



Realizacja zadań szkoły ubiegającej się
o przyjęcie do Wojewódzkiej Sieci
SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE

Szkoła Podstawowa Nr 10
im. Arkadego Fiedlera
w Poznaniu

Informacje ogólne o szkole



Adres szkoły: 60-125 Poznań, ul. Bosa 9
Liczba uczniów: 278, liczba nauczycieli: 32



Specyfika szkoły

- SP nr 10 jest placówką kameralną, bezpieczną, ale nowocześnie wyposażoną.
- We wszystkich salach lekcyjnych znajdują się tablice interaktywne.
- Od klasy IV prowadzimy klasy ogólne i sportowe – piłka ręczna chłopców i siatkówka dziewczynek.
- Szkoła posiada boisko sportowe, nowoczesną salę gimnastyczną i pracownię komputerową.
- Najmłodsze dzieci mogą korzystać z kolorowego i bezpiecznego placu zabaw.



Oferta szkoły

1. Zapewniamy warunki do nauki i zabawy dzieciom w oddziale przedszkolnym oraz w klasach I-VI.
2. W stołówce możemy zjeść smaczne i zdrowe dwudaniowe obiady.
3. Nasi uczniowie mogą uczyć się dwóch języków obcych.
4. Koło teatralne, plastyczne, wokalne, zespół taneczny – to oferta dla dzieci z duszą artysty, umożliwiającą rozwój zainteresowań.
5. Dla sportowców zajęcia z piłki ręcznej, siatkowej, nożnej, tańca sportowego oraz udział w różnych turniejach.
6. Zimą i latem organizujemy dla uczniów półkolonie.
7. Uczniom klas II – III proponujemy naukę pływania na basenie.
8. Włączamy się w projekty promujące zdrowie i ekologię (*m.in. „Szlanka mleka”, „Owoce w szkole”, „Wiem, co jem”, „Czyste powietrze wokół nas”, „Trzymaj formę”, „Bezpiecznie wiedzieć to i znać”, „ENEA – Akademia Sportu”, „Szkoła promująca zdrowie”, „Bądźmy zdrowi”*) oraz projekty kształtujące postawy patriotyczne.



Sukcesy naszych uczniów z ostatnich lat...

1. Nasi uczniowie są laureatami wielu konkursów:
ogólnopolskich i międzyszkolnych np. pięknego czytania, recytatorskich, matematycznych.
2. Wypracowaliśmy wysoki wynik w Ogólnopolskim Badaniu Umiejętności Trzecioklasistów (OBUT).
3. Odnotowaliśmy wysoki wynik w Diagnozie Umiejętności Matematycznych uczniów klas 5 na poziomie wojewódzkim.
4. Klasy sportowe odnoszą znaczące sukcesy, min.
 - *I miejsce w lidze wojewódzkiej piłki ręcznej chłopców z rocznika 2004 i młodszych – Mistrzostwo Wielkopolski.*
 - *I miejsce w turnieju piłki ręcznej chłopców z rocznika 2004 i młodszych w Jerce.*
 - *I miejsce w turnieju piłki ręcznej o Puchar Braci Jureckich w Kościanie.*
5. Szkoła bierze aktywny udział :
 - *w projektach unijnych, np. „Przyroda w praktyce szkolnej” czy „Akademii Małego Poznaniaka”,*
 - *w projektach edukacyjnych, np. „ENEA” - Akademia Sportu”, „Mistrzowie kodowania”.*
 - *wychowawczych, np. Bezpiecznie, to wiedzieć i znać”,*
 - *profilaktyczno-zdrowotnych, np. „Trzymaj formę”.*
6. Aktywnie współpracujemy ze środowiskiem lokalnym, organizujemy międzyszkolny „Memoriał im. Macieja Zawiei” w piłce siatkowej dziewcząt.
8. Bierzemy udział w różnorodnych w akcjach charytatywnych, np. „Góra grosza”.

Problem priorytetowy w roku
szkolnym 2013/2014:
Nie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie
w szkole.

Podjęte działania:

- ANKIETY - przeprowadziliśmy badania ankietowe i pogadanki wśród uczniów i rodziców n/t II śniadania i zdrowego odżywiania.
- Sezonowe warsztaty śniadaniowe — warsztaty organizujemy 4 razy w roku. Na zajęciach preferujemy warzywa i owoce sezonowe.
- Zorganizowaliśmy profesjonalne warsztaty żywieniowe przeprowadzone przez zewnętrzne firmy cateringowe — PYSZOTY, PYRLANDIĘ.



Problem priorytetowy w roku
szkolnym 2013/2014:
Nie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie
w szkole.

Podjęte działania:

- Na zajęciach muzealnych uczniowie poznawali zasady savoir-vivre.
- Na boisku szkolnym zorganizowaliśmy „zdrowe stoliczki”. Na przekąskę zapraszaliśmy wszystkich uczniów. Smakołyki znikły w mig.
- Na lekcjach przyrody przeprowadziliśmy projekt edukacyjny n/t zdrowego odżywiania.



Problem priorytetowy w roku szkolnym 2013/2014:

Nie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie w szkole.

Podjęte działania:

- Zorganizowaliśmy spotkanie z dietetykiem połączone z przygotowaniem II śniadania.
- W klasach IV zorganizowaliśmy uroczystość pasowania na Młodego Ekologa połączoną z warsztatami żywieniowymi.
- Na festynach szkolnych promowaliśmy zdrowe odżywianie.



Efekty działań podjętych w roku szkolnym 2013/2014

Efekty podjętych działań:

- Prawie wszyscy uczniowie zjadają II śniadanie w szkole.
- Więcej uczniów zjada w szkole pełnowartościowe II śniadanie.
- Zdecydowana większość uczniów i rodziców wie, jak powinno wyglądać pełnowartościowe II śniadanie.

Czy spełnione zostały kryteria sukcesu:

- 95 % uczniów będzie spożywało II śniadanie w szkole – prawie wszyscy spożywają.
- 60 % uczniów będzie zjadało pełnowartościowe II śniadanie – 80 % zjada.
- 75 % uczniów i 85 % rodziców będzie potrafiło przygotować pełnowartościowe II śniadanie – 85 % uczniów i 90 % rodziców – potrafi.



Efekty działań podjętych w roku szkolnym 2013/2014

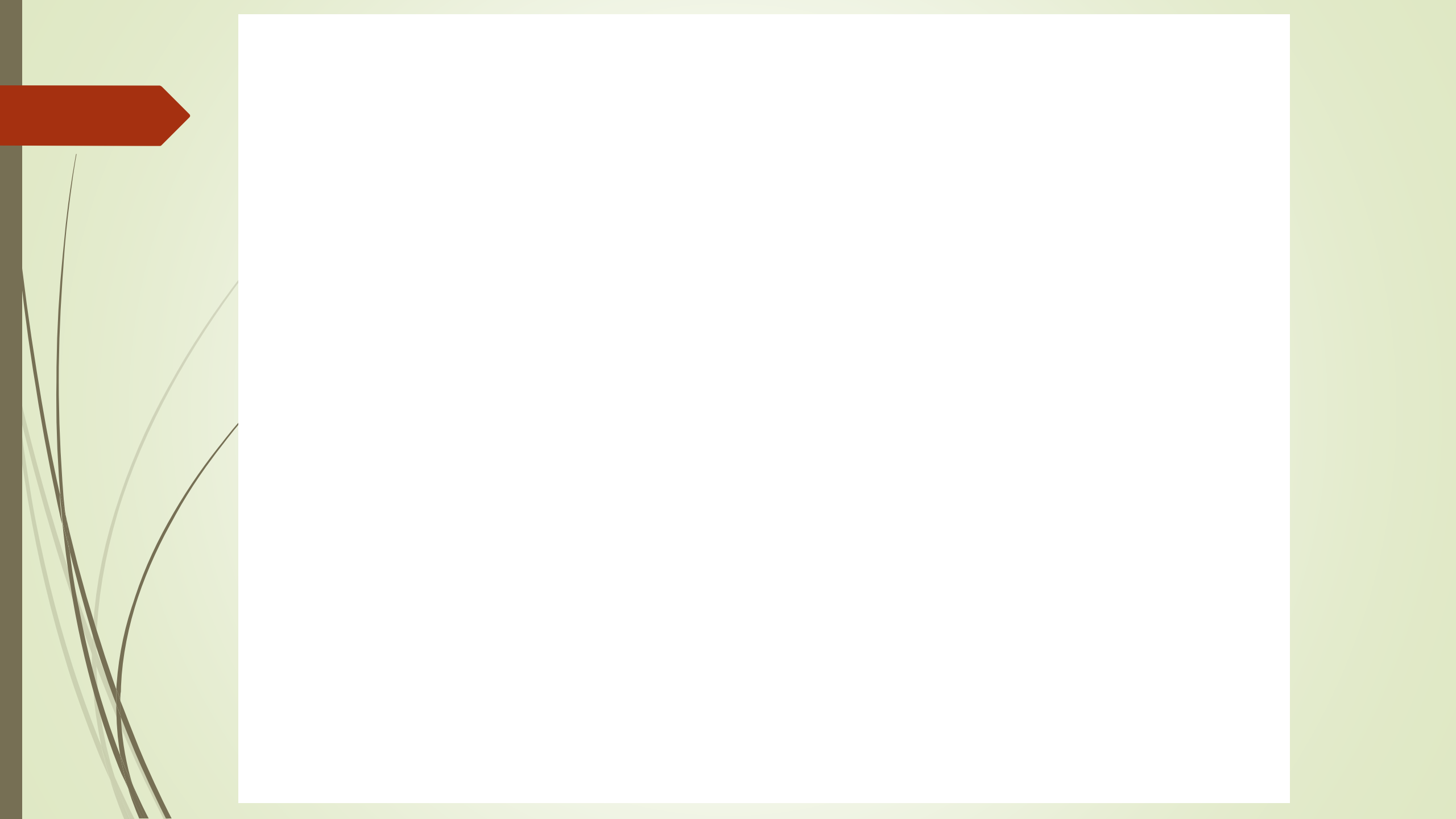
Efekty podjętych działań:

- ◉ Znacznie więcej uczniów pije wodę, a nie napoje kolorowe.
- ◉ Uczniowie częściej spożywają owoce i warzywa.
- ◉ Wzrosła świadomość uczniów i rodziców n/t zdrowego odżywiania.
- ◉ Niektórzy uczniowie zjadając niezdrową przekąskę mają z tego powodu wyrzuty sumienia.



Wnioski z działań podjętych w roku szkolnym 2013/2014

- Uczniowie bardzo lubią sezonowe warsztaty śniadaniowe.
- W dalszym ciągu niektórzy uczniowie zjadają II śniadanie zbyt szybko.
- Dużo dzieci ma kłopoty z przygotowaniem śniadania, ponieważ nie potrafi wykonać prostych czynności, np. rozsmarować masła na chlebie czy pokroić ogórka.
- Wielu uczniów ma kłopoty z utrzymaniem porządku podczas przygotowywania śniadania oraz nie potrafi prawidłowo posegregować odpadów/śmieci.
- Wielu uczniów nie przestrzega zasad savoir-vivre przy stole. Problem ten, najbardziej widoczny jest w restauracjach/jadłodajniach podczas wycieczek szkolnych.
- Bardzo trudno zmienić złe nawyki żywieniowe uczniów wynoszone z domu.







Problemy priorytetowe w roku szkolnym 2014/2015:

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

Podjęte działania:

- ⊙ „Przerwy z przyborami”, które organizowane były zazwyczaj raz w tygodniu. Skakanki, linki, piłki, hula-hopy, „zośki” były dużą atrakcją dla dzieci.
- ⊙ „Roztańczone przerwy”, które prowadzili uczniowie klas VI, przygotowując wcześniej muzykę i własną choreografię.



Problemy priorytetowe w roku szkolnym 2014/2015:

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

Podjęte działania:

- „Przerwy z płasami i rymowankami”, które były organizowane dla oddziału zerowego oraz klas pierwszych.
- „Przerwy z klasą” organizowane raz w miesiącu przez kolejną klasę. Wychowawca ze swoimi uczniami prowadził zabawy na boisku do których zapraszał wszystkich chętnych uczniów.



Problemy priorytetowe w roku szkolnym 2014/2015:

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

Podjęte działania

- Współpraca z AWF w Poznaniu w realizacji międzynarodowego projektu „Brain Breaks”, którego celem była systematyczna realizacja przerw śródlekcyjnych.
- Opracowanie zestawów ćwiczeń dla dzieci przy muzyce do wykorzystania na tablicy multimedialnej.



Problemy priorytetowe w roku szkolnym 2014/2015:

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

Podjęte działania :

- ◉ Zorganizowanie cyklu marszobiegów dla nauczycieli i rodziców.
- ◉ Zorganizowanie konkursu fotograficznego „*Ruch to zdrowie*”.
- ◉ Wykonanie prac plastycznych z rymowankami zachęcającymi do aktywnego spędzania czasu wolnego.
- ◉ Pełnienie dyżurów uczniowskich przez Samorząd Uczniowski podczas długich przerw.
- ◉ Namalowanie szablonów do gier i zabaw chodnikowych.



Efekty działań podjętych w roku szkolnym 2014/2015

Efekty podjętych działań:

- Od IX do XI i od IV do VI w szkole organizowane są „Roztańczone przerwy” i „Przerwy z przyborami”.
- W edukacji wczesnoszkolnej wszyscy nauczyciele organizują przerwy śródlekcyjne. Niestety, w klasach IV-VI, nie wszyscy i nie codziennie.
- Wzrósł poziom zainteresowania uczniów aktywnym spędzaniem czasu wolnego.

Czy spełnione zostały kryteria sukcesu:

- 99% uczniów będzie wychodziło podczas przerw na powietrze – wychodzi 96%**
- 95% nauczycieli będzie prowadziło przerwy śródlekcyjne – prowadzi 75%**



Wnioski z działań podjętych w roku szkolnym 2014/2015

- Zdecydowana większość uczniów chętnie uczestniczyła w przerwach śródlekcyjnych.
- Wszyscy uczniowie podkreślali, że chętniej wychodzą na powietrze kiedy na przerwach coś się dzieje, np. mogą potańczyć, poćwiczyć, 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 marszobiegiach.





Problemy priorytetowe w roku szkolnym 2015/2016:

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

Podjęte działania:

- Nasi uczniowie zostali dwukrotnie (IX i V) przebadani w UCS pod kątem próchnicy, wad zgryzu i higieny jamy ustnej.
- Zorganizowaliśmy 5 konkursów:
 - literacki: „Moja wizyta u stomatologa”,
 - rzeźbiarski: „Zdrowy ząbek”,
 - na selfie: „Piękny uśmiech”.
 - rodzinny: gra planszowa o zdrowiu,
 - na prezentację multimedialną: „Higiena słuchu”



Problemy priorytetowe w roku szkolnym 2015/2016:

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

Podjęte działania:

- Rodzice-pracownice gabinetu ortodontycznego przeprowadziły dla wszystkich uczniów pogadankę n/t prawidłowego mycia zębów.
- Uczniowie z młodszych klas wystawili na apelu szkolnym przedstawienie o higienie jamy ustnej.
- Wychowawcy klas zorganizowali w łazienkach warsztaty mycia zębów.
- Uczniowie młodszych klas brali udział w biblioterapii stomatologicznej.



Problemy priorytetowe w roku szkolnym 2015/2016:

1. Nie wszyscy uczniowie dbają w wystarczający sposób o higienę osobistą.
2. Nie wszyscy uczniowie dbają w wystarczający sposób o higienę osobistą.

Podjęte działania:

- We wszystkich klasach zorganizowaliśmy warsztaty mydlarskie. „Wyprodukowane” mydła uczniowie wręczyli swoim Mamom z okazji ich święta.
- Dziewczynki chłopcom, a chłopcy dziewczynkom przygotowali „Pachnące upominki” z okazji ich świąt.
- Zorganizowaliśmy zbiórkę mydła dla dzieci w Kamerunie.
- W dniu Światowego Dnia Mycia Rąk (15 X) wszyscy uczniowie uczyli się prawidłowo myć ręce.
- Włączyliśmy się w kampanię „Cała Polska Myje Ręce” – efekt – plakaty wywieszone w łazienkach.



Efekty działań podjętych w roku szkolnym 2015/2016

- Większa liczba uczniów 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.

Czy spełnione zostały kryteria sukcesu:

- **75 % uczniów nie będzie miało próchnicy zębów - 40 % nie ma**
- **99 % uczniów będzie dbało o higienę osobistą – dba 95 % uczniów.**



Wnioski z działań podjętych w roku szkolnym 2015/2016

- ◉ Zdecydowana większość uczniów została przebadana w Uniwersyteckim Centrum Stomatologicznym. W przeglądzie wrześniowym wzięło udział więcej (95%) uczniów 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 je w życiu codziennym.



















Informacje na temat innych działań podejmowanych przez szkołę na rzecz zdrowia

1. Zamontowanie w szkole „Zdroju wodnego”.

2. Realizacja programów prozdrowotnych:

- *Super wiewiórka- przyjaciółka Oli i Kuby*
- *Czyste powietrze wokół nas*
- *Moje dziecko idzie do szkoły*
- *Nie pal przy mnie, proszę*
- *Trzymaj formę*
- *Znajdź właściwe rozwiązanie*
- *Bądźmy zdrowi - wiemy, więc działamy*

3. Wycieczki:

- *Nad morze - całodzienny spacer brzegiem morza.*
- *W góry – całodziennie wyjście w góry ,*
- *Rajdy rowerowe.*
- *Spływy kajakowe.*

4. „Mały Wolontariat”- działania na rzecz dzieci hospitalizowanych w poznańskich szpitalach Dom Opieki Społecznej przy ul. Sielskiej w Poznaniu.



Informacje na temat innych działań podejmowanych przez szkołę na rzecz zdrowia

- Fluoryzacja – od lat w naszej szkole przeprowadzane są zabiegi fluoryzacji zębów. Obecnie, tylko 10 rodziców nie wyraziło zgody na udział dziecka w zabiegach.
- Zmieniliśmy firmę cateringową, która serwuje zdrowe i smaczne dwudaniowe obiady. W stołówce można kupić zdrowe kanapki i drożdżówki z pełnoziarnistej mąki.
- Współpracujemy ze studentami Uniwersytetu Medycznego – *Akademia Pluszowego Misia*.



Dziękujemy za uwagę

Autorzy prezentacji:

szkolny koordynator zdrowia – Grażyna Rydlewska

członek szkolnego zespołu SPZ – Sylwia Śliwowska

członek szkolnego zespołu SPZ – Katarzyna Maciejewska

członek szkolnego zespołu SPZ – Magdalena Bąk

członek szkolnego zespołu SPZ – Anna Witelus

członek szkolnego zespołu SPZ – Magdalena Pechorin

