

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

PROGRAM SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE NA LATA 2016 – 2020

**SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 W JAWORZNIE
IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA**

„Zdrowie to podstawa, wszelkiego szczęścia”

**Zatwierdzony uchwałą Rady Pedagogicznej w dniu
Po pozytywnym zaopiniowaniu przez Radę Rodziców w dniu**

AUTORZY: Szkolny koordynator SzPZ - Agnieszka Liszka
i członkowie szkolnego zespołu ds.
promocji zdrowia

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

Szkoła Podstawowa nr 16 w Jaworznie znajduje się w śródmieściu w centrum osiedla blokowego. W rejonie szkoły mieści się blok socjalny. W placówce obecnie pracuje 50 nauczycieli posiadających wykształcenie wyższe magisterskie z przygotowaniem pedagogicznym. Do szkoły uczęszcza 401 uczniów, w tym 212 to uczniowie kl I-III.

Szkoła prowadzi także zajęcia pozalekcyjne na dwóch oddziałach szpitalnych pediatrii i chirurgii dziecięcej.

Od początku istnienia placówki, czyli od 45 lat, funkcjonują klasy sportowe, do których uczęszczają uczniowie od IV klasy. Położenie szkoły pozwala na to, aby zajęcia wf w klasach sportowych prowadzone były w hali sportowej MCKiS. Ponadto uczniowie klas sportowych biorą udział w zajęciach na basenie. Dzieci zakwalifikowane do grup dyspenseryjnych z klas I – III mają możliwość uczestnictwa w dodatkowych zajęciach zdrowotno – ruchowych.

BAZA SZKOŁY:

1. Baza sportowa :

- sala gimnastyczna,
- salka do gimnastyki korekcyjnej,
- boisko do piłki ręcznej, koszykówki, siatkówki, bieżnia 60 m oraz skocznia do skoku w dal, (wszystkie te obiekty mają nawierzchnie poliuretanową).

2. Dwie świetlice: jedna dla najmłodszych uczniów z klas I – II, a druga dla starszych uczniów.

3. Stołówka.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

4. 13 sal lekcyjnych.
5. Biblioteka.
6. Sala komputerowa
7. Gabinet pedagoga.
8. Gabinet logopedy.
9. Gabinet do zajęć korekcyjno- kompensacyjnych.
10. Dwie salki do zajęć indywidualnych.
11. Gabinet pielęgniarki szkolnej.

Szkoła Podstawowa nr 16 w Jaworznie w 2008 roku przystąpiła do projektu Śląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie, po wcześniejszym rocznym okresie przygotowań. W roku 2012 został szkole przyznany Certyfikat Śląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie na okres 3 lat. Długofalowe działania podejmowane wśród społeczności szkolnej promujące zdrowie poprzez aktywność fizyczną, odżywianie, higienę i profilaktykę, zostały uznane i docenione przez Kapitułę Polskiego Certyfikatu SzPZ. 18 grudnia 2015r. Szkoła Podstawowa nr 16 w Jaworznie otrzymała Krajowy Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie na okres 5 lat, jako jedyna dotychczas placówka oświatowa w naszym mieście.

W roku 2015 szkolny zespół ds. promocji zdrowia dokonał autoewaluacji swoich działań w zakresie standardów SzPZ, a jej wyniki zostały zaprezentowane publicznie ze wskazaniem sukcesów oraz problemów wymagających rozwiązania. Na podstawie

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

przeprowadzonych badań ewaluacyjnych określono cel priorytetowy, do zrealizowania którego opracowano poniższy program działań SzPZ na lata 2016 – 2020. Program ten zakłada osiągnięcie wyznaczonego celu, dzięki kontynuacji działań promujących zdrowie poprzez aktywność fizyczną, odżywianie, higienę i profilaktykę.

CEL: Zwiększyć wpływ uczniów i rodziców na realizowane treści i stworzyć wychowankom więcej możliwości do wymiany doświadczeń, aby stali się aktywnymi uczestnikami realizacji zdrowotnej. Bardziej zaangażować rodziców w działania z zakresu promocji zdrowia.

Lp.	MODUŁ	TREŚCI	PROCEDURY	EFEKTY	EWALUACJA
I	Promocja zdrowia poprzez aktywność fizyczną.	1. Organizacja różnych form turystyki i rekreacji dla społeczności szkolnej.	<ul style="list-style-type: none"> • Udział uczniów, ich rodziców i nauczycieli w sobotnich rajdach pieszych i górskich, w kilkudniowym rajdzie górskim „Spełnione Marzenia” – zorg. przez PTTK oraz w klasowych wycieczkach krajoznawczo – turystycznych . • Wiosenny Rajd Szkoły. • Wyjścia z uczniami na zajęcia terenowe z przyrody 	<ul style="list-style-type: none"> • Aktywne spędzanie wolnego czasu. • Zdobywanie pieszych i górskich odznak PTTK. • Udział w corocznym konkursie „Góry nasze góry” organizowanym przez PTTK Oddział Jaworzno. • Poznanie środowiska przyrodniczego okolic Jaworzna i kształtowanie postaw proekologicznych. 	<ul style="list-style-type: none"> • Weryfikacja uczniowskich książeczek PTTK. • Listy rajdowe. • Dokumentacja wycieczek. • Zapisy w dziennikach lekcyjnych. • Fotorelacje na stronie internetowej szkoły.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

		<p>i wychowania fizycznego do Ośrodka Edukacji Ekologiczno – Geologicznej GEOSFERA w Jaworznie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wyjazdy na narty i do aqua parku. 	<ul style="list-style-type: none"> • Podniesienie kondycji fizycznej. • Integracja społeczności szkolnej. 	
	<p>2. Podnoszenie kondycji fizycznej i dbałość o prawidłową sylwetkę ciała poprzez korzystanie z różnorodnych zajęć sportowych oferowanych przez szkołę.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lekcje pływania na basenie dla klas sportowych. • Dodatkowe zajęcia zdrowotno – ruchowe dla uczniów z klas I – III przeciwdziałające wadom postawy. • Treningi siatkarskie w ramach UKS „Jedynka”. • Zajęcia sportowe w ramach SKS. • Sekcja aerobiku. • Sportowa przerwa (tenis stołowy, gry i zabawy, aerobik, rekreacja na boisku szkolnym). • Karnety na basen lub do SPA dla pracowników szkoły. • Festyn środowiskowy sportowo-profilaktyczny „ Z miłości do sprawności”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kształtowanie nawyków aktywnego spędzania czasu i dbałości o kondycję fizyczną wśród społeczności szkolnej. • Postęp w usprawnianiu fizycznym uczniów. • Podniesienie umiejętności siatkarskich i pływackich uczniów. • Integracja społeczności szkolnej. • Współdziałanie w zespole zgodnie z zasadą fair play. • Pokonywanie własnych słabości i pokazanie swoich mocnych stron w rywalizacji sportowej. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raport nauczycieli prowadzących zajęcia na basenie dotyczący umiejętności pływackich uczniów. • Test prawidłowej postawy. • Wyniki międzyszkolnych zawodów sportowych. • Wyniki testu Zuchory wśród uczniów klas IV – VI. • Zestawienie wyników rywalizacji sportowych.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

			<ul style="list-style-type: none"> • Rodzinny Turniej Tenisa Stołowego o Puchar Dyrektora SP 16 w Jaworznie. • Szkolny Dzień Sportu. 		<ul style="list-style-type: none"> • Fotorelacje na stronie internetowej szkoły.
II	Promocja zdrowia poprzez odżywianie.	1. Propagowanie wśród społeczności szkolnej i lokalnej zdrowych nawyków żywieniowych.	<ul style="list-style-type: none"> • Udział w programach żywieniowych: „Mleko w szkole” (uczniowie z klas I – VI) i „Owoce i warzywa w szkole” (uczniowie z klas I – III). • Udział uczniów w warsztatach kulinarnych. • Organizacja fit – bufetu podczas imprezy środowiskowej „Z miłości do sprawności”. • Udział w programach i akcjach ogólnopolskich dotyczących zdrowego odżywiania (np. „Zdrowo jem – więcej wiem”, „Śniadanie daje moc”). • Propagowanie spożywania drugiego śniadania (15 min. przerwa śniadaniowa 	<ul style="list-style-type: none"> • Uczeń kilka razy w tygodniu pije 0,25l mleka i spożywa świeże owoce lub warzywa. • Uzyskanie wiedzy na temat racjonalnej, zdrowej diety. • Kształtowanie świadomości o konieczności zdrowego odżywiania się w celu zapobiegania wielu groźnym chorobom. • Spożywanie II śniadań i obiadów w stołówce szkolnej. 	<ul style="list-style-type: none"> • Listy uczniów biorących udział w programach i w warsztatach. • Fotorelacje z podjętych działań na stronie internetowej szkoły. • Listy osób korzystających z posiłków w stołówce szkolnej.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

			<p>w klasach, pogadanki na temat roli II śniadania dla zdrowia człowieka).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Możliwość wykupienia zdrowych i odpowiednio zbilansowanych posiłków w stołówce szkolnej. 		
		2. Wpajanie społeczności szkolnej nawyku picia wody.	<ul style="list-style-type: none"> • Udostępnienie wody pitnej. • Przystąpienie do konkursów wiedzy, programów i innowacji pedagogicznej dotyczących pozytywnego wpływu wody na organizm. 	<ul style="list-style-type: none"> • Każdy członek społeczności szkolnej ma dostęp do wody pitnej. • Kształtowanie nawyku picia wody zamiast słodkich napojów. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ankieta na temat dostępności wody pitnej w szkole. • Fotorelacje z podjętych działań na stronie internetowej szkoły.
		3. Kulturalne spożywanie posiłków.	<ul style="list-style-type: none"> • Wprowadzenie w stołówce szkolnej punktacji za należyte spożycie posiłku i kulturalne zachowanie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Umożliwienie rodzicom bieżącego monitorowania zjadanych przez ich dzieci posiłków i zachowania się ich przy stole. • Uczeń potrafi czysto, spokojnie i kulturalnie spożywać posiłki. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dokumentacja fotograficzna prac plastycznych wykonanych ze zdobytych kolorowych kuponów punktowych.
III	Promocja zdrowia poprzez higienę.	1. Higiena jamy ustnej.	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanka higienistki szkolnej nt. prawidłowego czyszczenia zębów. • Udział uczniów w programie 	<ul style="list-style-type: none"> • Uczeń potrafi prawidłowo czyścić zęby i dba o higienę jamy ustnej. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dokumentacja pielęgniarki szkolnej

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

		fluoryzacji zębów.		
	2. Higiena skóry głowy.	<ul style="list-style-type: none"> Okresowe kontrole czystości skóry głowy uczniów oraz rozmowy indywidualne z rodzicami na temat leczenia i profilaktyki wszawicy. Udział uczniów w spotkaniach z fryzjerką. 	<ul style="list-style-type: none"> Uczeń dba o czystość skóry głowy i estetyczną fryzurę. Uczeń potrafi dobrać odpowiednie kosmetyki pielęgnacyjne do rodzaju swoich włosów. Uczeń wie, jakie są choroby skóry głowy i jak zachować higienę włosów. 	<ul style="list-style-type: none"> Dokumentacja pielęgniarki szkolnej. Fotorelacja ze spotkań uczniów z fryzjerką na stronie internetowej szkoły.
	3. Higiena okresu dojrzewania.	<ul style="list-style-type: none"> Lekcje przyrody w klasie IV i WDR w klasie V i VI na temat higieny okresu dojrzewania. Udział dziewcząt z klas VI w programie „Między nami kobietkami”. 	<ul style="list-style-type: none"> Uczeń nosi odpowiedni strój na zajęcia wf i zmienia go po wysiłku fizycznym. Uczeń zna fizjologię okresu dojrzewania i związane z nim zasady utrzymania higieny osobistej. 	<ul style="list-style-type: none"> Zapisy w dzienniku lekcyjnym w przypadku braku zmiennego stroju na wf. Dokumentacja pielęgniarki szkolnej.
	4. Higiena rąk.	<ul style="list-style-type: none"> Udział w corocznej akcji „Dzień czystych rąk” 	<ul style="list-style-type: none"> Uczeń pamięta o umyciu rąk po wyjściu z toalety i przed każdym posiłkiem. 	<ul style="list-style-type: none"> Fotorelacje z przeprowadzonej akcji na stronie internetowej szkoły.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

					<ul style="list-style-type: none"> Ankieta dotycząca zachowania czystości rąk przez uczniów.
		5. Troska o czystość środowiska naturalnego.	<ul style="list-style-type: none"> Włączenie się społeczności szkolnej i lokalnej w cykliczną zbiórkę elektrośmieci w ramach w Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Moje miasto bez elektrośmieci” 	<ul style="list-style-type: none"> Kształtowanie postaw proekologicznych. 	<ul style="list-style-type: none"> Relacje na stronie internetowej szkoły i sprawozdanie SzPZ
IV	Promowanie zdrowia poprzez realizację programów profilaktycznych.	1. Profilaktyka uzależnień.	<ul style="list-style-type: none"> Działalność Teatrzyku Profilaktycznego „Kropka”. Udział w ogólnopolskich i lokalnych akcjach, kampaniach i konkursach profilaktycznych. 	<ul style="list-style-type: none"> Uczeń wie, jakie są zdrowotne konsekwencje stosowania używek. Uczeń prezentuje postawę asertywną odnośnie stosowania używek. 	<ul style="list-style-type: none"> Sprawozdania z realizacji programu profilaktycznego i SzPZ.
		2. Profilaktyka zdrowotna.	<ul style="list-style-type: none"> Udział w kampanii profilaktyki cukrzycy pt. „Zdrowie pod kontrolą”. Udział w akcji profilaktyczno - edukacyjnej „Szkoła Zdrowego Widzenia” zorganizowanej przez Specjalistyczną Poradnię Okulistyczną OKULUS PLUS w Jaworznie. 	<ul style="list-style-type: none"> Kierowanie dzieci z podejrzeniem choroby lub z czynnikiem ryzyka do specjalisty. Wykonanie bezpłatnych badań przesiewowych wzroku u dzieci 6-7 letnich. Uczeń wie, jak udzielić 	<ul style="list-style-type: none"> Dokumentacja pielęgniarki szkolnej.

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNIE

		<ul style="list-style-type: none"> Szkolenie uczniów dotyczące udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej i zachowania się w sytuacjach zagrażających bezpieczeństwu (wdrożenie innowacji pedagogicznej pt. „ABC bezpieczeństwa i pierwszej pomocy”. 	<p>pierwszej pomocy przedmedycznej i jak zachować się w sytuacjach zagrażających zdrowiu i życiu.</p>	
	3. Przeciwdziałanie agresji.	<ul style="list-style-type: none"> Stosowanie technik relaksacyjnych w świetlicy szkolnej i podczas zajęć. Rozwijanie talentów i zainteresowań uczniów w ramach zajęć w „świetlicy profilaktycznej”. Przeprowadzenie zajęć dla uczniów przez pracowników OIK z zakresu profilaktyki przemocy. Udział uczniów w akcjach charytatywnych (zbiórka karmy, słodczy dla Domu Dziecka, współpraca z Hospicjum i Caritas) Organizacja warsztatów dla uczniów i prelekcji dla ich rodziców dotyczących 	<ul style="list-style-type: none"> Uczeń wie, jak radzić sobie ze stresem. Uczeń potrafi zastosować techniki relaksacyjne w celu wyciszenia swoich negatywnych emocji. Wystawa prac uczniów powstałych w ramach zajęć w „świetlicy profilaktycznej”. Zwiększenie wrażliwości uczniów na potrzeby drugiego człowieka. Uczeń w szkole czuje się bezpiecznie. 	<ul style="list-style-type: none"> Sprawozdanie z realizacji programu profilaktycznego i SzPZ. Sprawozdanie z działalności SU. Ankieta dla uczniów dotycząca poczucia bezpieczeństwa w szkole.

			przeciwdziałaniu agresji.		
--	--	--	---------------------------	--	--

Corocznie w czerwcu szkolny zespół do spraw promocji zdrowia opracuje sprawozdanie z realizacji planu działań w ramach programu SzPZ za dany rok szkolny z uwzględnieniem wyników przeprowadzonych badań ankietowych i testów. Wnioski ze sprawozdania posłużą do opracowania planu działań na nowy rok szkolny, ze szczególnym zaznaczeniem obszarów wymagających poprawy.

Po zakończeniu programu zostanie przeprowadzona **autoewaluacja w zakresie nowych standardów SzPZ** (obowiązujących od 1 stycznia 2016r.):

1. Koncepcja pracy szkoły, jej struktura i organizacja sprzyjają uczestnictwu społeczności szkolnej w realizacji działań w zakresie promocji zdrowia oraz skuteczności i długofalowości tych działań.
2. Klimat społeczny szkoły sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów.
3. Szkoła realizuje edukację zdrowotną i program profilaktyki dla uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz dąży do poprawy skuteczności działań w tym zakresie.
4. Warunki oraz organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz współpracy z rodzicami.

Autoewaluacja zostanie przeprowadzona według metod, technik i narzędzi badawczych obowiązujących w SzPZ.

BIBLIOGRAFIA

Wojnarowska B. oprac. zbiorowe „Autoewaluacja w szkole promującej zdrowie. Metody i narzędzia”, Warszawa, czerwiec 2015

Wojnarowska B. praca zbiorowa „Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów szkół i nauczycieli”, Warszawa 2011

Wojnarowska B. i Sokołowska M. „Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole” - zeszyt 10 (Koncepcja i zasady tworzenia szkoły promującej zdrowie), Warszawa 2006

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 16 IM. KONSTYTUCJI 3 MAJA W JAWORZNI