w przestrzeni szkoły”
- Szkoleniowa Rada Pedagogiczna z udziałem gościa honorowego prof. nadzw. dr hab. Teresy Olearczyk – „Cisza we współczesnym środowisku szkolnym – psychologiczne i pedagogiczne uwarunkowania skutecznego wychowania”
- „Szkoła wspierająca – edukacja i poczucie bezpieczeństwa najmłodszych”

Udział nauczycieli w konferencjach i szkoleniach:

- „Nie pal przy mnie, proszę” - szkolenie dot. programu edukacji antytytoniowej dla uczniów I-III szkół podstawowych
- „Czyste powietrze wokół nas” – szkolenie dot. ogólnopolskiego programu edukacji antytytoniowej
- „Ruch, który rozwija umysł. Znaczenie wychowania fizycznego w edukacji wczesnoszkolnej”
- Konferencja „Owoce w szkole”
- „Radzenie sobie z agresją u dzieci w wieku szkolnym w szkole i poza szkołą. Trudny uczeń”
- „Pierwsza pomoc przedlekarska”

Promocja zachowań zdrowotnych w szkole i w środowisku lokalnym

Szkołę promującą zdrowie tworzą wspólnie uczniowie, nauczyciele i pracownicy szkoły, rodzice oraz przyjaciele szkoły – przedstawiciele społeczności lokalnej.

NASZ CEL WYNIKAJĄCY Z POTRZEB SZKOŁY:

- Rozbudzanie wśród uczniów empatii w celu kształtowania właściwych relacji z rówieśnikami. Podejmowanie działań, mających na celu organizowanie i wspieranie różnych akcji społecznych

Organizacja i udział w akcjach charytatywnych

- „Góra grosza”
- Zbiórka plastikowych nakrętek
- Zbiórka odzieży używanej i zabawek
- Kiermasze słodkości
- Pisanie życzeń do niepełnosprawnych dzieci
- Zbiórka artykułów szkolnych dla dzieci z Afryki
- Zbiórka pieniędzy dla Hospicjum św. Łazarza w Krakowie

- Kolędnicy misyjni

BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

- Dzień Babci i Dziadka

BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

- Jasełka

BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

- Dzień Dziecka

BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

- Dzień Mamy i Dzień Rodziny

BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

- Wycieczki integracyjne z rodzicami

Dziękujemy za uwagę