

**RAPORT PODSUMOWUJĄCY STARANIA  
SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE O CERTYFIKAT**

(przesyłany po konsultacjach z koordynatorem rejonowym/wojewódzkim przed wizytą studyjną)

|   |  |
|---|--|
| <b>Pełna nazwa szkoły/placówki</b>                                    | <b>SZKOŁA PODSTAWOWA Nr 10<br/>im. Arkadego FIEDLERA</b>   |
| W przypadku zespołu szkół proszę wpisać, której szkoły dotyczy raport |  |
| <b>Szkoła:</b><br>(właściwe podkreślić)                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>ubiega się o certyfikat wojewódzki</u></b></li> <li>• ubiega się o wznowienie certyfikatu wojewódzkiego</li> <li>• ubiega się o certyfikat krajowy</li> </ul>   |
| <b>Adres</b><br>(ulica, nr, kod, miejscowość)                         | <b>60 – 125 POZNAŃ, ul. Bosa 9</b>   |
| <b>Gmina</b>  | <b>POZNAŃ</b>  |
| <b>Powiat</b>   | <b>poznański</b>   |
| <b>Telefon</b>  | <b>61 666 120</b>  |
| <b>Adres mailowy szkoły/placówki</b>                                  | <a href="mailto:sekretariat@sp10.poznan.pl">sekretariat@sp10.poznan.pl</a>   |
| <b>Adres mailowy koordynatora</b>                                     | <a href="mailto:grania-rydlewska@tlen.pl">grania-rydlewska@tlen.pl</a>   |
| <b>Strona www szkoły</b>  | <a href="http://www.test.sp10.poznan.pl/">www.test.sp10.poznan.pl/</a>   |
| <b>Imię i nazwisko dyrektora</b>                                      | <b>Małgorzata Kramer</b>   |
| <b>Imię i nazwisko koordynatora</b>                                   | <b>Grażyna Rydlewska</b>   |
| <b>Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu</b>                   | <p>1. nauczyciele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sylwia Śliwowska</li> <li>• Katarzyna Maciejewska</li> <li>• Magdalena Bąk</li> <li>• Magdalena Pechorin</li> <li>• Anna Witelus</li> </ul> <p>2. rodzice:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Katarzyna Terek</li> <li>• Daria Maciaszczyk</li> <li>• Katarzyna Orszulak</li> <li>• Barbara Dzikowska</li> <li>• Małgorzata Waško</li> <li>• Anna Domańska</li> </ul> <p>3. uczniowie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcin Terek</li> <li>• Jakub Maciaszczyk</li> <li>• Dominika Dzikowska</li> </ul> |

|  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maksymilian Frąckowiak</li> <li>• Michał Terek</li> <li>• Michał Orszulak</li> <li>• Izabela Wolniewicz</li> </ul> <p>4. pracownicy niepedagogiczni:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anna Łysów</li> <li>• Jadwiga Kuligowska</li> </ul> <p>5. inne osoby:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Joanna Grzesiak pracownik AWF-u w Poznaniu</li> </ul> |
| <b>Data podjęcia uchwały o przystąpieniu do programu</b> | 19 września 2013r.  |

## **CZĘŚĆ I**

(obejmuje okres ostatnich trzech lat)

### **A. WYNIKI DIAGNOZY:**

|  |
|--|
| <p>➤ Narzędzia użyte do diagnozy w ostatnich trzech latach (wymienić):</p> <p>➤ <b>Rok szkolny 2013-14</b><br/>Narzędzia: obserwacja i ankieta.</p> <p>➤ <b>Rok szkolny 2014-15</b><br/>Narzędzia: obserwacja i ankieta.</p> <p>➤ <b>Rok szkolny 2015-16</b><br/>Narzędzia: obserwacja i ankieta.</p> <p>➤ <b><u>WYNIKI DIAGNOZY:</u></b></p> <p>➤ <b>Rok szkolny: 2013-14</b><br/>Wyłonione problemy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Nie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie w szkole.</li> <li>○ Mała aktywność ruchowa uczniów, pracowników szkoły i rodziców.</li> <li>○ Higiena osobista i ubioru.</li> </ul> <p>➤ <b>Rok szkolny: 2014-15</b><br/>Wyłonione problemy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Uczniowie powinni spędzać przerwy na świeżym powietrzu.</li> <li>○ Nauczyciele powinni systematycznie prowadzić przerwy śródlekcyjne.</li> <li>○ Uczniowie powinni systematycznie i aktywnie uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego.</li> <li>○ Uczniowie i nauczyciele powinni preferować wypoczynek czynny na świeżym powietrzu.</li> </ul> <p>➤ <b>Rok szkolny: 2015-16</b><br/>Wyłonione problemy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Rodzice powinni zapewnić swoim dzieciom opiekę stomatologiczną.</li> <li>○ Zminimalizowanie lęku uczniów przed wizytą w gabinecie stomatologicznym.</li> <li>○ Szkoła powinna współpracować z rodzicami w zakresie profilaktyki przeciwnościsowej i higieny osobistej.</li> <li>○ Rodzice powinni zapewnić swoim dzieciom odpowiednie warunki do utrzymania higieny.</li> <li>○ Uczniowie powinni dbać o higienę osobistą.</li> <li>○ Nauczyciele powinni zwracać uwagę na schludny wygląd dziecka.</li> </ul> |
|--|

### **B. OPIS PROBLEMÓW PRIORYTETOWYCH:**

|   |
|---|
| <p>Wyłonione w ostatnich trzech latach problemy priorytetowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rok szkolny 2013-15</b><br/>Wyłoniony problem priorytetowy: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Nie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie w szkole.</li> </ul> </li> <li>• <b>Rok szkolny 2014-15</b><br/>Wyłoniony problem priorytetowy: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Niektórzy uczniowie niechętnie wychodzą podczas przerw na świeże powietrze.</li> <li>○ Nieliczni nauczyciele systematycznie prowadzą przerwy śródlekcyjne.</li> </ul> </li> <li>• <b>Rok szkolny 2015-16</b><br/>Wyłoniony problem priorytetowy: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Większość naszych uczniów ma próchnicę zębów.</li> <li>○ Nie wszyscy uczniowie dbają w wystarczający sposób o higienę osobistą.</li> </ul> </li> </ul> |
|---|

### C. SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI PLANÓW DZIAŁAŃ SZPZ MAJĄCYCH NA CELU ROZWIĄZANIE PROBLEMU PRIORYTETOWEGO:

Plany działań zawierają zupełnie nowe zadania (poza nielicznymi wyjątkami), które wymyśliśmy, aby rozwiązać wyznaczone problemy priorytetowe. Dążyliśmy do tego, aby zaproponowane zadania były na tyle atrakcyjne, żeby zainteresowały uczniów i tym samym przyczyniły się do zmniejszenia wyłonionego problemu, a być może, nawet go rozwiązały. Niestety, nie zawsze nasze działania okazały się skuteczne.

- **Rok szkolny 2013-14**
- **Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego:**

Celem naszych działań było przekonanie uczniów nie tylko do zjedania II śniadania w szkole, ale również do tego, aby II śniadanie było pełnowartościowym posiłkiem. W tym celu:

1. Zbadaliśmy klimat szkoły za pomocą ankiet zamieszczonych na stronie ORE. Szkolny zespół SPZ przeanalizował wyniki i zapoznał z nimi wszystkich zainteresowanych.
2. Obserwowaliśmy spożywanie II śniadania przez uczniów – najwięcej uwag przekazali nam wychowawcy klas 0-II ponieważ uczniowie tych klas jedzą śniadanie w salach lekcyjnych razem z wychowawcą. Najmniej wartościowe II śniadania mieli uczniowie klas 0 i I, nieco lepiej było w klasach II, w klasach III-VI bardzo różnie. Niepokojący był fakt, że wielu uczniów nie zjadało I śniadania w domu, wielu nie zabierało II śniadania do szkoły.
3. Przeprowadziliśmy ankiety n/t II śniadania. Wychowawcy klas, szczególnie młodszych, a przede wszystkim klas zerowych i pierwszych, niejednokrotnie zauważali, że nie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie. Spora część uczniów miała na śniadanie batony, chipsy, kolorowe napoje. Rzadko, który uczeń miał pełnowartościowe śniadanie. Obserwacje prowadzone były kilka miesięcy. Wyniki nas zaniepokoiły, dlatego postanowiliśmy, że naszym problemem priorytetowym w pierwszym roku okresu przygotowawczego będzie

#### II ŚNIADANIE.

Opracowaliśmy 3 rodzaje ankiet: dla klas 0-II (3 pytania), uczniów klas III-IV (9 pytań) i rodziców (9 pytań).

Wyniki:

- a. W klasach 0-II przebadanych zostało 131 uczniów:
  - 24% uczniów nie zjadło I śniadania przed wyjściem do szkoły.
  - 27% uczniów na I śniadanie zjadło kanapkę.
  - Aż 14% uczniów na II śniadanie zjada batona.
- b. W klasach III-VI przebadanych zostało 105 uczniów:
  - 26 uczniów nie zjadło I śniadania, większość nie miała apetytu.
  - I śniadanie najczęściej przygotowywane jest przez rodziców. Zazwyczaj jest to kanapka + herbata lub mleko z płatkami.
  - 8 uczniów nigdy nie zabiera II śniadania do szkoły.
  - Najczęściej w skład II śniadania wchodzi kanapka, sok owocowy, owoc.
  - 84 uczniów nie kupuje II śniadania w sklepiku szkolnym, a 29 rzadko.
  - Uczniowie najczęściej kupują w sklepiku szkolnym słodycze.
- c. 210 rodziców wzięło udział w badaniu ankietowym:
  - 56 rodziców przyznało, że ich dziecko nie je I śniadania przed wyjściem do szkoły. Główną przyczyną jest brak apetytu.
  - Na I śniadanie dzieci zazwyczaj zjadają mleko z płatkami lub kanapkę z herbatą.
  - II śniadanie przygotowywane jest zazwyczaj przez rodziców.
  - Tylko 1 uczeń nigdy nie zabiera II śniadania do szkoły.
  - II śniadanie stanowi przede wszystkim kanapka. 96 uczniów wskazało wodę.
4. Zorganizowaliśmy zajęcia dla uczniów n/t II śniadania:
  - a. Część teoretyczna – wychowawcy przeprowadzili lekcje n/t składników pokarmowych i ich roli w zdrowiu człowieka. Przypomnieli reguły wynikające z piramidy żywienia. Uczniowie odczytywali skład produktów na opakowaniach. Układali zestawy pełnowartościowych śniadań.
  - b. Zajęcia plastyczne – uczniowie pod okiem wychowawców wykonali zaproponowany przez siebie pełnowartościowy zestaw śniadaniowy składający się z 3 elementów: kanapki + owoc/warzywo + napój. Plakaty z prawidłowo skomponowanymi śniadaniami zostały ponumerowane i naklejone na kolorowe arkusze, które zawieszono w korytarzu na parterze szkoły. Uczniowie podczas konsultacji z rodzicami wybierali określony zestaw śniadaniowy i przygotowywali go na warsztatach kulinarnych przeprowadzanych w sali lekcyjnej.
5. W ramach przyrodniczego projektu edukacyjnego uczniowie klas IV wykonali piramidy żywienia, które musieli zaprezentować na forum klasy. Niektóre wystąpienia potwierdzały wiedzę uczniów n/t zdrowego odżywiania, ale jak przyznawali sami uczniowie, trudno im te reguły stosować w życiu codziennym. Największe uznanie

- zdobyły piramidy przestrzenne.
6. Warsztaty kulinarne – przygotowywanie raz w miesiącu przez uczniów pełnowartościowych śniadań – wychowawcy klas zostali poproszeni, aby raz w miesiącu znaleźli czas na przygotowanie II śniadań i wspólną konsumpcję z uczniami. Z relacji nauczycieli i uczniów wynika, że dzieciom bardzo się te zajęcia podobały. Większość uczniów była do nich świetnie przygotowana. Obecnie warsztaty śniadaniowe są wpisane w plany wychowawcze wszystkich klas i są realizowane 4 razy w roku pod hasłem „Śniadania sezonowe”.
  7. W każdej klasie wyznaczaliśmy 2-3 klasowych liderów ds. promocji zdrowia i przyznawania mini-certyfikatów Szkoły Promującej Zdrowie, za przygotowanie pełnowartościowego II śniadania. Mini-certyfikaty uczniowie zbierali do dzienniczków szkolnych. Uczniów, którzy zebrali najwięcej certyfikatów wyróżniono na uroczystości zakończenia roku szkolnego.
  8. Zorganizowanie raz w tygodniu akcji „Dzień zdrowego śniadania” – to było jedyne zadanie, którego nie udało się zrealizować. Zamierzaliśmy raz w tygodniu ogłaszać „Dzień zdrowego śniadania”. W tym dniu uczniowie, którzy chcieliby zdobyć certyfikat z logo SPZ, mogliby pochwalić się/pokazać nauczycielowi/liderom klasowym, że mają pełnowartościowe II śniadanie. Niestety, ze względu na negatywną opinię kilku rodziców, wykreśliśmy to zadanie z naszego planu działań.
  9. Wykonanie straganu do promocji zdrowych produktów/przekąsek – dziadek jednego z uczniów wykonał stragan, który wykorzystaliśmy przy organizowaniu „Zdrowych stoliczków” oraz na festynie szkolnym.
  10. Obliczaliśmy BMI – nauczyciel przyrody wyjaśnił uczniom, co oznacza BMI i jak się go oblicza. Uczniowie poznali stronę internetową: [www.tabele-kalorii.pl/](http://www.tabele-kalorii.pl/), na której sami układali śniadania z odpowiednią ilością białka, tłuszczu i węglowodanów.
  11. Na boisku szkolnym promowaliśmy zdrowe przekąski w formie „Zdrowych stoliczków”:
    - a. klasa IVb przygotowała stragan z warzywami i owocami. Rodzice przyrządzali różnorodne koktajle, np. z mleka i natki pietruszki. Owoców było tak dużo, że częstowano uczniów jeszcze przez 2 kolejne dni. Koktajle rozchodziły się w mig, trudno było nadążyć z ich przygotowywaniem,
    - b. klasa VIb przygotowała kanapki, które zjedzono w ciągu kilku minut, a wcale nie było ich tak mało,
    - c. klasa Vb przygotowała kanapki, koreczki: owocowe i warzywne, sałatki. Również po kilku minutach wszystko było zjedzone.
    - d. maluchy z klasy 0b częstowały uczniów czerwonymi przysmakami – truskawkami i pokrojonymi pomidorami.
  12. Przeprowadzenie warsztatów kulinarnych przez firmy cateringowe:
    - a. firma „PYSZOTY” przeprowadziła warsztaty kulinarne. Uczniowie przygotowali racuszki i konfiturę z suszonych owoców. Zajęcia bardzo się podobały, a Panie prowadzące nie mogły nadążyć piec placuszków. Alternatywą dla samodzielnie przygotowanej konfitury był jogurt naturalny,
    - b. firma „PYRLANDIA” przeprowadziła warsztaty kulinarne. Każdy uczeń przygotował dla siebie omlet z szynką, deser z jogurtem naturalnym i świeżymi owocami oraz ciasteczka z suchych wafli i masłem owocowym. Uczniowie byli przeszczęśliwi. Zjedli wszystko, co przygotowali. Zajęcia zostały zorganizowane przez rodziców jednego z uczniów,
    - c. w klasie IIb rodzic z pomocą uczniów przygotował soki owocowo-warzywne o przeróżnych smakach. Dzieciaki były zachwycone i zadziwione smakami.
  13. Savoir-vivre przy stole – uczniowie klasy IVb wybrali się do Muzeum Archidiecezjalnego na warsztaty „Czy i z czym to jeść”. Na zajęciach uczniowie dowiedzieli się, co kiedyś jadano, w jakich naczyniach, kto siadał w jakim miejscu, jakie obowiązywały zasady zachowania się przy stole.
  14. Zorganizowaliśmy uroczystość pasowania na „Młodego Ekologa” – w naszej szkole po raz 15 zorganizowaliśmy projekt, którego bohaterami byli czwartoklasiści. W I etapie uczniowie razem z rodzicami opracowali przepis na zdrową potrawę, który przedstawiali na forum klasy. W dniu pasowania przygotowali wybrane przez siebie potrawy, które ustawili na przygotowanym wspólnie z rodzicami „szwedzkim” stole. Następnie odbyło się pasowanie na „Młodego Ekologa” i popisy aktorskie. Klasa IVb wystawiła bajkę Jana Brzechwy „Na straganie”. Potem była wspólna konsumpcja i na koniec zasadzenie kwiatów w donicach przed szkołą.
  15. Zorganizowaliśmy festyn o tematyce zdrowotnej pt „Z 10-tką zdrowo i sportowo”. To było najtrudniejsze zadanie i wyszło świetnie. W każdej klasie wybrano 2 - 3 rodziców, którzy byli odpowiedzialni za zorganizowanie stoiska ze zdrowymi przekąskami. Każda klasa miała przygotować inne smakołyki. Z obawy, że przysmaków nie będzie w wystarczającej ilości, Rada Rodziców zamówiła w firmie cateringowej zdrowe kanapki. Skutek – jedzenia było tak dużo, że starczyło na cały festyn. Na straganach można było znaleźć min. babeczki szpinakowe, kromki chleba z pastą jajeczną, chłodnik, lemoniadę z własnej wytwórni, różnorodne owoce i warzywa serwowane pod wieloma postaciami, rozmaite sałatki owocowe, warzywne, szaszłyki z owoców, surówki z warzyw i owoców, koktajle owocowo-warzywne, przeróżne kanapki, soki owocowe, wody smakowe, ciasteczka marchewkowe, kiszoną kapustę, ciasteczka z mąki orkiszowej z ziarnami słonecznika i dyni i wiele innych smakołyków.
  16. Kontynuowaliśmy program: „Ja i moja rodzina je owoce i warzywa” – projekt Wielkopolskiej Gildii Warzywno-Ogrodniczej zrealizowano w klasach IV. Przeprowadzono 3 zajęcia, których tematem wiodącym były owoce i warzywa sezonowe. Uczniowie mogli się poczęstować owocami i dostali drobne upominki, np. zakładki do książek z tabelą witamin. Na podsumowanie projektu uczniowie wykonali plakat konkursowy promujący warzywa i owoce i zwiedzali giełdę.

17. Kontynuowaliśmy program: „Owoce w szkole” – przeznaczony dla klas I-III, realizowany w naszej szkole od wielu lat.
18. Kontynuowaliśmy program: „Mleko w szkole” – skierowany dla uczniów klas I-VI, realizowany w naszej szkole również od kilku lat.
19. Przyznaliśmy uczniom i rodzicom certyfikaty/podziękowania za zaangażowanie się w realizację projektu. Na uroczystym zakończeniu roku szkolnego Pani Dyrektor wręczyła 7 rodzicom i 9 uczniom podziękowania z logo SPZ.

➤ **Rok szkolny 2014-15**

➤ **Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego.**

Celem naszych działań było przekonanie uczniów do wychodzenia podczas przerw na świeże powietrze oraz do aktywnego udziału w przerwach śródlekcyjnych. W tym celu:

1. Współpracowaliśmy z AWF w realizacji międzynarodowego projektu „Brain Breaks”, którego celem była systematyczna realizacja przerw śródlekcyjnych. Uczniowie 1 x dziennie ćwiczyli do filmiku wybranego z platformy BB, który był wyświetlany na tablicy interaktywnej. Projekt był realizowany we wszystkich klasach, ale klasy III – V były objęte monitoringiem autorów projektu, który min. zakładał przeprowadzenie ankiet przed i po zakończeniu projektu oraz comiesięczne raporty. Koordynatorka projektu, z ramienia AWF, przeprowadziła szkolenie dla członków rady pedagogicznej, szkolnego zespołu SPZ oraz dla uczniów klas III-V.
2. W związku z problemami technicznymi, które czasem uniemożliwiały odtworzenie filmików z platformy „Brain Breaks”, nauczycielka wychowania fizycznego nagrała kilka krótkich filmików z ćwiczącymi dziewczynkami do wykorzystania podczas zajęć. Uczniowie chętnie ćwiczą i świetnie się bawią wykonując ćwiczenia przy fragmentach ich ulubionych piosenek.
3. Ogłosiliśmy konkurs na zbiórkę surowców wtórnych w celu pozyskania pieniędzy na zakup sprzętu do wspólnych zabaw na boisku. Niestety, pieniędzy nie wystarczyło i dlatego zwróciliśmy się o wsparcie finansowe do Rady Rodziców. Rodzicom pomysł uatrakcyjnienia przerw bardzo się spodobał i otrzymaliśmy dofinansowanie na zakup: skakanek, linek, piłek, hula-hopów, babingtonów, chwytaków na rzepy, pałek do tenisa, łapaczek do piłek, piłeczek „Zosiek”. „Przerwy z przyborami” zazwyczaj organizowaliśmy raz w tygodniu. Dzieciaki je uwielbiają. Ściągają się do kosza z przyborami, aby wybrać swoją ulubioną zabawkę. Niestety, przybory przy tak intensywnym używaniu się niszczą i aby kontynuować „Przerwy z przyborami”, konieczna jest systematyczna wymiana.
4. Raz w tygodniu organizowaliśmy przerwy przy muzyce. Chętni uczniowie mieli za zadanie opracować choreografię i poprowadzić zabawę przy muzyce. Realizacji „Roztańczonych przerw” podjęli się uczniowie klasy VI. Wielu uczniów bardzo chętnie się bawiło. Pomimo, że nie wszyscy włączali się do wspólnego tańca, to i tak warto było. Na festynie szkolnym wspólnie z rodzicami zatańczyliśmy ulubiony taniec, taniec belgijski. Była to super zabawa, mimo, że nie do końca wszystko nam wychodziło.
5. Zaproponowaliśmy organizowanie „Przerw z klasą”. Celem było zaangażowanie wszystkich uczniów i wychowawców. Wychowawca klasy z zaangażowanymi uczniami miał za zadanie opracować projekt „Przerwy z klasą”, który realizował na boisku podczas długiej przerwy. Do wspólnej zabawy były zapraszane koleżanki i koledzy ze wszystkich klas. Przerwa była organizowana zgodnie z harmonogramem, w który wpisali się wszyscy wychowawcy.
6. Wymyśliliśmy „Przerwy z płasmi i rymowanekami”, które były organizowane dla oddziału przedszkolnego i uczniów klas pierwszych. Dzieci wraz z nauczycielami razem ćwiczyły do płaśm i rymowanek wcześniej przygotowanych i dobranych do wieku dzieci. Przerwy odbywały się w okresie wiosennym. Dodatkowo, uczniowie musieli nauczyć się wskazywać odpowiednie części ciała oraz współpracować w grupie.
7. Opracowaliśmy projekt szablonów gier chodnikowych, które namalowaliśmy na boisku szkolnym. Uczniowie w czasie wolnym czy podczas przerw mogą skakać w klasy, grać w pajaca czy rzucać do celu. Większość dzieci nie zna zasad gry i musi je poznawać. Niestety, dla wielu uczniów takie zabawy są obecnie mało atrakcyjne.
8. Samorząd Uczniowski wraz z opiekunem opracował regulamin dyżurów, które pełnił podczas długich przerw. Celem pełnionych dyżurów było zachęcenie uczniów do wychodzenia na powietrze oraz troska o bezpieczeństwo tych, którzy z jakichś powodów pozostali w szkole, np. uczeń po przebytej chorobie.
9. W klasach IV-VI na godzinach wychowawczych przeprowadzono zajęcia promujące „Ruch w życiu człowieka”, podczas których uczniowie wykonali plakaty wzbogacone rymowanekami, hasłami i wierszykami zachęcającymi do aktywności fizycznej w czasie ferii zimowych. Najciekawsze prace zostały wyeksponowane na korytarzu szkolnym. Wszyscy autorzy prac otrzymali mini-certyfikaty SPZ, a zwycięzcy zostali nagrodzeni na apelu szkolnym.
10. Przed feriami zimowymi ogłosiliśmy konkurs na aktywność fizyczną podczas wakacji zimowych. Zadaniem uczniów było przyniesienie zdjęcia przedstawiającego uczestnika konkursu podczas uprawiania sportu, aktywnego wypoczynku, zabawy. Wszystkie zdjęcia, opatrzone numerkiem, były wyeksponowane na korytarzu szkolnym. Każdy uczeń mógł zgłaszać na najciekawsze zdjęcie. Uczestnikom konkursu zostały wręczone certyfikaty SPZ, a zwycięzcom nagrody.
11. Zorganizowaliśmy cykl marszobiegów dla nauczycieli i rodziców. Regulamin marszobiegów został opracowany

przez nauczycielkę wychowania fizycznego, która systematycznie biega w maratonach. Marszobiegę na początku cyklu bardziej były marszami, a pod koniec bardziej biegami. Cykl obejmował 6 spotkań jesienią i w założeniach 6 spotkań wiosną. Ze względu na dość małe zainteresowanie biegami rodziców, wiosenne spotkania zawieszono.

12. Zorganizowaliśmy zajęcia relaksacyjne z elementami jogi dla dzieci z klas 0, II i III. Zajęcia odbywały się na dużej sali gimnastycznej przez sześć kolejnych tygodni. Celem zajęć było usprawnienie oddechu oraz próby rozciągania poszczególnych grup mięśniowych. Większość dzieci ćwiczyła bardzo chętnie. Ci, którzy się zaangażowali w wykonywanie ćwiczeń mieli prawo być zmęczeni, ale i zrelaksowani.
13. Festyn szkolny zorganizowaliśmy pt. „Z 10-tką zdrowo i sportowo”. Celem festynu, podobnie jak rok wcześniej, było promowanie aktywnego i zdrowego stylu życia oraz integracja środowiska lokalnego. Każda klasa zorganizowała swoje stoisko, przy którym uczniowie, aby zdobyć mini-certyfikat SPZ, musieli wykazać się sprawnością fizyczną. Certyfikaty zbierali na specjalnie opracowanej „Karcie”. Oprócz wykonania ćwiczeń fizycznych uczniowie musieli wykazać się podstawową wiedzą n/t zdrowego stylu życia poprzez wypełnienie ankiety, która była opracowana na 3 poziomach. W sumie uczniowie mogli zdobyć 18 mini-certyfikatów. „Kartę” z wklejonymi certyfikatami wrzucali do urny ustawionej na scenie głównej, którą zdobyły pięknie namalowane olbrzymie owoce i warzywa. Na zakończenie festynu zostało wylosowanych 10 „Kart”, a ich właściciele nagrodzono. Rada Rodziców przez cały czas trwania festynu prowadziła mini-bar ze zdrowymi przekąskami, świeżo przygotowywanymi sokami i „zdrowszymi” wyrobami cukierniczymi, np. z ciasteczkami szpinakowymi. Każdy uczestnik festynu mógł do woli korzystać z dystrybutora wody.

➤ **Rok szkolny 2015-16**

➤ **Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego:**

Celem naszych działań było zmniejszenie próchnicy u naszych uczniów oraz wykształcenie nawyków dbania o higienę osobistą. W tym celu:

1. Nawiązaliśmy współpracę z Uniwersyteckim Centrum Stomatologicznym przy ul. Bukowskiej. U uczniów klas I-VI dwukrotnie przeprowadzono kontrolne badanie stomatologiczne, we wrześniu i w maju. Podczas pierwszej wizyty każdy uczeń dostał pisemną informację o stanie swojego uzębienia. Uczniowie, którzy mieli zgodę rodziców mogli mieć polakierowane zęby. Ci, którzy chcieli, mogli podjąć leczenie w UCS. To, że udało nam się przekonać do badania prawie wszystkich uczniów i rodziców uważamy za swój wielki sukces wychowawczy.
2. W ramach współpracy z rodzicami zorganizowaliśmy dla wszystkich uczniów pogadankę n/t higieny jamy ustnej. Pracownicy gabinetu ortodontycznego uczyły dzieci jak myć zęby, jakie wybierać pasty i szczoteczki, do czego służą nici dentystyczne.
3. Dla wszystkich uczniów zakupiliśmy smakowe jednorazowe szczoteczki do zębów. Na godzinach wychowawczych nauczyciele wyświetlili film instruktażowy utrwalający technikę prawidłowego mycia zębów oraz zorganizowali wspólne mycie zębów w fazienkach szkolnych.
4. Uczniowie klas II i III przygotowali przedstawienie teatralne o myciu zębów, które wystawili z okazji „Światowego Dnia Zdrowia Jamy Ustnej”. Na spektakl zaproszono wszystkich uczniów. Widzowie z aktorami mogli wspólnie zaśpiewać piosenkę pt. „Szczotka, pasta, kubek ciepła woda ...”.
5. W klasach 0-III wychowawcy lub rodzice przeczytali uczniom opowiadanie „Zuzia idzie do dentysty”. Na podstawie wysłuchanego opowiadania przeprowadzono pogadankę n/t doświadczeń dzieci u stomatologa oraz wykonano prace plastyczne pt. „Moja wymarzona wizyta u stomatologa”. Najlepsze prace wystawiono na korytarzu szkolnym.
6. Zorganizowaliśmy ogólnoszkolny konkurs rzeźbiarski „Zdrowy ząbek”. Ząbki uczniowie mogli wyrzeźbić w dowolnym materiale, min. w masie solnej czy gipsie. Wytwory uczniów wystawiono na korytarzu szkolnym. Uczniowie przez głosowanie wybrali najciekawsze prace. Autorów nagrodzono na apelu szkolnym.
7. Zorganizowaliśmy ogólnoszkolny konkurs na selfie „Piękny uśmiech”. Uczniowie mogli przesać zdjęcia elektronicznie lub przynieść je osobiście. Zdjęcia zostały wyeksponowane na gazecie szkolnej oraz zamieszczono je na stronie internetowej szkoły. Głosowanie na najładniejsze zdjęcie przeprowadzono na facebooku oraz bezpośrednio w szkole. Autorów prac nagrodzono na apelu szkolnym.
8. W klasach III-VI zorganizowaliśmy konkurs polonistyczny pt. „Moja wizyta u stomatologa”. Większość uczniów napisała opowiadania lub sprawozdania. Najciekawszą pracą wyłonioną przez komisję okazał się wiersz napisany przez 3-klasistkę. Autorzy najlepszych prac zostali nagrodzeni na apelu szkolnym.
9. Uczniom klas VI zaproponowaliśmy konkurs na prezentację multimedialną n/t „Higieny słuchu”. Niestety, wpłynęło tylko kilka prac. Autorów prezentacji nagrodzono na apelu szkolnym.
10. Zorganizowaliśmy konkurs rodzinny na grę planszową n/t zdrowia. Zainteresowanie konkursem mile nas zaskoczyło. W związku z faktem, że wszystkie prace konkursowe były bardzo ciekawe, Rada Rodziców postanowiła nagrodzić wszystkich uczestników konkursu. Nagrody na apelu szkolnym wręczyła przedstawicielka Rady Rodziców.
11. Co roku w naszej szkole prowadzona jest fluoryzacja zębów. Uczniowie pod okiem pielęgniarki szkolnej 6 razy w ciągu roku czyszczą zęby żelam z fluorem w celu ochrony szkliwa. Zadowolający jest fakt, że prawie wszyscy uczniowie uczestniczą w zabiegach.

12. W klasach IV-VI przeprowadziliśmy ankietę „Jak dbać o higienę osobistą?” Wyniki ankiet wychowawcy omówili na godzinach wychowawczych przeprowadzonych z okazji Światowego Dnia Zdrowia.
13. Wychowawcy klas przedstawili uczniom cele kampanii „Cała Polska Myje Ręce” oraz idee „Akademii Czystych Rąk Carex”. Dzieci obejrzały filmik instruktażowy o myciu rąk oraz na podstawie plakatu omówiły etapy mycia rąk. Na zakończenie zajęć uczniowie wspólnie umyli ręce w łazience szkolnej. Podsumowaniem zajęć o czystości rąk było wykonanie plakatu o myciu rąk. Plakaty wyeksponowano na korytarzu szkolnym. Najlepsze prace oprawiono i zawieszono w łazienkach szkolnych.
14. Włączyliśmy się w zbiórkę mydła dla dzieci w Kamerunie, zorganizowaną przez Poznańską Fundację Pomocy Humanitarnej „REDEMPTORIS MISSIO”. Akcję przeprowadzono pod hasłem „Podaj mydło”.
15. Zakupiliśmy 30 kg gliceryny, 15 różnych barwników oraz 15 zapachów. Każde dziecko pod kierunkiem nauczyciela wykonało 2 mydélka. Jedno mydélko przeznaczono na prezent dla mamy z okazji „Dnia Matki”, drugie na kiermasz szkolny. Mydélka zostały pięknie zapakowane w celofan przewiązany wstążeczką z zawieszonym bilecikiem.
16. Dzień Chłopca i Dzień Dziewczynki zorganizowaliśmy pod hasłem „Pachnący Dzień Chłopca” i „Pachnący Dzień Dziewczynek”. W klasach starszych, podczas wspólnego wyjścia do drogerii, dziewczynki wybierały prezenty dla chłopców, a innym razem chłopcy dla dziewczynek. W pachnących paczuszkach znalazły się min. dezodoranty, mydélka, pachnące szczoteczki, płyny do kąpieli, żele ... . Prezenty niektórych uczniów zadziwiły, niektórzy byli rozczarowani, ale zdecydowana większość mile zaskoczona.
17. Uczniowie klasy IIIb z wychowawcą klasy zorganizowali warsztaty lalkowe „Zdrowy miś, to czysty miś”, podczas których trzecioklasiści podczas wspólnej zabawy z misiami uczyli młodszych kolegów zasad higieny.

#### **D. INFORMACJA NA TEMAT MONITOROWANIA PLANU DZIAŁAŃ SZPZ:**

- **Rok szkolny 2013-14**

- Sposób monitorowania:

Za każde zadanie wpisane do planu działań była odpowiedzialna konkretna osoba. Była ona jednocześnie koordynatorem podczas realizacji zadania jak również osobą monitorującą. Tą osobą monitorującą był zazwyczaj nauczyciel ze szkolnego zespołu SPZ. Jego zadaniem było rozpropagować i koordynować realizację zadania, dopilnować terminu wykonania zadania oraz zgromadzić dokumentację potwierdzającą jego zrealizowanie. Każde zadanie było omawiane na spotkaniach zespołu, na godzinach wychowawczych, na zebraniach z rodzicami i posiedzeniach rady pedagogicznej. Wyniki większości działań były przedstawiane na apelach szkolnych, a prace uczniów wyeksponowane na wystawkach. O realizowanych zadaniach zazwyczaj wiedziała cała szkoła. Harmonogram wykonywanych działań wisiał w pokoju nauczycielskim.

W pierwszym roku monitorowanie warsztatów śniadaniowych polegało na udziale koordynatora szkolnego lub członka szkolnego zespołu w takich warsztatach. „Zdrowe stoliczki” były monitorowane przez wszystkich uczniów i nauczycieli naszej szkoły, ponieważ odbywały się na przerwach i każdy mógł się poczęstować. Osobami obserwującymi na uroczystości pasowania na „Młodego Ekologa” byli zarówno nauczyciele jak i rodzice. Zaproszony został również szkolny koordynator SPZ.

- **Rok szkolny 2014-15**

- Sposób monitorowania:

Monitoring przebiegał podobnie jak w pierwszym roku okresu przygotowawczego. Osobą monitorującą była osoba koordynująca wykonanie zadania. O każdym realizowanym zadaniu wiedzieli nie tylko członkowie szkolnego zespołu, ale zdecydowana większość społeczności szkolnej. W większości zadań brali udział wszyscy uczniowie.

Za realizację projektu „Brain-Breaks” odpowiedzialna była nauczycielka ze szkolnego zespołu SPZ i to jej zadaniem było pozyskać informacje od uczniów i nauczycieli o przebiegu realizacji zadania. Mogła tego dokonać na podstawie rozmów i obserwacji, które potrzebne były do wypełniania comiesięcznych raportów przesyłanych na adres koordynatora międzynarodowego projektu.

W „Przerwach z przyborami” czy „Roztańczonych przerwach” brało aktywny udział wielu uczniów. Pozostali uczniowie i nauczyciele dyżurujący, mimo woli monitorowali realizowane zadanie. Prace plastyczne wykonane przez uczniów każdorazowo były eksponowane na korytarzach szkolnych. Obserwatorami byli zarówno uczniowie, nauczyciele jak i rodzice.

- **Rok szkolny 2015-16**

- Sposób monitorowania:

Realizowane zadania związane były z higieną osobistą ucznia, a przede wszystkim higieną jamy ustnej. Monitoring realizowanych działań przeprowadzono między innymi na podstawie wypełnionych ankiet, pisemnych informacji z Uniwersyteckiego Centrum Stomatologicznego, na podstawie wytworów prac uczniowskich oraz rozmów z uczniami, nauczycielami i rodzicami. Realizacją zadań obciążeni byli przede wszystkim wychowawcy klas, a

monitorowaniem członkowie szkolnego zespołu SPZ. Szkolny koordynator SPZ był na bieżąco informowany o podejmowanych działaniach i większość z nich mógł obserwować osobiście.

## **E. INFORMACJA NA TEMAT MONITOROWANIA SAMOPOCZUCIA SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ:**

- **Rok szkolny 2013-14**
- Sposób monitorowania: ankieta
- Wyniki monitorowania:

Samopoczucie społeczności szkolnej zbadaliśmy za pomocą ankiet zamieszczonych na stronie <http://www.ore.edu.pl/index.php/programy-i-projekty-19445/szkoa-promujca-zdrowie/narzdzia-do-utoewaluacji>.

Wyniki pozyskane w wyniku badania pomogły nam stworzyć plany działań na poszczególne lata oraz były wskazówką do napisania programu edukacji zdrowotnej. Z wynikami ankiet zapoznaliśmy nauczycieli, uczniów i rodziców.

**Dla uczniów** – Klimat w mojej szkole – w ankiecie wzięło udział 92 uczniów. Zdecydowana większość uczniów jest zadowolona, że uczy się w naszej szkole. Aż 55 uczniów docenia fakt, że dużo się w szkole nauczyło. Ponad połowa uczniów potwierdza, że nauczyciele ustalają z nimi reguły pracy na lekcjach, że mogą otrzymać dodatkową pomoc w nauce, jeżeli takiej potrzebują. Uczniowie znają swoje prawa i regulaminy, których powinni przestrzegać. Aż 27 dostrzega, że niektórzy uczniowie niszczą mienie szkolne. 16 uczniów zwraca uwagę, że nie wszystkie dzieci zachowują się na lekcjach prawidłowo, że nie wszyscy przestrzegają ustalonych reguł. 12 uczniów stwierdza, że czuje się w szkole zestresowany. Ale tylko dla 10 uczniów nauka jest męcząca.

**Dla rodziców** – Klimat społeczny w szkole mojego dziecka – w ankiecie wzięło udział 87 rodziców. Większość jest zadowolona, że jego dziecko uczy się w naszej szkole. Rodzice potwierdzili, że nauczyciele udzielają pełnych informacji o postępach ich dziecka, że są pytani o zdanie w/s dotyczących życia i pracy klasy i szkoły. 17 rodziców niepokoi fakt, że ich dziecko często czuje się w szkole zestresowane, 8 uważa, że nauka dla ich dziecka jest trudna i męcząca.

**Dla nauczycieli** – Klimat społeczny w mojej szkole – w ankiecie wzięło udział 27 nauczycieli. Większość cieszy się, że pracuje w naszej szkole. Nauczyciele lubią prowadzić swoje lekcje, chętnie pomagają uczniom w nauce. Uważają, że dobrze i sprawiedliwie traktują swoich uczniów. 10 nauczycieli przyznało, że czuje się w szkole zestresowana. Niepokoi ich fakt, że niektórzy uczniowie są wykluczani przez kolegów. Martwi ilość zniszczeń dokonywanych przez uczniów. Zdecydowana większość nauczycieli zauważa małe zainteresowanie uczniów nauką.

**Dla pracowników szkoły** – Klimat społeczny w mojej szkole – w ankiecie wzięło udział 9 osób. Pracę w szkole ocenili pozytywnie, ale nie wszyscy czują się docenieni. Potwierdzili, że chętnie przychodzą do pracy w szkole. Uważają jednak, że praca w szkole jest męcząca, że czują się zestresowani. Zaniepokojeni są ilością zniszczeń dokonywanych przez uczniów oraz relacjami między nimi.

- **Rok szkolny 2014-15**
- Sposób monitorowania: obserwacja, rozmowa
- Wyniki monitorowania:

Ponownie przeanalizowaliśmy wyniki ankiet przeprowadzonych rok wcześniej i próbowaliśmy ustalić czy klimat w szkole zmienił się na skutek naszych działań, które podjęliśmy w I roku okresu przygotowawczego. Wnioski jakie wyciągnęliśmy były niejednoznaczne, ponieważ każdy człowiek inaczej postrzega rzeczywistość. Co dla jednych jest interesujące i mobilizujące, innych może zniechęcać do działania. Oczekiwania poszczególnych jednostek są bardzo zróżnicowane. Po przeprowadzeniu wielu rozmów z nauczycielami, uczniami i rodzicami możemy stwierdzić, że samopoczucie każdego członka społeczności szkolnej zależy od jego osobistych oczekiwań, doznań i doświadczeń.

**Uczniowie** – ci, którzy nie mają kłopotów z nauką są w większości zadowoleni z atmosfery w szkole. Wielu uczniów bardzo lubi swoją klasę i szkołę. Jednak nie wszyscy uczniowie postrzegają szkołę jako instytucję, w której mogą zdobyć wiedzę i umiejętności. Dla wielu uczniów, szkoła jest przede wszystkim miejscem spotkań z kolegami. Przychodzą do szkoły, bo w domu się nudzą, bo w szkole coś się dzieje. Są uczniowie, którzy z różnych względów niechętnie wracają do domu.

**Nauczyciele** – większość nauczycieli lubi swój zawód, ale niekoniecznie swoją pracę. Głównym czynnikiem stresującym, który zniechęca nauczycieli do pracy w szkole są niektórzy rodzice i ich rozpieszczone, źle wychowane dzieci. Dzieci, które często uniemożliwiają naukę swoim kolegom, a nauczycielowi zrealizowanie zaplanowanej lekcji. Z przykrością musimy stwierdzić, że nieprzewidywalnych zachowań uczniów i niezrozumiałych postaw rodziców jest coraz więcej.

**Rodzice** postrzegają szkołę zazwyczaj przez pryzmat sukcesów i porażek swoich dzieci. Są rodzice, którzy bardzo pozytywnie wypowiadają się na temat naszej szkoły, zapisują do nas kolejne swoje pociechy, ale są też rodzice, którzy nie tylko nie angażują się w życie szkoły, ale negują wiele naszych działań. Nasze uwagi, spostrzeżenia traktują jako atak na ich dziecko lub ich samych.

**Pracownicy szkoły** – ich samopoczucie zależy od wielu czynników, min. od relacji międzyludzkich, od zakresu wykonywanych czynności, od wysokości wynagrodzenia.



➤ **Rok szkolny 2015-16**

➤ Sposób monitorowania: ankieta

➤ Wyniki monitorowania:

W badaniu wzięli udział przedstawiciele uczniów i rodziców, nauczyciele oraz pracownicy niepedagogiczni. Wszyscy ankietowani - zarówno uczniowie, jak i ich rodzice oraz pracownicy szkoły odpowiedzieli, iż w placówce, zdrowie i dobre samopoczucie jest ważną sprawą. Jest to niewątpliwie ogromny nasz sukces, bowiem wszystkie podmioty szkoły jednogłośnie oświadczyły, iż placówka troszczy się o zdrowie i dobre samopoczucie całej społeczności.

Prawie wszyscy byli zdania, iż należycie zostały im wyjaśnione zasady szkoły promującej zdrowie – niezadowolonych z wyjaśnień było tylko 4% uczniów.

Jeśli chodzi o atmosferę panującą w szkole, trzeba przyznać, że nie wszyscy respondenci postrzegają ją tak samo. Niektórzy uczniowie i ich rodzice źle się czują w szkole. Z rozmów z nauczycielami wynika, że są to dzieci sprawiające trudności dydaktyczne lub wychowawcze. Większość pracowników natomiast uważa, że klimat w szkole jest dobry i sprzyjający ogólnemu rozwojowi. Większość zarówno rodziców, jak i uczniów odpowiedziała, iż nauczyciele jasno określają zasady panujące w szkole oraz konsultują sprawy związane z życiem klasy lub szkoły. Większość ankietowanych przyznała też, że ich zdanie brane jest pod uwagę. Inne zdanie miało 25% uczniów i rodziców. Podobnie odpowiadali nauczyciele i pracownicy niepedagogiczni; większość uznała, iż relacje z dyrekcją szkoły są pozytywne. Dyrekcja bądź pyta o opinię w sprawach szkolnych, bądź bierze pod uwagę sugestie pracowników. Około 15% uczniów uważa, iż nie ma należytego wsparcia od nauczycieli czy dyrekcji. Relacje między nauczycielami, również przez pedagogów, zostały wysoko ocenione; ok. 7% nauczycieli było przeciwnego zdania. Wszyscy pracownicy niepedagogiczni uznali, iż nauczyciele są dla nich życzliwi i chętnie współpracują, jeśli jest taka potrzeba. Tak samo wysoko ocenili współpracę między sobą - aż 100% pracowników jest zadowolonych z relacji panujących między nimi. Nauczyciele wysoko ocenili kulturę osobistą uczniów. Aż 80% nauczycieli czuje się szanowanych przez uczniów, ale prawie 50% pedagogów uznaje, iż nie wszyscy uczniowie wypełniają należycie swoje obowiązki.

Z kolei, w module dotyczącym edukacji zdrowotnej dzieci, prawie 100% rodziców uznała, iż jego dziecko dużo uczy się w szkole o zdrowiu – tylko jeden rodzic był przeciwnego zdania. Zdecydowana większość badanych uczniów odpowiedziała, iż zajęć w szkole dotyczących promocji zdrowia na wielu lekcjach jest dużo – blisko 80%. Tylko 5% uczniów uznało, iż zajęcia promujące zdrowie nie zachęcają ich do większej dbałości o siebie. Nauczyciele i pracownicy szkoły jednogłośnie odpowiedzieli, iż projekty prozdrowotne realizowane w szkole wpływają na to, iż chętniej dbają o zdrowie, głównie w zakresie ruchu fizycznego, jak i racjonalnego odżywiania. Niestety, prawie 50% pracowników, w tym nauczycieli, nie wyeliminowało zachowań ryzykownych dla zdrowia, szczególnie jeśli chodzi o radzenie sobie ze stresem czy stosowaniem używek.

Co do warunków i organizacji pracy w szkole odpowiedzi były raczej pozytywne. Większość uczniów i pracowników niepedagogicznych uznało, iż w szkole jest czysto – 75%. Niestety, zgodziło się z tym tylko 20% nauczycieli. Większość uczniów uważa natomiast, iż dzieci nie dbają należycie o czystość w szkole, w toaletach – opowiedziała się za tym aż 1/3 ankietowanych. Zdecydowana większość nauczycieli uważa, iż organizacja pracy w szkole jest dobra – 75%; najgorzej wypadło pytanie dotyczące spożywania obiadów – aż 50% uczniów uznało, że nie może zjeść spokojnie obiadu. Zastanawiające są odpowiedzi dotyczące spędzania przerw na świeżym powietrzu – mimo, że uczniowie podczas sprzyjającej pogody zawsze wychodzą na boisko, aż 20% uznało, iż tego nie robi. Prawdopodobnie odpowiedzieli tak ci uczniowie, którzy nie wychodzą na boisko – ukrywają się lub spędzają przerwę w bibliotece szkolnej.

W pytaniach otwartych, w których badani mogli podać swoje pomysły i propozycje rozwiązań konkretnych problemów czy ich przyczyn, padały najczęściej następujące odpowiedzi: tym, co powoduje, że nauczyciele źle czują się w szkole jest hałas oraz trudne rozmowy z rodzicami oraz nieprzewidywalne zachowania uczniów. To, co sprawia, że dobrze się czują to: kameralna szkoła i dobre relacje wśród pracowników. Relacje z kolegami natomiast, to czynnik przyciągający uczniów do tej szkoły. Hałas i niewłaściwe zachowania rówieśników (w tym wulgaryzmy), to czynniki zniechęcające dzieci do szkoły. Twierdzi tak ok. 1/3 uczniów. Zdecydowana większość rodziców docenia kameralność szkoły i miłą atmosferę – ok.50% rodziców, natomiast jako czynnik źle wpływający na klimat szkoły rodzice wymieniali również hałas i niewłaściwe zachowania uczniów, lekceważący stosunek do nauki i brak należytych konsekwencji.

Bardzo ważne dla nas informacje badani podawali w module dotyczącym efektów podjętych przez szkołę działań, a mianowicie – 100% ankietowanych uważa, iż projekt przyczynił się do większej troski o swoje zdrowie (rozumiane szeroko; od aspektu fizycznego, poprzez psychiczny, na duchowym skończywszy) i zdrowy styl życia. Zadawałające są też dane dotyczące rekomendowania naszej szkoły w środowisku lokalnym – tylko dwoje rodziców było przeciwnego zdania. I to chyba można uznać, za największy sukces naszej szkoły – uczniowie chcą do niej chodzić, rodzice posyłać swoje dzieci, a pracownicy pracować.

## **F. EWALUACJA DZIAŁAŃ UJĘTYCH W PLANACH SZPZ (narzędzia, wnioski):**

• **Rok szkolny 2013-14**

➤ Narzędzia użyte do ewaluacji: ankieta i obserwacja.

➤ Wnioski z ewaluacji:

- Uczniowie bardzo lubią sezonowe warsztaty śniadaniowe.
- W dalszym ciągu niektórzy uczniowie zjadają II śniadanie szybko i niechlujnie

- Dużo dzieci ma kłopoty z przygotowaniem śniadania, ponieważ nie potrafi wykonać prostych czynności, np. rozsmarować masła na chlebie czy pokroić ogórka.
- Dużo uczniów ma kłopoty z utrzymaniem porządku podczas przygotowywania śniadania oraz nie potrafi prawidłowo posegregować odpadów/śmieci.
- Wielu uczniów nie przestrzega *savoir-vivre* przy stole. Problem ten, najbardziej widoczny jest w restauracjach/jadłodajniach podczas wycieczek szkolnych.
- **Efekty podjętych działań:**
  - Zdecydowana większość uczniów wie, jak powinno wyglądać pełnowartościowe II śniadanie.
  - Więcej uczniów zjada w szkole pełnowartościowe II śniadanie.
  - Znacznie więcej uczniów pije wodę.
  - Uczniowie częściej spożywają owoce i warzywa.
  - Uczniowie mają świadomość, że zjadają niezdrową przekąskę i niektórzy z nich mają z tego powodu wyrzuty sumienia.
- **Rok szkolny 2014-15**
- Narzędzia użyte do ewaluacji: ankieta i obserwacja.
- Wnioski z ewaluacji:
  - Zdecydowana większość uczniów chętnie uczestniczyła w przerwach śródlekcyjnych.
  - Wszyscy uczniowie podkreślali, że wolą przerwy, na których coś na nich dzieje, np. mogą potaćzyć, pocwiczyć, pograć czy wspólnie się pobawić.
  - Dyżury uczniowskie okazały się mało skuteczne. Nie wszyscy dyżurujący sumiennie wypełniali swoje obowiązki. Nie wszyscy uczniowie prawidłowo reagowali na polecenia/prośby dyżurujących uczniów.
  - Tylko kilkunastu rodziców wzięło udział w marszobiegach.
  - Tylko nieliczne prace plastyczne promujących ruch były na tyle ciekawe, aby wyeksponować je na korytarzu szkolnym.
- **Efekty podjętych działań:**
  - Od IX do XI i od IV do VI w szkole organizowane są „Roztańczone przerwy” i „Przerwy z przyborami”.
  - W nauczaniu zintegrowanym wszyscy nauczyciele organizują przerwy śródlekcyjne. W klasach IV-VI nauczyciele powinni realizować przerwy śródlekcyjne co najmniej raz w ciągu dnia. Niestety, nie zawsze i nie wszyscy o tym pamiętają.
  - Wzrósł poziom zainteresowania uczniów aktywnym spędzaniem czasu wolnego.
- **Rok szkolny 2015-16**
- Narzędzia użyte do ewaluacji: ankieta i obserwacja.
- Wnioski z ewaluacji:
  - Zdecydowana większość uczniów została przebadana w Uniwersyteckim Centrum Stomatologicznym. W przeglądzie wrześnieowym wzięło udział więcej uczniów (95%) niż w przeglądzie majowym (75%).
  - Pomimo podjętych działań nie zmniejszył się problem próchnicy u naszych uczniów.
  - Wszyscy uczniowie i nauczyciele wzięli udział w ogólnoszkolnej pogadance n/t higieny jamy ustnej.
  - Wszyscy wychowawcy zorganizowali warsztaty mycia zębów.
  - Spodziewaliśmy się większego zainteresowania zorganizowanymi konkursami.
  - Uczniom bardzo podobały się warsztaty mydlarskie.
  - Prawie wszyscy uczniowie uczestniczą we fluoryzacji zębów.
  - Dzieci znają podstawowe zasady higieny osobistej, ale nie wszystkie przestrzegają ich w życiu codziennym.
- **Efekty podjętych działań:**
  - Większa liczba uczniów bardziej przykłada się do prawidłowego mycia zębów.
  - Zwiększyła się liczba uczniów wykonująca badania kontrolne swoich zębów.
  - Zbyt mało uczniów podjęło walkę z próchnicą.
  - Za mało uczniów systematycznie i prawidłowo myje swoje zęby.
  - W dalszym ciągu nie wszyscy uczniowie w wystarczający sposób dbają o higienę osobistą.

## CZĘŚĆ II

### A. OPIS STOPNIA AKCEPTACJI ŚRODOWISKA DLA IDEI SZPZ (w tym stopień świadomości i zaangażowania Rady Pedagogicznej i rodziców):

Z pełną świadomością możemy stwierdzić, że wszyscy członkowie rady pedagogicznej popierają idee SPZ. Niestety, to, że popierają, nie znaczy, że się angażują w realizację programu. Niektórzy podchodzą do realizowanych zadań sceptycznie, bo nie wierzą, że coś możemy zmienić, niektórym osobom się nie chce, a niektórzy nie potrafią. Realizacja planów działań opierała się na członkach szkolnego zespołu SPZ, którzy inicjowali i monitorowali działania oraz na wychowawcach klas, którzy wprowadzali je w życie. Jednak należy odnotować, że wielu nauczycieli stara się prowadzić zdrowy styl życia i wychowuje w tym duchu swoje dzieci, chociaż, jak przyznaje, nie jest to proste.

Idee SPZ są pozytywnie postrzegane przez zdecydowaną większość rodziców. Ale fakt, że rodzice akceptują idee, wcale nie znaczy, że według nich żyją. Są świadomi, że projekt SPZ jest cenny i pożądany dla zdrowia ich dzieci, ale nie wszyscy chcą ponieść koszty jego realizacji, np. wolą siedzieć z dzieckiem przed telewizorem niż pójść z nim na pływalnię. Byli jednak rodzice, którzy nie tylko wspierali nasze działania, ale również wychodzili z pomysłami jak uatrakcyjnić nasz program. Dopinguwali nas, aby nie rezygnować nawet z trudnych, ale celowych i pożądanych działań.

Zasady zdrowego stylu życia promowane przez program powinny być realizowane we wszystkich szkołach. Według tych zasad powinni żyć wszyscy ludzie. Ale co innego coś popierać, a co innego wdrażać te zasady w życiu. Większości, łatwiej się żyje, kiedy robią to, co chcą, niż to, co powinni.

## **B. INFORMACJA NT. SZKOLEŃ DLA (wymieni):**

- Rady Pedagogicznej:
  - z zakresu zdrowego odżywiania,
  - n/t zasad tworzenia SPZ,
  - dotyczące znaczenia ruchu w prawidłowym funkcjonowaniu dziecka,
  - wyjaśniające strukturę planu działań.
- uczniów:
  - pogadanki n/t zdrowego odżywiania na lekcjach przyrody i na godzinach wychowawczych,
  - spotkanie z dietetykiem i omówienie zdrowych II śniadań,
  - część teoretyczna na warsztatach żywieniowych przeprowadzonych przez firmy cateringowe,
  - pogadanki zachęcające uczniów do spędzania przerw na świeżym powietrzu oraz do aktywnego uczestnictwa w przerwach międzylekcyjnych,
  - pogadanki n/t higieny jamy ustnej,
  - pogadanki n/t higieny osobistej,
  - realizacja treści programowych z edukacji wczesnoszkolnej, przyrody i wychowania fizycznego
- rodziców:
  - pogadanki n/t zdrowego odżywiania,
  - pogadanki zachęcające uczniów do spędzania przerw na świeżym powietrzu oraz do aktywnego uczestnictwa w przerwach międzylekcyjnych,
  - pogadanki n/t higieny jamy ustnej,
  - pogadanki n/t higieny osobistej.
- pracowników administracji:
  - rozmowy,
  - przegląd dokumentacji,
  - udział w spotkaniach szkolnego zespołu SPZ,
  - oglądanie wystawek z pracami uczniów,
  - udział w pogadankach, apelach, spotkaniach.

## **C. INFORMACJA NT. WSPÓŁPRACY Z RODZICAMI:**

- Współpraca z rodzicami przebiegała bardzo różnie. Są rodzice, którzy wspierali nas we wszystkich realizowanych zadaniach; rodzice, którzy włączali się okazjonalnie, np. w przygotowanie festynu szkolnego; rodzice, którzy w ogóle nie angażują się w życie szkoły; ale i są rodzice, którzy krytykowali podjęte działania, np. cotygodniowe monitorowane II śniadań.
- Dobrze układała się współpraca z Radą Rodziców. Zawsze mogliśmy liczyć na ich wsparcie, zarówno merytoryczne, np. popierali planowane działania na forum klasy, jak i finansowe, np. chętnie finansowali kupno przyborów do wykorzystania podczas przerw czy zakup nagród konkursowych.
- Bardzo dobrze przebiega współpraca z rodzicami, którzy są członkami szkolnego zespołu SPZ. Liczba i osoby się zmieniły, ale byli rodzice, którzy współpracowali z nami przez cały okres przygotowawczy. Nie tylko, że nas wspierali, wychodzili z inicjatywami, angażowali się popołudniami czy pozyskiwali sponsorów, ale byli doskonałymi ambasadorami idei SZP ponieważ sami prowadzą zdrowy styl życia.
- Byli rodzice, którzy na co dzień z różnych przyczyn nie wspierali realizacji naszych działań, ale byli hojnymi sponsorami.

## **D. INFORMACJA NT. WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM:**

- Parafia pw. Świętego Krzyża – parafialne koło Caritas wsparło naszą akcję, rozdając ulotki zachęcające do higieny jamy ustnej. Parafia ofiarowała drobne upominki dla dzieci nagrodzonych w szkolnych konkursach promujących zdrowy styl życia. Po hasłem „Z 10-tką zdrowo i sportowo”, szkoła zaprezentowała się również na parafialnym festynie, podczas którego zapraszała do wspólnego tańca, aktywnego spędzania wolnego czasu oraz do troski o zdrowie duszy i ciała.
- Współpracujemy z policją w ramach projektu edukacyjnego: "Bezpiecznie, to wiedzieć i znać". Odbyły się dwa spotkania z policjantami dotyczące bezpieczeństwa (w tym jedno spotkanie z Pyrkiem). Nauczyciele prezentowali uczniom filmiki zaproponowane przez policję na temat bezpieczeństwa w sieci.
- Rada Osiedla

## **CZĘŚĆ III**

### **PROGRAM EDUKACJI ZDROWOTNEJ – opis przebiegu i efektów z ewaluacji programu (pogram dołączyć do raportu, jako załącznik):**

Program edukacji zdrowotnej opracowaliśmy nie tylko w celu promowania zdrowego stylu życia w społeczności szkolnej i w środowisku lokalnym, ale przede wszystkim w celu kształtowania nawyków, które mają wpływ na nasze zdrowie. Konstrukcja programu opiera się na głównych założeniach SPZ oraz wzbogaca i uzupełnia Szkolny Program Profilaktyki. Do programu dopisaliśmy zadania/projekty, które są realizowane w naszej szkole od lat, np. rajdy rowerowe, ale bez wątpienia podstawą do napisania programu były wypracowane plany działań.

Program, który zrealizowaliśmy w ramach SPZ nie powstał od razu. Rósł razem z rozwiązywanymi problemami. W pierwszym roku okresu przygotowawczego został dokładnie rozpisany obszar IV: „Żywność i żywienie” oraz zostały zaproponowane ogólne treści programowe dla obszaru III „Ruch w życiu człowieka” i dla obszaru I „Higiena osobista i otoczenia”.

Program w całym okresie przygotowawczym ewaluował. Były działania, które rozbudowywaliśmy, takie, które okroiliśmy, ale i takie, z których zrezygnowaliśmy.

Cały program składa się z 6 obszarów tematycznych. My skupiliśmy się na trzech obszarach, z których wyłoniły się problemy priorytetowe.

#### **Rok szkolny 2013-14.**

Problem priorytetowy: Nie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie w szkole.

Celem programu było zaproponowanie takich działań, aby przekonać uczniów do zjedania pełnowartościowego II śniadania w szkole, a rodziców i starszych uczniów do ich przygotowywania.

Pomimo, że treści o zdrowym odżywianiu są realizowane na przyrodzie i przy okazji różnorodnych programów i projektów, to obszar ten wzbogaciliśmy o zupełnie nowe treści i zadania, np. śniadania sezonowe”, warsztaty żywieniowe organizowane przez firmy zewnętrzne czy zajęcia muzealne poświęcone savoir-vivre przy stole.

W realizacji treści o zdrowym odżywianiu skupiliśmy się na II śniadaniach. Na początku roku szkolnego przeprowadzono w całej szkole badanie ankietowe, z którego wynikało, że nie tylko znaczna część uczniów nie ma pełnowartościowego II śniadania, ale są też uczniowie, którzy w ogóle nie mają II śniadania w szkole. Wielu uczniów piło napoje gazowane. Rzadko który uczeń przynosił do szkoły wodę. Wielu uczniów nie jadło w domu I śniadania.

Po roku pracy nad zmniejszeniem problemu niewłaściwego odżywiania możemy stwierdzić na podstawie obserwacji oraz rozmów z uczniami i rodzicami znaczą poprawę. Zdecydowanie więcej uczniów ma w śniadaniówkach pełnowartościowe II śniadanie. Bardzo dużo uczniów przynosi do szkoły wodę. Na festynie szkolnym kawiarenkę z ciastami zamieniono na stoiska ze zdrowymi potrawami i przekąskami.

#### **Rok szkolny 2014-15**

Problemy priorytetowe:

- Niektórzy uczniowie niechętnie wychodzą podczas przerw na świeże powietrze.
- Nieliczni nauczyciele systematycznie prowadzą przerwy śródlekcyjne.

Celem programu było rozruszać uczniów, „wyciągnąć” ich ze szkoły oraz przekonać do aktywnego spędzania przerw na boisku szkolnym. Ponadto chcieliśmy zachęcić nauczycieli do organizowania ciekawych przerw międzylekcyjnych, w których uczniowie chętnie wezmą udział.

Na ruch przeznaczony jest dodatkowy przedmiot. Pomimo, że uczniowie bardzo lubią zajęcia wychowania fizycznego, rozgrywki sportowe czy dodatkowe treningi, to przerwy najchętniej spędziliby w szkole, coraz częściej z komórką w rękę. Ich sprawność fizyczna z każdym rokiem jest coraz gorsza, a kondycja coraz słabsza.

Z naszych obserwacji jednoznacznie wynikało, że wielu uczniów kryje się w szkole i podaje różnorodne powody, aby nie wyjść na boisko. Aby nasze obserwacje były wiarygodne przeprowadziliśmy ankietę, z której wynika, że na boisko zdecydowanie chętniej wychodzą uczniowie z klas młodszych. Najczęstszym powodem niewychodzenia na przerwy jest zazwyczaj niesprzyjająca pogoda oraz brak atrakcji na boisku.

Dlatego postanowiliśmy przerwy uatrakcyjnić. W tym celu wprowadziliśmy muzykę na przerwach, ćwiczenia z przyborami oraz zaproponowaliśmy uczniom wspólne gry i zabawy. Z jakim skutkiem? Przerwy, na których zaproponowano uczniom dodatkowe atrakcje, są przez uczniów uwielbiane. Dzieciaki na wyciągi wypożyczają sprzęt sportowy. Największym zainteresowaniem cieszą się linki do skakania i piłeczki „Minki”. Dużo uczniów, a szczególnie dziewczynek włącza się do wspólnych zabaw tanecznych. Najchętniej uczniowie bawią się przy „Czekoladzie”, „Belgijce” i „Toka-toka”. Uatrakcyjnione przerwy są realizowane od IX do XI i od IV do VI. Niestety, zimą w dalszym ciągu mamy kłopoty, aby zmobilizować uczniów do wyjścia na świeże powietrze.

Innym problemem są przerwy śródlekcyjne prowadzone przez nauczycieli. Na pewno mniejszym problemem są one w edukacji wczesnoszkolnej, ale w klasach IV-VI, nauczyciele z różnych powodów zbyt rzadko znajdowali czas, aby je przeprowadzić. Celem, który chcieliśmy osiągnąć, była jedna przerwa śródlekcyjna w ciągu dnia. Niestety, są takie dni, że uczniowie nie mają żadnej przerwy śródlekcyjnej. Najczęstsze powody podawane przez nauczycieli to: że nie zawsze starcza czasu, że zapominają, że nie są do nich przekonani, że niektórzy uczniowie po przerwie są tak pobudzeni, że trudno im się wyciszyć i powrócić do pracy. Dlatego propozycją dla rozwiązania problemu pobudzenia uczniów, będzie wprowadzenie wyciszających przerw śródlekcyjnych. To nauczyciel będzie decydował, jaką przerwę przeprowadzić: pobudzającą czy relaksacyjną.

#### **Rok szkolny 2015-16**

Problemy priorytetowe:

- Większość naszych uczniów ma próchnicę zębów.
- Nie wszyscy uczniowie dbają w wystarczający sposób o higienę osobistą.

Celem programu było ograniczenie próchnicy zębów u naszych uczniów oraz wykształcenie nawyku dbania o higienę osobistą.

Problem próchnicy zębów dotyczy wszystkich dzieci. Jest tak trudny, że baliśmy się z nim zmierzyć. Ale szkoła, która ubiega się o certyfikat SPZ nie może usprawiedliwiać się skalą i trudnością problemu. Dlatego podjęliśmy wyzwanie. Nawiązaliśmy współpracę z Uniwersyteckim Centrum Stomatologicznym, w którym stomatolodzy przebadali wszystkich naszych uczniów. Wielu uczniów było zachwyconych pierwszą wizytą w Centrum, dopytywali się, czy jeszcze tam pojedziemy. Czuliśmy również wsparcie rodziców.

Niestety, w drugiej wizycie kontrolnej nie wszyscy uczniowie wzięli udział i dlatego trudno jednoznacznie ocenić, czy przyczyniliśmy się do zmniejszenia skali próchnicy w naszej szkole. Musimy cieszyć się faktem, że wielu uczniów podjęło leczenie stomatologiczne i przywiązuje większą wagę do systematycznego i prawidłowego mycia zębów. Aby odnieść sukces w tym obszarze niezbędna jest nie tylko współpraca szkoły z rodzicami, ale przede wszystkim zaangażowanie się rodziców w edukację zdrowotną swojego dziecka.

Kolejnym problemem z którym chcieliśmy się zmierzyć była higiena osobista ucznia. Aby wiedzieć, na jakie aspekty higieny zwrócić szczególną uwagę przeprowadziliśmy w klasach IV-VI ankietę, w której wzięło udział 122 uczniów. Z badań ankietowych i obserwacji wynikało, że mamy wiele do zrobienia, ponieważ zdecydowana większość uczniów wiedziała, jak dbać o higienę osobistą, ale nie wszyscy przestrzegają zasad higieny w życiu codziennym. Zbyt dużo uczniów nie myje rąk po zabawie ze zwierzęciem, 18 uczniów nie myje rąk po wyjściu z toalety. Tylko 6 uczniów myje włosy, wtedy, kiedy jest taka potrzeba. Pomimo, że 103 rodziców kontroluje włosy pod kątem wszawicy, w naszej szkole problem ten, co jakiś powraca. Z ankiet wynika, że aż 35 uczniów myje swój grzebień dopiero wtedy, kiedy jest brudny. Pociuszającym jest fakt, że 96 uczniów deklaruje codzienną zmianę bielizny osobistej. Jednak obserwacja uczniów nie potwierdza tej deklaracji, ponieważ niektórzy uczniowie są przepoceni, niedomyci, a ich odzież często jest poplamiona, brudna, nieświeża, a zdarza się że podarta. Fakt ten potwierdzają nauczyciele wychowania fizycznego, którzy mają możliwość obserwacji uczniów podczas przebierania się do zajęć, a także pielęgniarka szkolna. Ale pomimo rozbieżności w deklaracjach uczniów a przestrzeganiem higieny w życiu codziennym widzimy efekty naszych 3-letnich działań, np. więcej uczniów nosi chusteczki higieniczne, wszyscy uczniowie wiedzą jak myć ręce czy zęby, zdecydowana większość potrafi wyjaśnić, co się składa na higienę osobistą i dlaczego tak ważne jest jej przestrzeganie. Naszym zadaniem jest przekuć wiedzę na nawyki.

Podsumowując efekty realizacji zadań w ramach programu edukacji zdrowotnej możemy jednoznacznie stwierdzić, że nasi uczniowie wiedzą jak zdrowo się odżywiać, dlaczego powinni spędzać jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu, dlaczego powinni dbać o higienę osobistą. Problemem jest wykształcenie nawyków. Dlatego realizację głównych treści programowych wpisaliśmy do planów wychowawczych wszystkich klas oraz do podstawowych dokumentów obowiązujących w szkole, min. do statutu, do planu pracy szkoły czy misji szkoły.

Z programu edukacji zdrowotnej, który był realizowany w okresie przygotowawczym wybraliśmy działania, które będą kontynuowane przez kolejne lata. Działanie te, mają charakteryzować naszą szkołę, a ich realizacja ma zapewnić, że idee SPZ rozpropagowane w okresie przygotowawczym zawsze będą żywe i cały czas aktualne w codziennej pracy z uczniami i rodzicami.

Do planów wychowawczych wszystkich klas wychowawcy są zobowiązani wpisywać i realizować następujące zagadnienia:

Z obszaru IV: Żywność i żywienie:

1. Przeprowadzanie warsztatów żywieniowych i przygotowywanie „sezonowych śniadań” – jesiennych, zimowych, wiosennych i letnich. W konsumowanych śniadaniach powinny dominować warzywa i owoce sezonowe.
2. Pasowanie na Młodego Ekologa z warsztatami kulinarnymi, podczas których uczniowie przygotowują zdrowe potrawy i przekąski podane w formie stołu szwedzkiego.
3. Podczas festynu szkolnego będą promowane tylko zdrowe potrawy i przekąski.

Z obszaru III: Ruch w życiu człowieka:

1. Kontynuowanie „Roztańczonych przerw” oraz „Przerw z przyborami”.
2. Systematyczne przeprowadzanie przerw śródlekcyjnych.

Z obszaru I: Higiena osobista i otoczenia:

1. Z okazji Światowego Dnia Mycia Rąk – 15 października – organizować zajęcia utrwalające prawidłowe mycie rąk.
2. Z okazji Światowego Dnia Zdrowia Jamy Ustnej – 20 marca – organizować zajęcia utrwalające prawidłowe mycie zębów.
3. Z okazji Światowego Dnia Zdrowia – 7 kwietnia – organizować zajęcia utrwalające nawyki dbania o zdrowie.

## CZĘŚĆ IV

### OPIS PRACY SZKOLNEGO KOORDYNATORA I ZESPOŁU KOORDYNUJĄCEGO (WSPIERAJĄCEGO):

| <b>OPIS PRACY</b>  |   |
|--|---|
| <p><b>SZKOLNY KOORDYNATOR:</b><br/>Grażyna Rydlewska</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• zachęcałam nauczycieli, uczniów i rodziców do pracy w szkolnym zespole SPZ, którym kierowałam przez 3 lata,</li> <li>• organizowałam i prowadziłam spotkania zespołu,</li> <li>• ściśle współpracowałam z Dyrekcją Szkoły oraz Radą Rodziców,</li> <li>• byłam pomysłodawczynią wielu zadań realizowanych w ramach planów działań na poszczególne lata, np. pasowanie na Młodego Ekologa, warsztaty mydlarskie...</li> <li>• organizowałam wykonanie wielu zadań, np. warsztaty żywieniowe prowadzone przez zewnętrzne firmy cateringowe,</li> <li>• koordynowałam i monitorowałam wszystkie zadania realizowane w naszej szkole w okresie przygotowawczym,</li> <li>• przeprowadziłam szkolenia rady pedagogicznej nt. zdrowego odżywiania oraz zasad tworzenia SPZ,</li> <li>• przeprowadziłam wiele pogadarek z rodzicami nt. planowanych i realizowanych zadań,</li> </ul> |

|   |   |
|---|---|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• pozyskiwałam fundusze od Rady Rodziców na realizację niektórych zadań, np. kupno przyborów do przerw międzylekcyjnych,</li> <li>• kontaktowałam się z koordynatorem wojewódzkim w celu uzyskania akceptacji i wskazówek do realizowanych planów działań,</li> <li>• poszerzałam swoją wiedzę nt. zdrowego stylu życia poprzez autodokształcanie, udział w różnorodnych konferencjach, kontakty z nauczycielami z innych szkół,</li> <li>• opracowałam ankiety nt. II śniadania, przerw śródlekcyjnych i międzylekcyjnych oraz higieny osobistej ucznia,</li> <li>• przeprowadziłam badanie ankietowe o klimacie w szkole w I roku okresu przygotowawczego,</li> <li>• gromadziłam dokumentację potwierdzającą realizację zadań, np. wyciągi z protokołów posiedzeń rady pedagogicznej,</li> <li>• wykonałam kilka prezentacji multimedialnych, min. nt. zdrowego odżywiania, zasad tworzenia SPZ..., które były przedstawiane na posiedzeniach rady pedagogicznej, spotkaniach zespołu, zebraniach z rodzicami czy godzinach wychowawczych,</li> <li>• napisałam raporty roczne z okresu przygotowawczego.</li> </ul>  |
| <p><b>CZŁONKOWIE ZESPOŁU KOORDYNUJĄCEGO/ WSPIERAJĄCEGO:</b></p> | <p>Liczba członków zespołu była zmienna. W pierwszym roku okresu przygotowawczego w prace szkolnego zespołu zaangażowały się 4 nauczycielki, 6 rodziców, 5 uczniów oraz pracownik obsługi. Pielęgniarka szkolna brała udział w realizacji niektórych zadań, ale nie była aktywnym członkiem zespołu. Niestety, w zespole zabrakło pedagoga, psychologa i pracownika administracji.</p> <p>Najbardziej aktywnymi członkami zespołu były nauczycielki. To one ciągnęły cały program zapraszając do współpracy innych nauczycieli, rodziców i uczniów. Dziewczyny były tak kreatywne i zorganizowane, że praktycznie mogłybyśmy zrealizować każdy pomysł. Niestety, brak zaangażowania części rodziców i uczniów w realizację wyznaczonego zadania powodował, że osiągnięte efekty były często dalekie od założonych. W całym okresie przygotowawczym współpraca między nami układała się rewelacyjnie, rozumialiśmy się w pół zdania. Bardzo podobnie widzieliśmy realizację programu SPZ w naszej szkole. Staraliśmy się spotykać cyklicznie, ale realizacja niektórych zadań wymuszała dodatkowe zebrania. Wszystkie decyzje podejmowaliśmy zespołowo. Podział zadań staraliśmy się rozdzielić równomiernie.</p> <p>Na przestrzeni 3 lat zawsze mogliśmy liczyć na pomoc kilku rodziców, członków zespołu. Nie tylko angażowali się w wykonanie wielu zadań, ale przede wszystkim byli świetnymi ambasadorami realizowanego programu. Na zebraniach z rodzicami czuliśmy ich wsparcie. Wychodzili z inicjatywą, popierali nasze pomysły, przekonywali i zachęcali innych rodziców do większego zaangażowania się w realizację działań. Wspierali nas mentalnie i finansowo. Nigdy nie zdarzyło się tak, że zlekceważyli naszą prośbę. Współpraca z nimi była wielką przyjemnością. Gdyby więcej było takich rodziców to ...</p> <p>Najczęściej w zespole zmieniali się uczniowie. Zazwyczaj opieraliśmy się na współpracy z najstarszymi dziećmi, uczniami klas V i VI , bo ich możliwości z wielu względów były największe. Kiedy już dużo się nauczyły, niestety, kończyły szkołę. Mamy nadzieję, że idee, jakie im zaszczepiliśmy, nie zapomną w swoim dalszym życiu. Uczniowie, którzy należą do zespołu są dumni z faktu, że siedzą przy jednym stole z nauczycielami i rodzicami, że mogą się wypowiadać na różne tematy, że liczymy się z ich zadaniem, że prosimy ich o opinię. Miło się z nimi współpracuje.</p> <p>Współpracę w ramach zespołu oceniam bardzo pozytywnie. Dodam, że mogliśmy liczyć na wsparcie Dyrektora szkoły, który wyszedł z inicjatywą realizacji programu w naszej szkole oraz Rady Rodziców, z którą spotykaliśmy się kilkakrotnie.</p> |

## CZĘŚĆ V

### OPIS SPOSOBU WSPÓLPRACY SZKOŁY ZE SŁUŻBĄ ZDROWIA:

|  |
|--|
| <p>1. <b>Współpraca z pielęgniarką szkolną</b> – w kolejnych latach projektu, pielęgniarka szkolna podejmowała działania promujące zdrowie zarówno z racji przynależności do szkolnego zespołu SPZ, jak również z wynikających podstawowych jej obowiązków. W roku szkolnym 2013/14 pani pielęgniarka brała udział w działaniach na rzecz promocji racjonalnego odżywiania. Wskazywała uczniom produkty niskokaloryczne i zarazem smaczne. Pomagała uczniom układać zdrowe menu, głosiła prelekcje z zakresu prawidłowego odżywiania oraz zapoznawała uczniów z piramidą żywienia. Uczniowie wykonywali ilustracje, które następnie ozdabiały gabinet pielęgniarki.</p> <p>W kolejnym roku zachęcała uczniów do uprawiania sportu, zwłaszcza na świeżym powietrzu i utrzymania prawidłowej wagi ciała. Działania polegały na rozmowach z uczniami i rodzicami oraz rozdawaniu ulotek informacyjnych.</p> <p>W 3 roku okresu przygotowawczego higienistka aktywnie włączyła się w promocję higieny jamy ustnej przeprowadzając fluoryzację. Wychodziła z uczniami do UCS oraz prowadziła instruktaże i warsztaty dotyczące prawidłowego szczotkowania zębów. Ponadto prowadziła aktywną walkę z wszawicą, która co jakiś czas pojawia się w naszej szkole. Brała też udział w szkoleniach wewnętrznych, jak i zewnętrznych np. Edukacja prozdrowotna rodziców i dzieci jako metoda przeciwdziałania chorobom jamy ustnej” organizowanej przez Uniwersytet Medyczny w Poznaniu i Swiss Contribution. Udział w zajęciach zwięziony został certyfikatem.</p> |
|--|

2. **Współpraca z Uniwersyteckim Centrum Stomatologicznym** – każda klasa dwukrotnie – jesienią i wiosną – udała się z wizytą do UCS, której celem było skontrolowanie jamy ustnej pod kątem próchnicy, wad zgryzu oraz higieny. Oprócz badania kontrolnego oraz możliwości polakerowania zębów studenci prowadzili warsztaty z zakresu prawidłowego szczotkowania, odpowiedniego doboru szczoteczek i past do zębów, chętnie opowiadali o higenie jamy ustnej oraz odpowiadali na liczne pytania dzieci. Prowadzone były też wykłady przez pracowników UCS, po których uczniowie mogli sprawdzić przyrost swojej wiedzy z zakresu higieny jamy ustnej. Dzieci rozwiązywały krzyżówki, wypełniały karty pracy, a młodsze kolorowały obrazki. Oglądały też film edukacyjny oraz śpiewały piosenki o tematyce zdrowotnej. Wizyty bardzo uczniom się podobały. Mamy nadzieję, że od tej pory większości naszym uczniów, spotkanie ze stomatologiem będzie się kojarzyć z pozytywnymi emocjami, a nie z bólem i stresem.
3. **Współpraca ze studentami Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu** - członkowie zespołu szkolnego współpracują ze studentami z Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu. Studenci kierunków medycznych dwukrotnie odwiedzili oddział przedszkolny w ramach ogólnopolskiego projektu " Szpital Pluszowego Misia". Dzieci podczas pogadanki mogły dowiedzieć się jak należy postąpić w razie wypadku, a także w praktyczny sposób zobaczyły pracę szpitala. Maluchy leczyły swoje misie, mogły zobaczyć jak wyglądają proste zabiegi. Celem zajęć było oswojenie dzieci z wizytą w szpitalu. Cała akcja odbywała się w ramach studenckiego wolontariatu. Studenci kierunków stomatologicznych przyjmowali uczniów naszej szkoły w ramach swoich zajęć na oddziale, u których dokonali przeglądu jamy ustnej. Współpraca ze studentami jest przyjemna, należy natomiast pamiętać, że współpracują oni w ramach wolontariatu i to jest ich dobrą wolą. Nie zawsze mają czas na przyście do szkoły w ramach zaproszenia, ponieważ odwiedzają wiele szkół.

## CZĘŚĆ VI

### DOKUMENTACJA Z PRZEBIEGU PRACY SZPZ (wymienić nazwy dokumentów):

1. Karta zgłoszenia szkoły do Wielkopolskiej Sieci SPZ.
2. Program edukacji zdrowotnej.
3. Plan działań szkoły promującej zdrowie – I rok okresu przygotowawczego 2013-14
4. Plan działań szkoły promującej zdrowie – II rok okresu przygotowawczego 2014-15
5. Plan działań szkoły promującej zdrowie – III rok okresu przygotowawczego 2015-16
6. Raport z rocznej działalności szkoły ubiegającej się o przyjęcie do Wielkopolskiej Sieci SPZ. Raport za okres od 02 IX 2013r. do 27 VI 2014r.
7. Raport z rocznej działalności szkoły ubiegającej się o przyjęcie do Wielkopolskiej Sieci SPZ. Raport za okres od 01 IX 2014r. do 26 VI 2015r.
8. Ankieta dla uczniów klas 0-II n/t II śniadania + wyniki ankiety.
9. Ankieta dla uczniów klas III-IV n/t II śniadania + wyniki ankiety.
10. Ankieta dla rodziców n/t II śniadania + wyniki ankiety.
11. Ankieta n/t higieny osobistej dla uczniów klas IV-VI + wyniki ankiet.
12. Certyfikat „Ucznia promującego zdrowe odżywianie”.
13. Wyciągi z protokołów posiedzeń rady pedagogicznej.
14. Kwestionariusz dotyczący aktywności fizycznej dla ucznia w projekcie Brain Breaks + wyniki ankiety.
15. Kwestionariusz dotyczący aktywności fizycznej dla nauczyciela w projekcie Brain Breaks + wyniki ankiety.
16. Kwestionariusz dotyczący aktywności fizycznej – raport miesięczny w projekcie Brain Breaks + wyniki raportu.
17. Regulamin konkursu fotograficznego „Ruch to zdrowie”.
18. Regulamin rodzinnego konkursu pt. „Gra o zdrowie”.
19. Regulamin konkursu fotograficznego – zrób sobie selfie – „Piękny uśmiech”.
20. Regulamin konkursu rzeźbiarskiego „Zdrowy ząbek”
21. Regulamin konkursu na prezentację multimedialną pt. Higiena słuchu”.
22. Regulamin konkursu literackiego pt. „Moja wizyta u dentysty”.
23. Regulamin dyżurów uczniowskich.
24. Plan lekcji z zaznaczonymi godzinami na których odbywają się przerwy śródlekcyjne.
25. Tabela rejestrująca realizację przerw śródlekcyjnych w klasie ... .
26. Projekty szablonów gier na boisko szkolne + regulaminy gier.
27. Karta aktywnego uczestnictwa w festynie szkolnym pt. „Z 10-tką zdrowo i sportowo”.
28. Program festynu szkolnego.
29. Ankieta na festyn szkolny nt. zdrowego stylu życia dla dzieci z klas 0-I.
30. Ankieta na festyn szkolny nt. zdrowego stylu życia dla dzieci z klas II-III.
31. Ankieta na festyn szkolny nt. zdrowego stylu życia dla dzieci z klas IV-VI.
32. Prezentacja multimedialna przedstawiająca realizację działań w I roku okresu przygotowawczego 2013-14.
33. Prezentacja multimedialna przedstawiająca realizację działań w II roku okresu przygotowawczego 2014-15.
34. Prezentacja multimedialna przedstawiająca realizację działań w okresie przygotowawczego.
35. Prezentacja multimedialna o programie SPZ.
36. Prezentacja multimedialna o zdrowym odżywianiu.
37. Prezentacja multimedialna o przerwach śródlekcyjnych i międzylekcyjnych.
38. Prezentacje multimedialne nt. „Higiena słuchu”.
39. Wniosek z „Zdrój wodny”.
40. Lista uczniów i zgoda rodziców na przegląd stomatologiczny.
41. Zapiski/protokoły ze spotkań szkolnego zespołu SPZ.
42. Notatka pielęgniarki szkolnej nt. fluoryzacji i przeglądu czystości głów uczniów.
43. Rysunki uczniów o ruchu.
44. Plakaty z rymowanymi o ruchu.

45. Piramidy żywienia.
46. Modele zębów.
47. Księga wytworów literackich nt. „Moja wizyta u dentysty”.
48. Rodzinne gry planszowe pt. „Gra o zdrowie”.
49. Zdjęcia-selfie „Piękny uśmiech”.
50. Zdjęcia wytworów uczniów, z organizowanych imprez, zajęć, spotkań ...
51. Zakładka SPZ na stronie internetowej szkoły.
52. Filmy z warsztatów żywieniowych.

*Podpis dyrektora:*

*Podpis koordynatora szkolnego:*

.....

.....

*Poznań, dn. 16 maja 2016r.*

**\* Wersję elektroniczną i papierową raportu proszę przesłać do właściwego koordynatora rejonowego oraz umieścić na stronie internetowej szkoły/placówki.  
W przypadku zespołu szkół proszę przesłać raport dla każdego typu szkoły oddzielnie.**