**Plan działań „SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE”**

**Realizacja problemu priorytetowego w roku szkolnym 2018/2019**

„Człowiek jest tym, co je.”

- Ludwig Feuerbach –

1. Diagnoza potrzeb

Szkoła promująca zdrowie to szkoła, która w szczególny sposób propaguje zdrowy styl życia, wyposaża uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych, prowadzi wszechstronną edukację propagującą zdrowie, włącza do działań prozdrowotnych zarówno uczniów szkoły, jak i rodziców.

Staramy się co roku tak zaplanować pracę, aby najpełniej odpowiedzieć na oczekiwania uczniów, rodziców i pozostałych członków szkolnej społeczności w zakresie edukacji prozdrowotnej. Dlatego bacznie obserwujemy dzieci podczas zajęć lekcyjnych, przerw, wycieczek oraz innych działań, rozmawiamy z uczniami i rodzicami, analizujemy wytwory pracy uczniów, przeprowadzamy ankiety.

Na podstawie tych obserwacji i rozmów oraz wyników krótkiej ankiety przeprowadzonej na pierwszym zebraniu z rodzicami (44 % ankietowanych wskazało ten obszar spośród pięciu zaproponowanych) stwierdziliśmy, że w bieżącym roku szkolnym należy szczególnie pochylić się nad problematyką kształtowania właściwych nawyków żywieniowych i uświadomienia uczniom i rodzicom znaczenia odżywiania dla zdrowia i prawidłowego funkcjonowania.

1. Wybór problemu priorytetowego

***Niewłaściwe nawyki żywieniowe uczniów. Spożywanie produktów żywnościowych o małej zawartości odżywczej.***

1. Uzasadnienie wyboru problemu priorytetowego

W naszej szkole co roku wzrasta liczba uczniów. W bieżącym roku szkolnym mamy 8 klas pierwszych i 8 klas drugich. Aby kształtować właściwe nawyki żywieniowe, należy zacząć jak najwcześniej, a to właśnie najmłodszym najtrudniej jest obejść się bez słodyczy, chipsów i niezdrowych przekąsek. Można to doskonale zaobserwować, patrząc na ich drugie śniadania i na produkty, które kupują w sklepiku szkolnym oraz podczas szkolnych wycieczek. Z drugiej strony uczniowie zaczynają dostrzegać problem (kandydaci do Samorządu Szkolnego proponują na przykład „zdrowy dzień” - kto przyniesie coś zdrowego do szkoły, może dostać punkty z zachowania; „skrzynkę śniadaniową”, „Dzień Kanapki”), potrzebują rzetelnej wiedzy na ten temat i zachęty do stosowania zasad zdrowego odżywiania w codziennym życiu. Rodzice również wskazują na konieczność pracy nad niewłaściwymi nawykami żywieniowymi swoich dzieci.

1. Przyczyny istnienia problemu priorytetowego

- niewłaściwe nawyki żywieniowe wyniesione z domu rodzinnego i otoczenia,

- brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów w zakresie produktów żywnościowych niezbędnych dla prawidłowego rozwoju dziecka w wieku szkolnym,

- nieznajomość produktów żywnościowych wartościowych dla organizmu,

- brak świadomości na temat wpływu właściwego odżywiania na zdrowie i pracę umysłową,

- czerpanie wiedzy i wzorów żywieniowych z reklam.

1. Rozwiązania dla usunięcia problemu priorytetowego

- przekazywanie uczniom rzetelnej wiedzy na temat znaczenia odpowiedniego odżywiania dla zdrowia i pracy umysłowej połączonej ze spotkaniami z kompetentnymi osobami,

- analizowanie problemu w gronie szkolnych zespołów klasowych,

- poruszanie tematyki związanej z problemem priorytetowym podczas spotkań z rodzicami,

- uczestnictwo uczniów w konkursach mających na celu promocję zdrowia,

- praktyczne wykorzystywanie zdobytej wiedzy do komponowania zdrowych posiłków.

**PLAN DZIAŁAŃ W ODNIESIENIU DO PROBLEMU PRIORYTETOWEGO**

1. Cel działań: **wyposażenie rodziców i dzieci w wiedzę niezbędną do dokonywania zdrowych wyborów żywieniowych, co umożliwi zmianę nawyków żywieniowych.**
2. Kryterium sukcesu: **50 % uczniów i rodziców po roku działalności stwierdzi, że zwiększyła się ich wiedza dotycząca zdrowego odżywiania i starają się stosować ją w praktyce.**
3. Działania i ewaluacja:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **l.p.** | **Zadanie** | **Kryterium sukcesu** | **Metody realizacji, terminy** | **Wykonaw-cy** | **Środki** | **Monitorowa-nie, termin, osoba** | **Sposób sprawdzenia wykonania zadania** | | |
|  |  |  |  |  |  |  | **Co wskaże?** | **Jak sprawdzimy?** | **Kto i kiedy sprawdzi?** |
| 1. | **Zorganizowanie spotkań**  **i warsztatów**  **z profesjona-listami dla dzieci** | Wszyscy objęci konkretnymi warsztatami  i spotkaniami uczniowie uczestniczą  w zapropono-wanej formie poszerzania wiedzy | - Realizacja zajęć warsztatowych w klasach I - III „Zdrowe odżywianie” podczas Dnia Śniadanie daje moc” (8 XI 2018)  - Warsztaty z dietetykiem  w klasach IV – VII podczas projektu „Nie żyję tylko dla siebie” (IV 2019);  - Spotkania z pielęgniarką  w klasach I – III w ciągu całego roku zgodnie z opracowanym harmonogramem;  - Organizowanie spotkań z osobami związanymi ze zdrowym odżywianiem podczas klasowych wycieczek i Zielonych Szkół (zgodnie z harmonogramem w ciągu roku) | Wychowawcy klas I - III  Pielęgniarka szkolna  Organizatorzy wycieczek | tablica multimedia-na, plansze  z piramidą zdrowia  Teren i infrastruktu-ra wycieczki | Wyznaczeni nauczyciele zapoznają się  z terminami  i sprawdzają czy zadania są wykonywane – sporządzają na bieżąco notatki:  z działań długotermino-wych raz na dwa miesiące, z krótszych np.  w dniu wykonywania zadania, | Potwierdzenie odbycia zajęć, stopień zadowolenia uczestników, | Analiza sprawozdań, wpisów  w dziennikach lekcyjnych, ewaluacje i ich podsumowania, zdjęcia prac uczniów; ankiety pod koniec pracy  z problemem priorytetowym | Katarzyna Proch, po I półroczu |
| 2. | **Poszerzenie wiedzy rodziców i nauczycieli na temat zdrowego żywienia dzieci** | 50 %, rodziców stwierdzi, że wzrosła ich wiedza na temat zdrowego żywienia dzieci | - Zamieszczanie na tablicy informacyjnej w holu szkoły informacji na temat zdrowego odżywiania, ciekawych przepisów na zdrowe dania i zastępniki słodyczy (systematycznie, w ciągu całego roku);  - prelekcje dla rodziców połączone z prezentacją podczas zebrań:  \* 07.11.2018 r. – *„Bez śniadania nie ma nauczania”;*  \* 26.03.2019 r. – „Wybieram zdrowie i zdrowe odżywianie”;  - Spotkanie rodziców i nauczycieli z dietetykiem (II półrocze), | Katarzyna Proch, Agnieszka Kuster  K. Proch – przygotowa-nie prezentacji i projektu ulotki; wychowawcy – przeprowadzenie prelekcji, skserowanie i rozdanie ulotek  Zaproszeni dietetycy | Tablica informacyj-na, plansze i karty z informacja-mi  Prezentacje, tablica multimedial-na, ulotki dla rodziców |  | Systematycz-ność zamieszczania informacji, ich merytoryczną jakość  rodzice zostali poinformowani o znaczeniu ruchu i zajęć wychowania fizycznego dla zdrowia | Obserwacja  analiza protokolarzy zebrań z rodzicami | I.Jankowiak po I i II półroczu  A.Kuster – po zebraniach |
| 3. | **Poruszanie problematyki zdrowego odżywiania podczas zajęć lekcyjnych i imprez szkolnych** | 60% uczniów odpowie prawidłowo na pytania związane z omawianą tematyką | - Udział każdej klasy w przynajmniej jednym programie związanym z problematyką zdrowego odżywiania (cały rok)  - Zajęcia warsztatowe zgodnie z tematyką zaproponowaną w planach dydaktyczno – wychowawczych klas (tworzenie piramid zdrowia, projektowanie zdrowych kanapek, zdrowe zastępniki słodyczy);  - przygotowanie przedstawienia dla klas 0 – III na temat zdrowego odżywiania – kółko teatralne – V 2019  - Pogadanki i prezentacje multimedialne przygotowywane przez nauczycieli, uczniów i ro- dziców;  - Lekcje tematyczne –   * przyroda klasy IV | Wychowawcy klas I – III  Wychowawcy klas I – VII  Małgorzata Woźniak  Wychowawcy  Nauczyciele przyrody | Pomoce związane z programami dotyczącymi zdrowego odżywiania (np. „Dobrze jemy ze szkołą na widelcu”), materiały potrzebne do tworzenia piramid zdrowia  Stroje dla aktorów, dekoracje | I.Jankowiak podczas spotkań zespołów nauczycielskich  K. Proch | Fakt przeprowadzenia zaplano-wanych zajęć,  Znajomość zasad zdrowego odżywiania wśród uczniów  Znajomość budowy piramidy zdrowia, umiejętność komponowa-nia zdrowych posiłków,  Fakt zaprezento-wania przedstawie-nia | Uczestnictwo w przedstawieniu, zdjęcia, analiza informacji na stronie internetowej  Zebranie informacji od wychowawców klas  Analiza zapisu w dziennikach lekcyjnych – I półrocze | Katarzyna Proch, po I i II półroczu   1. Kuster, po I i II półroczu   I.Jankowiak  V 2019  A.Włodarczak podczas kontroli dzienników  E. Kaczmarek po I półroczu. |
| 4. | **Świadomy udział w programie „Owoce**  **i warzywa**  **w szkole” oraz „Szklanka mleka”** | 70% uczniów aktywnie uczestniczy w programach „Owoce i warzywa w szkole” oraz „Szklanka mleka”, wiedząc, jakie korzyści dla zdrowia mają warzywa, owoce i mleko | - Wyjaśnienie założeń i celów programów „Owoce i warzywa w szkole”, „Szklanka mleka”,  - Wspólne spożywanie drugiego śniadania, zachęcanie do zjadania podczas drugiego śniadania owoców i warzyw (II półrocze),  - Konkurs plastyczny „Portret Kota Mlekopija” (kwiecień 2019)  - Konkurs na imię dla koleżanki kota Mleczysława ([www.kochammleko.pl](http://www.kochammleko.pl)) – chętne klasy – XI 2018  - Wykorzystanie gier i łami-główek ze strony programu [www.kochammleko.pl](http://www.kochammleko.pl) do uświadamiania korzyści płynących z picia mleka i spożywania produktów mlecznych (X 2018 – V 2019) | Wychowawcy klas I – V  Wychowawcy klas I - III  Agata Rochowiak kl. IV – V  Iwona Jankowiak, Katarzyna Proch – kl. I – III  Wychowawcy, nauczyciele informatyki | Mleko, warzywa i owoce, ulotki związane z programem „Szklanka mleka”, przybory do wykonania portretów, komputery, tablica multimedial-na | Wychowawcy i wyznaczeni nauczyciele śledzą odpowiednie strony internetowe oraz kalendarz konkursów i podejmują odpowiednie działania | Stopień zaangażowa-nia w uczniów w programy „Owoce  i warzywa  szkole” oraz „Szklanka mleka” | Sprawozdania nauczycieli, zdjęcia wykonanych portretów, obserwacje dzieci podczas jedzenia drugiego śniadania | K. Proch, A. Kuster po II półroczu |
| 5. | **Klasowe konkursy na rymowanki**  **o zdrowym odżywianiu** | 60 % uczniów zna na pamięć kilka rymowanek dotyczących zdrowego odżywiania | - Przeprowadzenie w klasach  I - VII konkursów podsumowujących tematykę zdrowego odżywiania na najciekawszą rymowankę (IV – V 2019),  - Wywieszenie w klasach  i nauka na pamięć najciekawszych klasowych rymowanek;  - Zamieszczenie najlepszych rymowanek na szkolnej stronie internetowej; | Wychowawcy klas I - VII | Kartki, długopisy, teksty rymowanek | Małgorzata Woźniak | Każdy uczeń potrafi zacytować przynajmniej jedną rymowankę. Klasowy konkurs pisemny – kto zapisze najwięcej rymowanek | Sprawozdania wychowawców klas, analiza zapisu w dziennikach lekcyjnych - | E. Kaczmarek – kl. 4 – 7 – czerwiec,  A.Włodarczak - czerwiec |