*Załącznik nr 2*

**RAPORT PODSUMOWUJĄCY STARANIA**

**SZKOŁY/PLACÓWKI UBIEGAJĄCEJ SIĘ O CERTYFIKAT WOJEWÓDZKI ***

**INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:**

| | | |
|---|---|---|
| Nazwa szkoły/placówki: | Szkoła Podstawowa nr 15 im. 4 Dywizji Piechoty Wojska Polskiego | |
| Adres: | ul. Lisia 37, 65-093 Zielona Góra | |
| Telefon: 68 453 17 77 | E-mail: sp15zgora@gmail.com | Strona www: http:// www.sp15.zgora.pl |
| Imię i nazwisko dyrektora szkoły/placówki | mgr Ewa Abrasowicz | |
| Imię i nazwisko szkolnego koordynatora ds. promocji zdrowia | mgr Aneta Fórmaniak | |
| Szkoła: (właściwe podkreślić) | • Ubiega się o certyfikat wojewódzki<br>• Ubiega się o wznowienie certyfikatu wojewódzkiego | |
| Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu | • Nauczyciele: A. Fórmaniak, A. Pasek, J. Grzybek, J. Piechowiak, D. Czyż, M. Nowak, Ł. Knap<br>• Rodzice: Rada Rodziców<br>• Uczniowie: Samorząd Uczniowski<br>• Pracownicy niepedagogiczni: Agnieszka Sałacińska-Niedbalska, Ewa Żuberek, Grażyna Gavrilović, Monika Legutko<br>• Inne osoby: Robert Ratajczak | |
| Data przystąpienia szkoły/placówki do Lubuskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie | Rok szkolny 1996/1997 | |
| Data nadania ostatniego certyfikatu wojewódzkiego (jeśli szkoła otrzymała) | 1 września 2021 | |

## *CZĘŚĆ I*

(*obejmuje okres ostatnich trzech lat*)

### *A. Wyniki diagnozy:*

1. Narzędzia użyte do diagnozy w ostatnich trzech latach (wymienić):

- **Rok szkolny 2021/2022**
  - Narzędzia: ankieta, analiza dokumentów, obserwacja, wywiad z nauczycielami, uczniami, pracownikami szkoły, informacje medialne

- **Rok szkolny 2022/2023**
  - Narzędzia: ankieta, analiza dokumentów, obserwacja, wywiad z nauczycielami, uczniami, pracownikami szkoły, informacje medialne

- **Rok szkolny 2023/2024**
  - Narzędzia: ankieta, analiza dokumentów, obserwacja, wywiad z nauczycielami, uczniami, pracownikami szkoły, informacje medialne

2. Wyniki diagnozy - wyłonione problemy w ostatnich trzech latach (wymienić wszystkie wyłonione):

- **Rok szkolny: 2021/2022**
  - Wyłonione problemy:
    Spożywanie przez dzieci słodkich napojów i słodyczy, niewłaściwa i niezbilansowana dieta, zbyt mała aktywność fizyczna.

**Rok szkolny: 2022/2023**

  - Wyłonione problemy:
    Nieprzestrzeganie zasad zdrowego stylu życia, zbyt częste korzystanie z telefonów komórkowych przez uczniów na terenie szkoły.

- **Rok szkolny: 2023/2024**
  - Wyłonione problemy:
    Niewystarczająca wiedza na temat udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, nadmierny hałas w szkole

### *B. Opis problemów priorytetowych:*

Wyłonione w ostatnich trzech latach problemy priorytetowe (wymienić):

- **Rok szkolny 2021/2022**
  Wyłoniony problem priorytetowy:
  Przeciwdziałanie nadwadze i otyłości wśród uczniów poprzez zwiększenie ich aktywności fizycznej oraz kompetencji z zakresu wiedzy o zdrowym odżywianiu.

Na podstawie obserwacji uczniów naszej szkoły oraz środowiska, w którym funkcjonują poza szkołą, stwierdzono, że poziom wiedzy dużej grupy dzieci i ich rodziców na temat zdrowego odżywiania, jest niski. Bagatelizują konsekwencje wpływu złych nawyków żywieniowych na zdrowie. Wynikiem takiego postępowania jest znaczący przyrost dzieci z problemami nadwagi i otyłości w naszej szkole spowodowany nadmiernym spożywaniem niezdrowych produktów żywnościowych, np. chipsów, słodyczy, słodkich napojów gazowanych oraz niskim poziomem ogólnej sprawności fizycznej. W trakcie nauki zdalnej w ubiegłych dwóch latach szczególnie ważnym problemem stał się brak ruchu wśród uczniów, którzy większość czasu spędzali pracując przed komputerem. Niestety również czas wolny duża część uczniów spędzała w bezruchu. Nauka zdalna zwiększyła problem nadwagi i otyłości wśród dzieci, co było widać po powrocie do szkoły w czerwcu tego roku. Innym problemem pracy i spędzania czasu wolnego przy komputerze jest osłabienie mięśni odpowiedzialnych za utrzymanie prawidłowej postawy ciała, co w znaczący sposób zwiększa ryzyko powstawania wad postawy. Zwiększenie aktywności ruchowej uczniów szczególnie w trakcie nauki zdalnej ma kolosalne znaczenie dla kondycji fizycznej jak i psychicznej dzieci.

- **Rok szkolny 2022/2023**
  Wyłoniony problem priorytetowy:
  Przeciwdziałanie nadwadze i otyłości wśród uczniów poprzez zwiększenie ich aktywności fizycznej oraz kompetencji z zakresu wiedzy o zdrowym odżywianiu.

  Na podstawie obserwacji uczniów oraz środowiska, w którym funkcjonują poza szkołą, stwierdzono, że mimo przyrostu wiedzy na temat zdrowego odżywiania i znaczenia aktywności fizycznej uczniowie nie przestrzegają zasad zdrowego stylu życia. Konieczna jest zatem dalsza edukacja mająca za zadanie zmianę nawyków żywieniowych oraz zwiększenie aktywności fizycznej. Zdrowe nawyki żywieniowe trzeba kształtować u dzieci już od najmłodszych lat, gdyż warunkują one sposób odżywiania w dorosłym życiu. Istotne jest wdrażanie działań mających na celu propagowanie zdrowego stylu życia, zapobieganie i zwalczanie otyłości oraz zachęcanie dzieci i ich rodziców do aktywnych form wypoczynku.

- **Rok szkolny 2023/2024**
  Wyłoniony problem priorytetowy:
  Promowanie wiedzy na temat pierwszej pomocy.

  Wszyscy wiemy jak ważna i potrzebna w życiu jest umiejętność udzielania pierwszej pomocy. Każdy człowiek może nauczyć się podstawowych zasad udzielania pierwszej pomocy, gdyż w rzeczywistości są to bardzo proste czynności. Jednak od tego, czy znajdzie się ktoś, kto je prawidłowo wykona, może zależeć czyjeś życie. Na podstawie obserwacji oraz wywiadu stwierdzono, że wiedza i umiejętności dzieci w naszej szkole na temat zasad udzielania pierwszej pomocy są niewystarczające. Niezbędne są systematyczne działania edukacyjne w zakresie ich przygotowania do świadomego, odpowiedzialnego udziału w ratowaniu życia drugiego człowieka.

## *C. Sprawozdanie z realizacji planów działań SzPZ mających na celu rozwiązanie problemu priorytetowego:*

- **Rok szkolny 2021/2022**

➢ Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego:

1. Warsztaty kulinarne dla uczniów klas trzecich i czwartych.
2. Zajęcia świetlicowe o zdrowym odżywianiu.
3. Zajęcia na lekcjach wychowania fizycznego dotyczące: zdrowego i racjonalnego żywienia, złych nawyków żywieniowych, zaburzeń odżywiania, składników odżywczych i bilansu energetycznego, piramidy zdrowego odżywiania, skutków nieprawidłowego odżywiania, działania napojów energetyzujących na organizm człowieka, czytania składów produktów spożywczych, szkodliwych dla zdrowia dodatków do żywności, nadmiernego spożycia soli.
4. Świetlicowy konkurs o zdrowym odżywianiu.
5. Konkurs wiedzy o zdrowiu dla klas I-III.
6. Wspólne przerwy śniadaniowe.
7. Zajęcia pozalekcyjne w ramach SKS dla uczniów klas IV-VIII (piłka ręczna, piłka nożna).
8. Turniej Mikołajkowy w dwa ognie usportowione w ramach zajęć prowadzonych ze Szkolnego Związku Sportowego.
9. Zajęcia na lekcjach wychowania fizycznego:
   a) Aktywność fizyczna jako niezbędny element zachowania zdrowia .
   b) Piramida aktywności fizycznej. Dziesięć zasad aktywności fizycznej.
   c) Tętno jako pomiar intensywności wysiłku fizycznego.
   d) Znaczenie mięśni oddechowych i posturalnych dla zdrowia człowieka.
10. Turniej dla klas I–III pod hasłem: „Wiosna za oknami – zdrowo się odżywiamy".
11. Udział w zawodach sportowych organizowanych przez MOSiR Zielona Góra i Towarzystwo Pływackie w Zielonej Górze.
12. Międzyklasowe rozgrywki sportowe - w ramach projektu dotyczącego zdrowia i aktywności fizycznej „Zdrowa Piętnastka".
13. Turniej rekreacyjno – sportowy dla dzieci i rodziców klas I-III.
14. Festyn „Bezpieczne Dziecko".
15. Mecz siatkówki Polska- Ukraina.

- **Rok szkolny 2022/2023**

➢ Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego

1. Warsztaty kulinarne pod hasłami: „Kto sałatki pałaszuje, temu zdrowie dopisuje" oraz „Kolorowe kanapki jemy- zdrowo się odżywiamy".
2. Udział uczniów w 13. Edycji ogólnopolskiego projektu edukacji prozdrowotnej: „Zdrowo jem, więcej wiem".
3. Konkurs plastyczny dla klas 1-8: „Cukier? Nie dziękuję."
4. Warsztaty z dietetykiem: „Cukier w ryzach".
5. Udział w XVI edycji Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj Formę!",
6. Lekcje wychowawcze na temat: „Zdrowy styl życia".
7. Warsztaty: Jedzmy zdrowo, smacznie, kolorowo", „Zdrowe śniadanie" oraz: „Nie marnujemy żywności".
8. Udział w unijnym: „Programie dla szkół".
9. Turniej pod hasłem „Wiosna za oknami – zdrowo się odżywiamy"
10. Projekt międzyprzedmiotowy: „Zdrowo jem i oszczędzam wodę".

11. Warsztaty dla nauczycieli i rodziców: „Stop otyłości dziecięcej”.
12. „Tydzień Zdrowia” w ramach którego odbyły się następujące wydarzenia:
    a) Quiz wiedzy o zdrowiu dla klas 1-3 oraz 4-6
    b) Rozgrywki sportowe w zbijaka (klasy 1-3) oraz siatkówkę (klasy 4-6).
    c) Konkurs na transparent z hasłem promującym zdrowy styl życia
    d) Konkurs na pracę plastyczną: „Najlepszy zestaw na śniadanie” (klasy 1-3), „W zdrowym ciele zdrowy duch” (klasy 4-6).
    e) Przygotowanie wspólnego zdrowego śniadania w klasach.
    f) Organizacja „Aktywnej przerwy”, podczas której uczniowie wraz z nauczycielami tańczyli „Macarenę”, „Belgijkę”, „Taniec kowbojski” i inne popularne tańce.
    g) Gra terenowa: „Eko- Strażnicy w akcji” w ramach której dzieci zdobyły wiedzę na temat ekologii i dbania o planetę.
    h) Sprawdzanie zawartości śniadaniówki.
13. Konkurs wiedzy o zdrowiu dla klas I-III.
14. Wspólne przerwy śniadaniowe.
15. Zajęcia pozalekcyjne w ramach SKS dla uczniów klas IV-VIII (piłka ręczna).
16. „Aktywna przerwa”.
17. Turniej dla klas I–III pod hasłem: „Wiosna za oknami – zdrowo się odżywiamy”.
18. Udział w zawodach sportowych organizowanych przez MOSiR Zielona Góra i Towarzystwo Pływackie w Zielonej Górze.
19. Międzyklasowe rozgrywki sportowe - w ramach projektu dotyczącego zdrowia i aktywności fizycznej „Zdrowa Piętnastka”.
20. Turniej rekreacyjno – sportowy dla dzieci i rodziców klas I-III.
21. Dzień Sportu.
22. Festyn „Bezpieczne Dziecko”.

- **Rok szkolny 2023/2024**

➢ Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego

1. Poszerzanie wiedzy Rady Pedagogicznej oraz pracowników szkoły na temat zasad udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej poprzez udział w warsztatach/szkoleniach: ” Kurs przygotowujący nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy”.
2. Wdrożenie i realizacja innowacji programowo- metodycznej: „Ratownicy z Piętnastki”.
3. Udział klas 4-8 w warsztatach z ratownikami medycznymi z 34. Brygady Kawalerii Pancernej w Żaganiu, na którym klasom 4-8 zostały zaprezentowane zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.
4. Udział klas 1-7 w warsztatach: „ABC Pierwsza Pomoc” w sali edukacyjnej Państwowej Straży Pożarnej „Ognik”.
5. Organizacja szkolnego konkursu wiedzy z pierwszej pomocy przedmedycznej: „Ratownicy z Piętnastki” we współpracy z KM PSP w Zielonej Górze.
6. Festyn: „Bezpieczne dziecko”- pokaz pierwszej pomocy dla społeczności szkolnej podczas festynu szkolnego.
7. Organizacja „Tygodnia Zdrowia”:
    a) Quizy i zadania związane z pierwszą pomocą przedmedyczną dla klas 1-3.
    b) Zajęcia w świetlicy szkolnej na temat apteczki pierwszej pomocy.
    c) Zajęcia utrwalające wiedzę na temat sposobu powiadamiania służb ratowniczych w różnych sytuacjach zagrażających życiu.
8. Udział uczniów w Mistrzostwach Pierwszej Pomocy organizowanych przez PCK.

*D. Informacja na temat monitorowania planu działań SzPZ:*

- **Rok szkolny 2021/2022**
  Sposób monitorowania:
- Informacja na temat planu pracy oraz podejmowanych działań związanych z promocją zdrowia na posiedzeniach rady pedagogicznej
- Sprawozdania semestralne oraz roczne
- Dokumentacja pracy zespołu ds. promocji zdrowia
- Informacje na temat podejmowanych działań promujących zdrowie na stronie internetowej szkoły oraz fanpage'u szkoły na facebooku.

- **Rok szkolny 2022/2023**
  Sposób monitorowania:
- Informacja na temat planu pracy oraz podejmowanych działań związanych z promocją zdrowia na posiedzeniach rady pedagogicznej
- Sprawozdania semestralne oraz roczne
- Dokumentacja pracy zespołu ds. promocji zdrowia
- Informacje na temat podejmowanych działań promujących zdrowie na stronie internetowej szkoły oraz fanpage'u szkoły na facebooku.

- **Rok szkolny 2023/2024**
  Sposób monitorowania:
- Informacja na temat planu pracy oraz podejmowanych działań związanych z promoją zdrowia na posiedzeniach rady pedagogicznej
- Sprawozdania semestralne oraz roczne
- Dokumentacja pracy zespołu ds. promocji zdrowia
- Informacje na temat podejmowanych działań promujących zdrowie na stronie internetowej szkoły oraz fanpage'u szkoły na facebooku.

*E. Informacja na temat monitorowania samopoczucia społeczności szkolnej:*

- **Rok szkolny 2021/2022**
- Sposób monitorowania:
  Obserwacja, wywiady, rozmowy z nauczycielami, pracownikami, uczniami i rodzicami, wywiad z pedagogiem, systematyczne śledzenie doniesień medialnych.
- Wyniki monitorowania:
  Brak wykorzystywania lub niesystematyczne wykorzystywanie wiedzy o zdrowym stylu życia w życiu codziennym, brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów odnośnie spędzania czasu wolnego,

- **Rok szkolny 2022/2023**
- Sposób monitorowania:
  Obserwacja, wywiady, rozmowy z nauczycielami, pracownikami, uczniami i rodzicami, wywiad z pedagogiem, systematyczne śledzenie doniesień medialnych.

- Wyniki monitorowania:
  Większość uczniów chętnie chodzi do szkoły. Zdecydowana większość lubi szkolne przerwy i dobrze się na nich czuje. Uczniowie lubią swoich wychowawców i nauczycieli. Atmosfera w klasach jest dobra.

- **Rok szkolny 2023/2024**
- Sposób monitorowania:
  Obserwacja, wywiady, rozmowy z nauczycielami, pracownikami, uczniami i rodzicami, wywiad z pedagogiem, systematyczne śledzenie doniesień medialnych.
- Wyniki monitorowania: Większość uczniów czuje się w szkole bezpiecznie. Jeżeli wyniknie jakiś problem można liczyć na szybką interwencję wychowawcy, nauczyciela, pedagoga lub psychologa szkolnego.

***F. Ewaluacja działań ujętych w planach SzPZ*** (narzędzia, wnioski):

- **Rok szkolny 2021/2022**
- Narzędzia użyte do ewaluacji (wymienić):
  Obserwacja, analiza dokumentacji, wywiady z rodzicami.

- Wnioski z ewaluacji (wymienić):
  Wdrażanie planowanych działań promujących zdrowe nawyki żywieniowe oraz aktywność fizyczną przynosi widoczne rezultaty, choć nie wszystkie zaplanowane działania udało się przeprowadzić. W przyszłym roku szkolnym będziemy dalej kontynuować realizację tegorocznego priorytetu promocji zdrowia (zdrowe odżywianie, aktywność fizyczna), ponieważ takie jest zapotrzebowanie społeczności szkolnej. Wiedza i praktyka dotycząca powyższego priorytetu jest głównym elementem zdrowego stylu życia. Wychowanie szkolne i planowane działania profilaktyczne są ważnym i skutecznym elementem w kształtowaniu postaw u dzieci i młodzieży w wieku szkolnym.

- Efekty podjętych działań:

  Wzrost świadomości dzieci i rodziców i pracowników szkoły nt. nawyków żywieniowych, aktywności fizycznej.

- **Rok szkolny 2022/2023**

- Narzędzia użyte do ewaluacji (wymienić):
  Obserwacja, analiza dokumentacji, wywiady z rodzicami.

- Wnioski z ewaluacji (wymienić):

Planowane działania promujące zdrowe nawyki żywieniowe oraz aktywność fizyczną przynoszą rezultaty. W przyszłym roku szkolnym będziemy skupiać się na pierwszej pomocy przedmedycznej, ale także kontynuować działania związane z tegorocznym priorytetem, ponieważ takie jest zapotrzebowanie społeczności szkolnej. Uczniowie chętnie i zaangażowaniem uczestniczą w proponowanych działaniach, gdyż mają one atrakcyjną formę. Ważne jest także to, że nauczyciele chętnie uczestniczą w realizacji

szkolnego programu promocji zdrowia, co wynika ze sprawozdania i dokumentacji z przeprowadzonych działań.

- Efekty podjętych działań
  Wzrost świadomości dzieci i rodziców i pracowników szkoły nt. nawyków żywieniowych, aktywności fizycznej,

- **Rok szkolny 2023/2024**
- Narzędzia użyte do ewaluacji (wymienić):
  Obserwacja, analiza dokumentacji, wywiady z rodzicami.

- Wnioski z ewaluacji (wymienić):
  Uczniowie naszej szkoły potrafią udzielić pierwszej pomocy. Wiedzą, jak ułożyć poszkodowaną osobę w pozycji bezpiecznej i wykonać RKO. Każdy uczeń zna numery alarmowe i potrafi fachowo wezwać pomoc medyczną.

- Efekty podjętych działań:
  Wiedza nabyta przez uczniów pozwoli im bezpieczniej funkcjonować we współczesnym świecie oraz dbać o bezpieczeństwo własne i w przyszłości własnych rodzin.

## *CZĘŚĆ II*

**A. Opis stopnia akceptacji środowiska dla idei *SzPZ*** (w tym stopień świadomości i zaangażowania Rady Pedagogicznej, rodziców, pracowników niepedagogicznych):

Koncepcja Szkoły Promującej Zdrowie jest znana i akceptowana przez całe środowisko szkolne. W jej tworzenie zaangażowani są zarówno nauczyciele jak i pracownicy niepedagogiczni, uczniowie oraz rodzice.
Działania w ramach programu są regularnie realizowane na wielu płaszczyznach życia szkoły. Nad przebiegiem wszystkich działań czuwają koordynator i zespół do spraw promocji zdrowia.
Nauczyciele zostali zapoznani z planami pracy w poszczególnych latach na posiedzeniach Rady Pedagogicznej, uczniowie podczas godzin wychowawczych, pracownicy niepedagogiczni podczas rozmów z koordynatorem, rodzice na zebraniach z wychowawcami i poprzez dziennik elektroniczny Vulcan. Wszystkie informacje związane z planem pracy a także dotyczące działań Szkoły Promującej Zdrowie zostały wyszczególnione na stronie internetowej szkoły Nauczyciele różnych przedmiotów bardzo aktywnie włączyli się w realizację zadań wynikających z planu pracy Szkoły Promującej Zdrowie, chętnie włączyli się w działania proponowane przez zespół promocji zdrowia, sami też przedstawiali własne propozycje oraz uczestniczyli w tworzeniu planu pracy na rok 2021/2022, 2022/2023, 2023/2024. Nauczyciele korzystają z publikacji dotyczących promocji zdrowia dostępnych na stronach internetowych, a także uczestniczą w wielu szkoleniach celem podniesienia jakości pracy szkoły.

**B. Informacja na temat szkoleń dla** (wymienić szkolenia, podać rok):

- Rady Pedagogicznej: szkolenia indywidualne i zbiorowe

2021/2022
„Zdrowie psychiczne dzieci w wieku szkolnym.”
„Aktywny powrót do szkoły WF z AWF”
Szkolenie BHP

2022/2023
„Stop otyłości dziecięcej”
„Trener metod relaksacyjnych”
„Edukacja zdrowotna w szkole. IV edycja”
Konferencja: „Forum nauczycieli dzieci / uczniów ze SPE „Nauczyciel w obliczu zachowań samobójczych dzieci i młodzieży – zrozumieć, aby móc przeciwdziałać.”
Konferencja logopedyczna „Profilaktyka w logopedii-wyzwania XXI wieku”
Wykorzystanie nowoczesnych przyborów do ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego i gimnastyki korekcyjnej”
„Zdrowie psychiczne dzieci w wieku szkolnym”.
Kursokonferencja szkoleniowa piłki ręcznej dla trenerów, instruktorów i nauczycieli wychowania fizycznego .
Szkolenie BHP

2023/2024
Kurs przygotowujący nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy.
„Aktywność fizyczna a zdrowe odżywianie”.
Szkolenie z zakresu pierwszej pomocy
Kurs instruktorski i stopnia: „Joga dla dzieci w wieku przedszkolnym- wczesnoszkolnym”
„Żeby chciało się żyć – jak budować środowisko szkolne ku życiu czyli szkolna profilaktyka zachowań samobójczych"
Warsztaty -„Postawa ciała w ujęciu holistycznym- wybrane elementy”
„Pilates jako ćwiczenia korekcyjno - relaksacyjne na lekcjach wychowania fizycznego".
„Mindfulness i uważność w edukacji"
„Jak rozwijać uważność u dzieci w młodszym wieku szkolnym? Uważność w domu, w szkole i na podwórku".
„Ruch i zdrowe żywienie w szkole”
„Szkoła promująca zdrowie w praktyce”.
„Jak dbać o dobrostan w XXI wieku”.
Szkolenie BHP

• Uczniów:

2021/2022
Ćwiczenia oddechowe.
Zajęcia w klasach IV-VIII na temat: Zdrowe i racjonalne odżywianie; Złe nawyki żywieniowe; Zaburzenia odżywiania; Nadwaga i otyłość epidemią współczesności; Składniki odżywcze i bilans energetyczny; Piramida Zdrowego Odżywiania; Skutki nieprawidłowego odżywiania; Jak czytać etykiety i składy produktów spożywczych?; Napoje energetyzujące – skład i działanie na organizm człowieka; Witaminy, błonnik, makro i mikroelementy oraz woda w zbilansowanej diecie; Zdrowie jako nadrzędna wartość naszego życia; Poznajemy szkodliwe dla zdrowia dodatki do żywności; Aktywność fizyczna jako niezbędny element zachowania zdrowia; Piramida aktywności fizycznej; Dziesięć zasad aktywności fizycznej;

Tętno jako pomiar intensywności wysiłku fizycznego; Znaczenie mięśni oddechowych i posturalnych dla zdrowia człowieka.
„Wzmacnianie poczucia własnej wartości".
„Jak radzić sobie ze stresem egzaminacyjnym".
„Bezpieczeństwo nad wodą".

2022/2023

„Cukier w ryzach"- miejski program profilaktyki otyłości wśród młodzieży szkolnej
Zajęcia w klasach I-III na temat: Piramida zdrowego odżywiania, Talerz zdrowej żywności, Co możemy jeść często a co bardzo rzadko?
„Jak radzić sobie ze stresem egzaminacyjnym".
„Silni razem" – wspieranie zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia nastoletnich uchodźców z Ukrainy.
„Razem możemy więcej".
„Bezpieczeństwo nad wodą".

2023/2024

„Cukier w ryzach" -miejski program profilaktyki otyłości wśród młodzieży szkolnej
„Ratownicy z Piętnastki"- innowacja pedagogiczna
„ABC Pierwsza Pomoc"- szkolenie w sali edukacyjnej PSP „Ognik"
„WF jest super!"
Szkolenie z pierwszej pomocy przedmedycznej przeprowadzone przez ratowników medycznych z 34 Brygady Kawalerii Pancernej- „Hetmańska Brygada"
Warsztaty: „Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży".
„Bądź smart, nie daj się złapać"- zapobieganie uzależnieniom cyfrowym.
„Jak radzić sobie ze stresem egzaminacyjnym".
„Silni razem" – wspieranie zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia nastoletnich uchodźców z Ukrainy.
„Razem możemy więcej.
„Cyberprzemoc- umiem rozpoznać, wiem jak reagować".
„Bezpieczeństwo nad wodą".

- Rodziców:

  2021/2022
  „Negatywne skutki przemocy domowej oraz konsekwencje prawne wynikające z jej stosowania wobec wszystkich członków rodziny."

  2022/2023
  „Uzależnienia od technologii cyfrowej".
  „Stawiam na rodzinę"- rola zasad w życiu dziecka, znaczenie wspólnego spędzania czasu wolnego. Profilaktyka pierwszorzędowa stosowania środków psychoaktywnych.

  2023/2024
  „Stawiam na rodzinę"- rola zasad w życiu dziecka, znaczenie wspólnego spędzania czasu wolnego. Profilaktyka pierwszorzędowa stosowania środków psychoaktywnych.

- Pracowników niepedagogicznych:

2021/2022, 2022/2023, 2023/2024
Szkolenia BHP

## C. Informacja na temat współpracy z rodzicami

Rodzice w Szkole Podstawowej nr 15 chętnie włączają się w działania dotyczące promocji zdrowia. Na zebraniach z wychowawcami rodzice zostali zapoznani z koncepcją i założeniami programu Szkoła Promująca Zdrowie a także z Planami Pracy Szkoły Promującej Zdrowie w roku szkolnym 2021/2022, 2022/2023, 2023/2024. Wychowawcy klas systematycznie poruszali na swoich spotkaniach z rodzicami tematykę związaną z działaniem szkoły w zakresie promocji zdrowia. Rodzice otrzymywali prezentacje dotyczące zdrowego odżywiania, zapobiegania lub zwalczania chorób, znaczenia aktywności fizycznej. Wspólnie z rodzicami zorganizowano między innymi festyny szkolne oraz rodzinne turnieje sportowe. Rodzice byli również współorganizatorami wyjść integracyjnych oraz wycieczek szkolnych.

## D. Informacja na temat współpracy ze środowiskiem lokalnym:

- Współpraca z fundacją; „Akademia Zdrowej Rodziny,
- Współpraca z Komendą Policji,
- Współpraca ze KM PSP w Zielonej Górze oraz OSP Przylep i OSP Zawada,
- Współpraca z PPP,
- Współpraca z Urzędem Miasta Zielona Góra
- Współpraca z MOPS
- Udostępnienie mieszkańcom z najbliższego otoczenia szkoły placu zabaw oraz boiska szkolnego,
- Udostępnienie zasobów lokalowych szkoły podmiotom organizującym zajęcia związane ze zdrowym stylem życia,

# *CZĘŚĆ III*

## Opis sposobu współpracy szkoły ze służbą zdrowia:

W Szkole Podstawowej nr 15 im. 4 Dywizji Piechoty Wojska Polskiego w Zielonej Górze pracuje pielęgniarka, pani Joanna Szutkiewicz. Pani pielęgniarka systematycznie prowadzi fluoryzację zębów metodą nadzorowanego szczotkowania we wszystkich klasach sześć razy w każdym roku szkolnym. Sporządza i gromadzi dokumentację medyczną uczniów: badania przesiewowe uczniów klas 1, 3, 5 oraz 7. Monitoruje i w razie potrzeby przeciwdziała wadom postawy, chorobom oczu, próchnicy, informując rodziców o zauważonych nieprawidłowościach i zalecając kontrole u odpowiednich specjalistów. Monitoruje wagę ciała uczniów i przygotowuje zestawienie dotyczące uczniów otyłych w szkole. Kontroluje czystość uczniów celem zapobiegania wszawicy. Udziela pierwszej pomocy doraźnej w nagłych wypadkach oraz zachorowaniach. Przeprowadza pogadanki na temat konieczności przestrzegania higieny w różnych sytuacjach życia codziennego. Współpracuje z nauczycielami w opracowywaniu Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego. Współdziała w różnych przedsięwzięciach prozdrowotnych ( konkursach, lekcjach wdż, turniejach, Tygodniu

| |
|---|
| Zdrowia). Współpraca z panią pielęgniarką przebiega wzorowo. |

## *CZĘŚĆ IV*

**Dokumentacja z przebiegu pracy SzPZ** (wymienić nazwy dokumentów):

1. Plan Pracy Szkoły Promującej Zdrowie na rok szkolny 2021/2022
2. Plan Pracy Szkoły Promującej Zdrowie na rok szkolny 2022/2023
3. Plan Pracy Szkoły Promującej Zdrowie na rok szkolny 2023/2024
4. Sprawozdanie z realizacji Programu edukacji prozdrowotnej w I i II semestrze roku szkolnego 2021/2022
5. Sprawozdanie z realizacji Programu edukacji prozdrowotnej w I i II semestrze roku szkolnego 2022/2023
6. Sprawozdanie z realizacji Programu edukacji prozdrowotnej w I i II semestrze roku szkolnego 2023/2024

| *Podpis dyrektora:* | *Podpis koordynatora szkolnego:* |
|---|---|
| …… | …… |
| …… | …… |
| *miejscowość* | *data* |

*** Wersję papierową raportu proszę przesłać do właściwego koordynatora wojewódzkiego oraz umieścić na stronie internetowej szkoły/placówki**
**<u>W przypadku zespołu szkół proszę przesłać raport dla każdego typu szkoły oddzielnie.</u>**