**Szkoła Podstawowa w Młyńcu Pierwszym**

**„SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”**

**ROK SZKOLNY 2020/2021**

Szkoła w Młyńcu Pierwszym jest miejscem wzajemnego samorozwoju, która stwarza warunki rozwoju różnorodnych talentów. Jest kameralną, wiejską szkołą, bezpieczną i przyjazną dziecku, dającą solidne podstawy do dalszej nauki, pielęgnujemy w niej podstawowe i ponadczasowe wartości. Obecnie uczęszcza do niej 101 uczniów z klas I - III. Szkoła silnie współpracuje ze środowiskiem lokalnym. Wszyscy uczący w niej nauczyciele są zaangażowani w działania wychowawczo – profilaktyczne. Każdego z nich cechuje kreatywność, otwartość na drugiego człowieka, umiejętność współpracy, chęć dokształcania. W naszej szkole pielęgnujemy podstawowe i ponadczasowe wartości – wykorzystanie dziedzictwa kulturowego. Zależy nam na dobru naszych uczniów, pragniemy by dzieci rozwijały się zdrowo, świadomie potrafiły dokonywać wyborów, aby spełniały swoje marzenia oraz rozwijały swoje pasje. Zdajemy sobie sprawę, że zdrowy styl życia jest bardzo ważny do osiągniecia pełni szczęścia i rozwoju, a szkoła jest miejscem, wspierania rozwoju uczniów na różnych płaszczyznach. W roku 2018 przeprowadzono w naszej szkole termomodernizację budynku w systemach ogrzewania oraz wentylacji.

**Głównym celem Szkoły Promującej Zdrowie jest zdrowy styl życia społeczności szkolnej i lokalnej**

Aby to osiągnąć będziemy m.in.:

* zachęcać do zdrowego stylu życia oraz stwarzać uczniom i pracownikom realne i atrakcyjne możliwości dokonywania zdrowych wyborów,
* umożliwiać uczniom rozwój ich potencjału fizycznego, psychicznego i społecznego oraz wzmacniać w nich poczucie własnej wartości,
* zapewniać sprzyjające zdrowiu środowisko do pracy i nauki,
* włączać edukację zdrowotną uczniów do programu nauczania szkoły z wykorzystaniem aktywizujących metod nauczania,
* wyposażać uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia oraz tworzenia zdrowego i bezpiecznego środowiska fizycznego,
* włączać do działań szkoły służbę zdrowia, zwłaszcza do edukacji zdrowotnej

**Szkołę promującą zdrowie tworzą i uczestniczą w jej tworzeniu :**

* uczniowie;
* nauczyciele;
* rodzice;
* inni pracownicy szkoły;
* osoby ze społeczności lokalnej;
* zapraszani specjaliści.

**HARMONOGRAM DZIAŁAŃ W ZAKRESIE REALIZACJI PROGRAMU**

**”SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”**

**NA ROK SZKOLNY 2020/2021**

**PRIORYTET: Promowanie zdrowego stylu życia - rozwijanie zainteresowań uczniów.**

*Obszar działania: Promocja zdrowia i zachowań prozdrowotnych*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Zadanie | Forma realizacji | Osoby odpowiedzialne | termin |
| 1. | Opracowanie harmonogramu na rok  szkolny 2020/2021 | - opracowanie planu działań, analiza ankiet po pierwszym roku  - konsultacje z nauczycielami i uczniami,  - zatwierdzenie planu do realizacji, | Wychowawcy klas,  Pedagog,  Nauczyciel przyrody, biologii | wrzesień/ listopad |
| 2. | Przekazanie uczniom  i ich rodzicom założeń i zaplanowanych działań „Szkoły  Promującej Zdrowie” na rok 2020/2021 | - poinformowanie uczniów oraz rodziców o zakładce " Szkoły Promującej Zdrowie" na stronie Internetowej szkoły  - przekazanie informacji uczniom i rodzicom o kontynuowaniu programu oraz o głównych założeniach i planowanych zadaniach na rok szkolny 2020/2021 ( odnotowanie daty przekazania w dzienniku lub innym dokumnecie)  - aktualizowanie na bieżąco informacji na stronie internetowej szkoły ze realizowanych działaniach ( fotorelacje) | Wychowawcy,  wychowawcy, nauczyciele, pedagog | grudzień  cały rok |
| 3. | Ochrona środowiska | - lekcje z wychowawcą na temat ochrony środowiska , lekcje przyrody,  - Akcja promująca zachowania proekologiczne ( zdjęcie lub rymowanaka przedstawiające dbanie o środowsko w domu)  **" Moja rodzina dba o środowisko”** | Wychowawcy, nauczyciel przyrody, biologii  Pedagog, wychowawcy | Styczeń/luty  luty |
| 4. | Współpraca z Policją | - zajęcia on line z dzielnicowym  - spotkanie z Policją ( Bezpieczne Wakacje) | zaproszeni goście | styczeń  maj |
| 5. | Profilaktyka zdrowotna | - przegląd uzębienia uczniów przez stomatologa, fluoryzacja  - bilans BMI - lekcje wychowania fizycznego  - spotkanie z dietetykiem( fotorelacja)  - gazetki/ plakty w klasach na temat zasad zdrowego stylu życia (fotorelacja)  - lekcje w klasie VII:  Aktywność fizyczna ,a zdrowie człowieka  Choroby skóry oraz zasady ich profilaktyki  Zasady prawidłowego żywienia  Skutki niewłaściwego odżywiania  Choroby ukł. pokarmowego oraz zasady ich profilaktyki  Wpływ aktywności fizycznej na ukł. krążenia  Choroby ukł. wydalniczego oraz zasady ich profilaktyki  Choroby przenoszone drogą płciową oraz zasady ich profilaktyki.  Choroby zakaźne  Choroby nowotworowe  Substancje psychoaktywne w życiu człowieka  - lecje on line " Palenie papierosów- wpływ na organizm człowieka?"  (kl. V, VI, VII)  - lekcje on lin " " Dopalacze- co o nich wiemy?"kl. VII, VIII  - dzień „Poniedziałek – pijemy napoje bez cukru” wśród uczniów, nauczycieli oraz pracowników szkoły | Zaproszeni specjaliści  n-l W-F  Zaproszeni specjaliści  Wychowawcy  n-l biologii  pedagog  pedagog  wychowawcy, nauczyciele, pedagog | cały rok  II półrocze  kwiecień/maj  cały rok  2 październik  15 wrzesień  30 październik  3 listopad  6 listopad  27 listopad  Luty  Kwiecień  Maj  Czerwiec  czerwiec    grudzień,styczeń  styczeń  cały rok |
| 6. | Pielęgnowanie tradycji | Opowieść Wigilijna on line  Fotorelacje uczniów - „ Tradycje w mojej rodzinie”  Klasowe Pieczenie pierników | nauczyciel j .polskiego, SU  wychowawcy | Grudzień  Grudzień |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 7.  8. | Promowanie zdrowego stylu życia  Światowy Dzień Walki z Otyłością  obchodzony 1 marca | - zajęcia z wychowawcą na temat zdrowego odżywiania, (zdrowa kanapka, surówka)  - lekcje on-line z pedagogiem w klasie VII, VIII na temat zaburzeń odżywiania  - zachęcanie uczniów do przynoszenia na drugie śniadanie warzyw i owoców (zwrócenie uwagi na ilość spożywanych cukrów i tłuszczów w jedzeniu)  - zorganizowanie dnia bez słodyczy w szkole,  " Piątek - Dzień zdrowej przekąski"  - zakupienie dzbanka z filtrem do wody do korzystania przez uczniów  - zorganizowanie i pielęgnowanie szkolnego warzywnika na terenie szkoły,  - przerwy międzylekcyjne spędzane na zabawach ruchowych, na świeżym powietrzu ( gra w piłkę, ćwiczenia relaksacyjne)  - udział w programie „ owoce i warzywa” w szkole  - przegląd uzębienia u dzieci, omówienie higieny jamy ustnej  - profilaktyka antynikotynowa „Dzień bez papierosa”( zajęcia on line w klasach 4-8)  - Jem zdrowo, kolorowo - projekt książki kucharskiej kl. V  - gazetka ścienna/ prezentacja multimedialna przygotowana przez SU na temat zdrowego odżywiania  - lekcje wychowawcze na temat zasad prawidłowego żywienia  - konkurs szkolny ( " Mój autorski przepis na zdrowy obiad"- fotografia i przepis | Wychowawcy, n-l WDŻ  pedagog  wychowawcy, nauczyciele  wychowawcy  dyrektor  wychowawcy klas I - III  wychowawcy,  n – l w - F  wychowawcy  stomatolog  pedagog  p. B. Pastwa  SU/ pedagog  wychowawcy  pedagog, n-l biologii | **Listopad /Grudzień**    grudzień/styczeń  Cały rok  Cały rok  styczeń  Maj  cały rok  Cały rok  cały rok  listopad /grudzień  grudzień  marzec  marzec/kwiecień  marzec/kwiecień |

*Obszar działania: Wspieranie rozwoju psychospołecznego uczniów*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 9. | Rozwijanie zainteresowań uczniów | - konkursy:  „ Pokaz Talentów”  - „ Edukacja przez szachy”  - zajęcia teatralne  - warsztaty decupage  - zajęcia sportowe | Pedagog  Dyrektor  Pedagog, n-l j. polskiego  pedagog  n –l WF | Maj  Cały rok  Marzec  Kwiecień – maj  Cały rok |
| 10. | Współpraca z rodzicami | - spotkania w ramach wspierania rodziców w wyplenianiu funkcji wychowawczych  - ankieta wśród rodziców badająca potrzeby rodziców  - udział rodziców w życiu klasy i szkoły ( imprezy i uroczystości szkolone) | Pedagog, wychowawcy  Pedagog, wychowawcy  - wychowawcy | Cały rok  Marzec  Cały rok |

*Obszar działania: Promocja aktywności fizycznej i higieny zdrowia psychicznego.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 11. | Nasze zdrowie psychiczne | Dzień Odpoczynku dla Zszarganych  Nerwów;  obchody „Światowego Dnia Życzliwości”  „ Dzień życzliwości” 13 stego każdego miesiąca  - słuchanie muzyki klasycznej na wybranych lekcjach  - „Śniadanie na trawie” ( zdrowe przekąski, zabawy sportowe)  - zajęcia w klasach 7- 8 ” Depresja jak sobie radzić?”  - projekcja filmu dla nauczycieli „ Wielu z nas ma swojego czarnego psa”  - przygotowanie ulotki dla rodziców  Szkolenie dla nauczycieli na temat „Wypalania zawodowego” | Pedagog,  Samorząd Uczniowski.  Wychowawcy,  Pedagog , SU  Nauczyciele, wychowawcy  Pedagog, Samorząd Uczniowski, wychowawcy, Rada Rodziców  Zaproszony specjalista/ pedagog  Pedagog  Pedagog, p. D. Kowalska  Zaproszony specjalista | 21 listopad  Styczeń - czerwiec  cały rok  cały rok  Maj  II pólrocze  Marzec  Marzec/kwiecień  Zgodnie z harmonogramem WDN |
| 12. | Cyberprzemoc (Dzień Bezpiecznego Internetu) | - udział w akcji #jestnaswiecej, prezentacja multimedialna dotycząca reagowania na cyberprzemoc, nakręcenie filmiku z udziałem uczniów, zawieszenie na terenie szkoły kart informacyjnych na temat cyberbezpieczeństwa  - Szkolny tydzień bezpieczeństwa w Internecie  (zabawa z kodami QR, przygotowanie klasowych plakatów związanych z tematyką bezpieczeństwa w Internecie)  - informacja dla rodziców wysłana drogę elektroniczną (Zagrożenia w Internecie, jak na nie reagować?) | Pedagog, Samorząd Uczniowski, wychowawcy  D. Ratkowska, B. Pastwa  pedagog | luty  Luty/marzec  Maj |
| 13. | Ruch w szkole | - zajęcia wychowania fizycznego na świeżym powietrzu,  - lekcje w plenerze (altanie szkolnej),  - zawody sportowe  turniej piłki nożnej  - wyjścia na spacery, sanki, lekcje w plenerze  - wycieczka rowerowa po okolicy Młyńca | p. Ż. Kozioziemska  nauczyciele, wychowawcy  p. Ż. Kozioziemska  n l - WF  wychowawcy, nauczyciel wf  pedagog,  wychowawcy kl. VI, VII, VIII | Cały rok  Maj -czerwiec  Cały rok  II półrocze  Cały rok  Maj |

Sporządziła: Lucyna Wiktorska – Wnuk