**SPRAWOZDANIE**

**Z TRZYLETNIEJ DZIAŁALNOŚCI**

**SZKOŁY PODSTAWOWEJ nr 1**

**im. HUGONA KOŁŁATAJA**

**w ZESPOLE PLACÓWEK OŚWIATOWYCH NR 1**

**w MŁAWIE**

**UBIEGAJĄCEJ SIĘ O WOJEWÓDZKI CERTYFIKAT**

***SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE***

**Mława, czerwiec 2018**

Nasza szkoła od wielu lat podejmowała działania promującej zdrowie. Edukacja zdrowotna stanowiła ważny element programu nauczania   
i wychowania oraz szkolnego programu profilaktyki. Edukacja Zdrowotna w szkole jest podstawowym prawem każdego dziecka. Dba­łość o zdrowie uczniów, to jedno z zasadniczych zadań szkoły dążącej do pełnego i wszech­stronnego rozwoju swoich wychowanków. W ubiegłych latach realizowaliśmy na wszystkich poziomach ścieżkę prozdrowotną. Chętnie braliśmy aktywny udział w rządowych, unijnych i ogólnopolskich programach, projektach   
i kampaniach promujących zdrowy styl życia. Zdobyliśmy już wiele certyfikatów w zakresie promocji zdrowia, bezpieczeństwa i aktywności fizycznej. Działania te łączą nas z ideą szkół promujących zdrowie, dlatego postanowiliśmy się do nich przyłączyć 17 października 2015 r. Rada Pedagogiczna SP nr 1 im. Hugona Kołłątaja w Mławie przyjęła uchwałę w sprawie realizacji programu **,,Szkoła Promująca Zdrowie”.** Zadania, których podjęła się nasza szkoła, wynikały  
 z wnikliwej diagnozy środowiska. Na podstawie analizy dokumentacji   
i bezpośrednich obserwacji codziennego życia szkolnego zauważyliśmy zachowania, które należy zmienić: właściwe nawyki odżywiania się wśród uczniów, nauczycieli i społeczności lokalnej, zachowania w toaletach, zachęcać do aktywnego wypoczynku w czasie wolnym, zapobiegać wadom postawy   
u dzieci, wpajać prawidłowe zasady zachowania i propagować działania profilaktyczne.

To już mamy:

* Bezpieczna Szkoła- Bezpieczny Uczeń
* Szkoła w Ruchu
* WF z klasą
* Szkoła bez przemocy
* Szkoła z klasą
* Uczniowie z klasą
* Nauczyciele z klasą
* Akademia Misia Ratownika
* Promujemy Sport

1. **OPIS REALIZACJI DZIAŁAŃ**

**BEZPIECZEŃSTWO**

Szkoła jest miejscem, gdzie bezpieczeństwo dzieci jak również pracowników jest bardzo ważne. Duże skupisko uczniów, ruch podczas przerw oraz niektórych zajęć lekcyjnych zmusza do podjęcia różnorodnych działań mających na celu zapobieganie niebezpiecznym sytuacjom.  
 Nauczyciele informatyki zajęli się bezpieczeństwem w sieci ze szczególnym zwróceniem uwagi na **cyberprzemoc , stalking** i właściwe korzystanie z portali społecznościowych. W tym celu odbyły się zajęcia lekcyjne w klasach IV-VI w miesiącu grudniu w latach 2015 -2018. Do tematyki tej włączyła się Komenda Powiatowa Policji, gdzie na spotkaniu z uczniami klas VI-tych policjanci wyjaśnili konsekwencje niewłaściwego korzystania z Internetu i telefonu komórkowego. W ramach **Bezpieczeństwa w Sieci** przeprowadzone zostały ankiety wśród uczniów klas VI - tych w ramach ogólnopolskiego projektu „Dbam o mój zasięg”. Na zajęciach komputerowych nauczyciel wraz z uczniami klas IV - VI opracował 10 zasad bezpiecznego korzystania z komputera. Odbyła się również pedagogizacja dla rodziców. Zwrócono szczególną uwagę na zjawiska cyberprzemocy spowodowane wzrostem popularności mediów elektronicznych. Natomiast uczniowie klas I   
i II oglądali przedstawienie „Przygody Plika i Foldera” poświęcone bezpiecznemu korzystaniu z sieci internetowej.

Duża grupa naszych uczniów **korzysta ze środków komunikacji miejskiej** w związku   
z tym na początku każdego roku odbywają się zajęcia w klasach I – VII, podczas których   
p. pedagog wyjaśnia uczniom jak należy prawidłowo korzystać i zachowywać się podczas drogi do szkoły i ze szkoły. Działania te kontynuowała policja organizując zajęcia dla klas pierwszych **„Jestem bezpieczny na drodze**”, gdzie uczniowie uczyli się prawidłowo przechodzić przez jezdnię wykorzystując kamizelki odblaskowe. Ponadto we wrześniu   
i czerwcu dla klas starszych odbyły się spotkania z policjantką dzielnicową p. Iloną K. oraz pracownikiem wydziału ds. nieletnich przy Powiatowej Komendzie Policji w Mławie p. Kamilą N. Dotyczyły bezpieczeństwa w drodze do szkoły i ze szkoły, przypomnienia zasad ruchu drogowego oraz spędzania czasu wolnego od nauki. Ponadto uczniowie naszej szkoły wzięli udział w roku szkolnym 2015/2016 w III edycji konkursu **„ Odblaskowa szkoła”** pod hasłem   
„ Odblaskowa klasa – misja specjalna”. I miejsce zajęła klasa IIIa, a za najlepszy Smart - film – klasa 4a i klasa 1a. W czerwcu odbyło się spotkanie z ratownikiem WOPR na temat bezpiecznego korzystania z kąpieli wodnych i słonecznych w czasie letniego wypoczynku, zabezpieczenie ciała w trakcie opalania, ochrona głowy i należyte nawadnianie organizmu   
 Uczniowie naszej szkoły wzięli również udział w roku 2016/2017 i 2017/2018  
w programie „ **Odblaskowa szkoła**”, pod kierunkiem nauczyciela w-f, gdzie odnieśli duży sukces podczas odblaskowego pokazu mody wykonanego przez klasę VIA.   
Stali się bohaterami odblaskowej misji.  
 W ramach akcji **„Ratujmy i uczmy się ratować”** odbył się cykl pogadanek w klasach   
I-VI. Uczniowie klas IV-VI popisali się swoją wiedzą teoretyczną i praktyczną podczas konkursu szkolnego, który odbył się na sali gimnastycznej. Utrwalanie zdobytej wiedzy pozwala na śmiałe wykorzystanie wiedzy w sytuacji zagrożenia życia.  
 Każdego roku w miesiącu maju/czerwcu uczniowie klas IV-tych przystępują do egzaminu teoretycznego i praktycznego na **kartę rowerową**. W ten sposób stają się prawnymi użytkownikami ruchu drogowego. Podczas zajęć na basenie miejskim uczniowie spotykają się **z ratownikami wodnymi**, którzy udzielają wskazówek na temat bezpiecznego pobytu   
w wodzie i nauki pływania.

W miesiącu wrześniu odbywają się **ćwiczenia przeciwpożarowe** organizowane wspólnie z Powiatową Komendą Straży Pożarnej w Mławie. W akcji uczestniczą wszyscy uczniowie, przedszkolaki i pracownicy szkoły . W 2017 odbyły się **ćwiczenia antyterrorystyczne.**

**ZACHOWANIA PROEKOLOGICZNE**

Od lat najmłodszych staramy się uświadamiać dzieciom, jak ważna jest ekologia   
i dlaczego należy dbać o środowisko. W tym celu włączamy się w miesiącu wrześniu w akcję **„ Sprzątanie świata”** porządkując teren wokół szkoły i przyległe ulice. W kwietniu każdego roku z okazji **Dnia Ziemi** wykonujemy okolicznościowe gazetki, wystawki np. zabawki dziecięce z surowców wtórnych lub wystawy prac poświęconych ochronie gatunkowej roślin i zwierząt. Na lekcjach przyrody, godzinach wychowawczych czy edukacji przyrodniczej zwracamy uwagę na rolę jaką pełni **fotosynteza w procesie oczyszczania powietrza**. Uczniowie klas V-tych wykonali prezentacje multimedialne i dokonali oceny na forum klasy. Najlepsze prezentacje zostały umieszczone na stronie internetowej.  
 Wszyscy pracownicy szkoły **dbają o czystość** i estetykę pomieszczeń szkoły oraz teren wokół budynku. Sezonowo pojawiają się rośliny kwitnące, a stałym elementem jest roślinność wieloletnia. W klasach i na korytarzach znajduje się różnorodna roślinność pielęgnowana przez uczniów i pracowników szkoły. Często wracamy do cyklu filmów   
**„ Śmietnik w mojej głowie”** pokazujący rzeczywistość i wpływ chemii na procesy produkcji żywności.

**BUDOWANIE WŁASNEJ WARTOŚCI**

Dzięki współpracy rodziców, uczniów i pracowników naszej szkoły po raz kolejny włączyliśmy się w akcje charytatywne. Pomocą został objęty **Zakład Opiekuńczo- Wychowawczy w Kraszewie-Czubakach**, gdzie przed Bożym Narodzeniem obdarowaliśmy podopiecznych środkami higienicznymi/pampersy, chusteczki, olejki, kremy, mydła itp./. Ponownie w miesiącu marcu podopieczni otrzymali artykuły spożywcze o długim okresie przydatności do spożycia. **Szlachetną paczką** cały czas obdarowujemy rodzinę dotkniętą ciężką chorobą matki. Jest to nasza absolwentka i jej dwaj nieletni synowie.  
Uczniowie z **Domu Dziecka w Kowalewie** każdego roku są gośćmi podczas balu karnawałowego, gdzie wspólnie z naszymi uczniami bawią się i nawiązują kontakty rówieśnicze. W szkole prowadzimy akcję „Batonik”, „Mydełko”, „Zeszyt”, „ Czekolada”.  
Zbiórka karmy dla zwierząt trafiła po raz kolejny do **schroniska w Napierkach.**  
 Przekroczenie progu szkoły jest dla wielu przedszkolaków ogromnym problemem, dlatego każdego roku realizujemy projekt **„ Będę pierwszoklasistą”,** którego zadaniem jest złagodzenie stresu, zapoznanie ze szkołą, pracownikami oraz troszkę starszymi koleżankami  
i kolegami. Podobny projekt **„ Będę czwartoklasistą”** jest skierowany do uczniów przekraczających pierwszy próg edukacyjny. Tu również jest okazja do wspólnych spotkań, poznania nauczycieli, wspólnych wyjść oraz przeprowadzenia gier i zabaw integracyjnych. Projekt kończy się ankietą i wnioskami do dalszej pracy.  
Uczniowie integrują się podczas **wspólnych wyjazdów**, które są organizowane stosownie do wieku uczniów w okresie od września do czerwca. Są to wycieczki przedmiotowe do kina, teatru, muzeum, biblioteki, Straży Pożarnej czy wioski garncarskiej.  
**Wycieczki turystyczno-krajoznawcze** organizowane są w okresie letnim i zimowym. Uczniowie zwiedzają ciekawe miejsca jak np. fabrykę czekolady, iluminacje świetlne   
w Wilanowie, bawią się na Zimowym Narodowym, oglądają filmy w kinie 6D.   
Zwiedzają ojczyznę i kraje sąsiednie goszcząc w Górach Świętokrzyskich, Krakowie   
i Wieliczce, w Trójmieście, Olsztynie, Olsztynku, Suwalszczyźnie i w Bieszczadach.   
Odwiedzili również naszych sąsiadów w Czechach, Niemczech, na Słowacji i Litwie.  
 Oprócz pracy dydaktycznej zajmujemy się cały czas **sferą wychowawczą.** Podczas   
wielu spotkań z rodzicami staramy się wskazywać drogę, jaką powinien dążyć   
uczeń. Zwracamy uwagę na zagrożenia współczesnego świata i ich następstwa.   
Pomocą fachową służy nam pedagog i psycholog szkolny. Pedagog odbywa szereg, często trudnych rozmów z rodzicami i uczniami. Wskazuje jak należy prawidłowo funkcjonować  
 w społeczności szkolnej. Pomoc psychologiczna jest realizowana w zależności od potrzeb uczniów. Z zajęć dydaktyczno - wyrównawczych skorzystały w bieżącym roku szkolnym   
34 osoby, a w roku poprzednim 44 uczniów. Na zajęcia korekcyjno – kompensacyjne uczęszczało 27 uczniów w tym roku szkolnym, a w poprzednim 20 uczniów.  
Godziny wychowawcze, to również czas na rozmowy z wychowankami, wskazywanie na możliwości wyjścia z trudnych sytuacji, rozwiązywanie konfliktów rówieśniczych   
i wskazywanie alternatywy. Sukcesy uczniów są na bieżąco zamieszczane na stronie internetowej szkoły http:// [www.zpo1.mlawa.pl/](http://www.zpo1.mlawa.pl/) , na stronie Urzędu Miasta Mława   
w zakładce „ Z życia szkół i przedszkoli” oraz w prasie lokalnej i na tablicach szkolnych   
z aktualnościami. Ważną rolę komunikatora pełni facebook.

**PROFILAKTYKA ZDROWIA**

„ Lepiej zapobiegać niż leczyć” – zgodnie z tą zasadą uczniowie naszej szkoły mieli okazję dowiedzieć się, w jaki sposób zapobiegać niektórym chorobom. Bardzo chetnie brali udział w następujących przedsięwzięciach:

* **Dbam o swoją postawę** – uczniowie z wadami postawy brali udział w zajęciach   
  z gimnastyki korekcyjnej, gdzie ćwiczenia odpowiednio dobrane do wady korygują ją całkowicie lub zmniejszają.
* **Wyjazdy na basen** - klasy II – IV, gdzie uczniowie kształtują swoją sylwetkę.
* **Podczas zajęć lekcyjnych** odbywały się krótkie przerywniki, których celem była gimnastyka śródlekcyjna usprawniająca narządy ruchu.
* **W czasie przerw** uczniowie ćwiczyli przy muzyce pod kontrolą nauczycieli w - f na sali gimnastycznej.
* „**Świat w różowych okularach”** – to cykl spotkań z pielęgniarką szkolną, która badała wzrok uczniom, przesyłała swoje spostrzeżenia rodzicom w celu uniknięcia wad rozwojowych. Na zajęciach z dziećmi tłumaczyła, jak ważne jest noszenie okularów jeśli jest to wskazanie lekarza. Przestrzegała dzieci z wadami wzroku przed skutkami braku okularów, często ze względu na tzw. wizerunek zewnętrzny.
* **„Słuch to Twój zmysł”-** udział w badaniach przesiewowych uczniów, dzięki którym następuje wczesne wykrywanie wad słuchu. Zajęcia z pielęgniarką szkolną, która wskazała, że częstą przyczyną niedosłuchu jest katar, infekcje, alergie oraz zbyt wysokie natężenie dźwięku kierowane prosto do ucha.
* **Fluoryzacja** – odbywała się w klasach I – III. Jak mówi przysłowie „śmiech to zdrowie, ale z pięknymi zębami”, dzieci chętnie poddawały się zabiegowi.
* **Jak ustrzec się przed grypą?** – program skierowany do klas piątych, gdzie wychowawcy omówili jednostkę chorobową jaką jest grypa, uwzględnili przyczyny, sposoby zapobiegania oraz leczenia.
* „ **Bilans mojego zdrowia”** - to cykl spotkań z pielęgniarką szkolną, która wyjaśniła dlaczego ważne są bilanse,

**HIGIENA**

Jak dbać o higienę uczyliśmy się na zajęciach lekcyjnych z przyrody, biologii, WDŻ, w-f.

* **higiena osobista** – podczas zajęć lekcyjnych uczniowie uzupełnili swoją wiedzę na temat mycia całego ciała, zmianę odzieży i obuwia, wizyt kontrolnych u stomatologa oraz higienę jamy ustnej,
* **higiena otoczenia** – to ważny element naszego życia zarówno w szkole jak i w domu, dlatego uczniowie wspólnie z nauczycielami dbają o wystrój klasopracowni, korytarzy czy też terenu wokół szkoły. Na spotkaniach z rodzicami zostały przeprowadzone pogadanki mające na celu uświadomienie rodzicom o prawidłowym przygotowaniu miejscu do nauki dla dziecka, prawidłowej postawie, dostosowaniu wysokości fotela do biurka oraz oświetleniu miejsca pracy. Wychowawcy zwracają również uwagę na czystość toalet, miejsc do których wszyscy uczęszczamy, miejsc trudnych   
  w utrzymaniu czystości i wymagających przestrzegania ogólnie przyjętych norm.
* **okres dojrzewania** – to bardzo ciekawy, ale i trudny okres dla młodzieży.   
  Zagadnienia te omawiane są w klasach IV – VII na zajęciach WDŻ oraz biologii.  
  Uczniowie, szczególnie dziewczynki mają wiele pytań, na które staramy się odpowiedzieć i wskazać fachową literaturę. Dziewczęta klas VI-tych spotkały się prelegentką Działu Profilaktyki i Edukacji Procter&Gamble. Celem spotkania było przybliżenie zagadnień z problematyki dojrzewania i zwrócenie uwagi na higienę osobistą w okresie dojrzewania.
* **Sondaż** – jak dbać o swoją kondycję fizyczną ? Na podstawie sondażu skierowanego do klas trzecich dowiedzieliśmy się, że uczniowie znają zasady prawidłowego odżywiania a większość z nich stosuje je w życiu codziennym, unikają nadmiernej ilości potraw typu fast-food, potrafią odpoczywać aktywnie na świeżym powietrzu, chociaż niektórzy lubią gry komputerowe i sport, ale tylko w telewizji. Wiedzą co to jest bulimia i anoreksja, nie spożywają napojów energetycznych. Po sondażu uczniowie przystąpili do konkursu plastycznego promującego ruch i zdrowe odżywianie.
* **współpraca z rodzicami** – podczas zebrań i dni otwartych rodzice chętnie rozmawiali na temat sposobów utrzymania higieny osobistej i otoczenia, zwracali uwagę na problemy okresu dorastania oraz wymieniali doświadczenia na temat radzenia sobie z nastolatkami. Częstym problemem zgłaszanym przez rodziców jest niechęć szczególnie dziewcząt do aktywności ruchowej, ale duża dbałość o prawidłowe odżywianie**.**
* **„ Rodzinny festyn zdrowia”** – z okazji Dnia Dziecka rodzice i nauczyciele przygotowali niespodzianki dla dzieci w postaci ciekawych potraw, drobnych upominków oraz rywalizacji sportowej. To czas, gdy dziecko czuje się bardzo ważne, kochane   
  i dostrzegane.

**REALIZACJA PROGRAMÓW PROFILAKTYKI**

Programy profilaktyczne były realizowane zgodnie z planem oraz potrzebami. Korzystaliśmy również z instytucji zewnętrznych, które oferowały spektakle dostosowane do wieku i rozwoju naszych uczniów. Programy realizowane przez instytucje zewnętrzne :

* **Substancje zagrażające zdrowiu i życiu** - propagowaliśmy zdrowy styl życia bez nałogów poprzez plakaty i ulotki skierowane do rodziców i uczniów, pogadanki na godzinach wychowawczych, lekcjach przyrody i wdż.
* **„Smak życia, czyli debata o dopalaczach”-** poprowadzona przez Ośrodek Terapii   
  i Uzależnień z Płocka. W debacie udział wzięli uczniowie klas szóstych. Wiedzę posiadaną przez uczniów uzupełnili trenerzy zaznaczając, że temat jest bardzo otwarty a na rynku pojawiają się coraz nowsze dopalacze, na temat których mało wiemy.
* **„Pułapka uzależnień”** – spotkanie uczniów klas V i VI mławskich szkół podstawowych w Szkole Podstawowej nr 7 w Mławie, gdzie pod kierunkiem p. Anny R. dyskutowali nad problematyką uzależnień dotyczących ich grupy wiekowej. Tematyką przewodnią był alkohol, papierosy i środki psychoaktywne. Podsumowując spotkanie przedstawicielka KPP w Mławie zapoznała uczniów z konsekwencjami prawnymi przyjmowania substancji zakazanych.
* Przeprowadzenie anonimowej ankiety w klasach szóstych. Celem ankiety była diagnoza problematyki uzależnień wśród uczniów naszej szkoły. Wyniki badań wskazują, 99% ankietowanych nie miało bezpośredniego kontaktu z substancjami psychoaktywnymi i tyle samo nigdy nie zapaliło papierosa, 94,5% nie piło żadnych napoi alkoholowych a 84% uważa, że dopalacze stanowią realne zagrożenie dla życia  
   i zdrowia.
* **Światowy dzień bez papierosa** – propagowanie zdrowego stylu życia poprzez gazetki pod hasłem : Mamo, tato nie pal ! Światowy dzień rzucania papierosa – gazetki szkolne na temat szkodliwości palenia, wystawa plakatów
* **Nie agresji** – przeciwdziałamy agresji i przemocy.
* **Dzień bez telefonu** – promowanie telefonu jako środka komunikacji międzyludzkiej   
  a nienadużywanie w każdej sytuacji.
* **„Jestem snajperem – jak rozminować agresję”** zajęcie poprowadzone w klasach IV - V dotyczyły agresji słownej i fizycznej. Według uczniów zachowania agresywne są łatwe do rozpoznania, ale trudniej z nimi walczyć, jednak pod koniec spotkania wypracowali wnioski, które wdrożyli w życie.
* **„Bądź bezpieczny”** – jak radzić sobie w trudnych sytuacjach. Uczniowie klas III i IV zapoznali się z przyczynami i rodzajami agresji rówieśniczej oraz sposobami radzenia sobie ze złością. W części warsztatowej duże zainteresowanie wzbudziły użyte materiały multimedialne oraz wyszkolony pies. Opiekun zapoznał dzieci z tajnikami psiej psychiki, mową ciała psa i przyczynami zachowań agresywnych. Program zakończył się pokazem umiejętności wyszkolonego psa, który stał się ulubieńcem publiczności.
* **Chroń się przed kleszczami wszystkimi sposobami**” – program realizowany w klasach IV – VII przy współpracy z PSSE w Mławie. Celem programu było przekazanie wiedzy na temat rozprzestrzeniania się kleszczy, postępowania w razie wejścia pod tkankę nabłonkową oraz powikłań związanych z przenoszonymi chorobami.
* **„ W krainie bajtów”** – przedstawienie skierowane do uczniów klas IV-V opowiadające o niebezpieczeństwie spowodowanym nieświadomym instalowaniem wirusów komputerowych oraz zawieraniem przyjaźni w wirtualnym świecie.
* **„ Cukierki”** – program dla uczniów klas II i III, którego zadaniem jest przybliżenie informacji na temat środków odurzających i zagrożeń z nimi związanych
* **„ Tajemnica zaginionej skarbonki”-** klasa IVabc. Celem programu było przybliżenie podstawowych informacji na temat środków uzależniających.
* **„ W środku miasta”-** opowieść o skłóconej rodzinie przez alkohol i narkotyki oraz zachowanie dziecka, poszukującego rozwiązania problemu.
* **„ Debata”** – uczniowie klas VI-tych rozmawiali na temat złych i dobrych stron picia alkoholu z pracownikami Ośrodka Uzależnień z Płocka
* **„ Nie daj się złapać w sieć”-** w klasach IV-tych uczono zasad bezpieczeństwa w sieci, korzystania z Internetu i portali społecznościowych.
* **„ Cuder”** – warsztaty dla uczniów, nauczycieli i rodziców. Program o ludzkich emocjach i roli jaką pełnią w życiu, jak żyć aby nie zmarnować swojej szansy
* **„ W labiryncie przemocy”** – klasy IV-VII wzięły udział w spektaklu ukazującym przemoc w Internecie oraz sposoby walki i bycia asertywnym.
* **„ Cisza „** – program skierowany do klas pierwszych opowiadający o powrocie ciszy do lasu, ograniczeniu ilości odpadów i utrzymaniu porządku.
* **„ Powiatowa debata na temat uzależnień”-** w debacie udział wzięły uczniowie klas VII-mych, którzy wspólnie z rówieśnikami innych szkół omówili problem uzależnień   
  a przede wszystkim skutki zażywania dopalaczy. Debatą pokierował specjalista   
  ds. profilaktyki z Centrum Profilaktyki Społecznej
* **„ Dlaczego powinniśmy oddawać krew”** – program zrealizowany w klasie III, gdzie na podstawie filmu „ Łączy nas krew, która ratuje życie” zapoznano uczniów z ideą honorowego krwiodawstwa.

W ramach działań edukacyjnych szkoły odbyło się spotkanie w klasach VII-mych na temat **„ Żyję bez ryzyka AIDS”.** Uczniowie dowiedzieli się w jaki sposób zapobiegać zakażeniu oraz gdzie szukać pomocy. Na podstawie ankiet przeprowadzonych w klasach VI-tych stwierdziliśmy, że uczniowie naszej szkoły nie mieli kontaktu z substancjami psychoaktywnymi i odurzającymi ale niektórzy mają niski poziom wiedzy dotyczący skutków spożywania alkoholu i dlatego na godzinach wychowawczych zostały przeprowadzone zajęcia mające na celu poszerzenie wiedzy z tej dziedziny.

**ODŻYWIANIE**

„ NASZE ZDROWIE – NASZA SPRAWA” – to hasło było myślą przewodnią do realizacji zadań mających na celu wprowadzenie zdrowych nawyków żywieniowych wśród uczniów. Cel ten osiągaliśmy w różny sposób, ale głównie poprzez praktyczne wykonywanie posiłków lub udział w projektach.

* **Sklepik szkolny** – zmienił swoje oblicze i w miejsce słodyczy i słodkich napoi pojawiły się smaczne kanapki, woda mineralna i inne dozwolone smakołyki.
* **W stołówce szkolnej** uczniowie mogą kupić obiad każdego dnia, decydując się na   
  I lub II danie. Nie muszą płacić za cały miesiąc. W tym celu została wydłużona jedna   
  z przerw do 20 minut, aby spokojnie i kulturalnie zjeść obiad.
* **„ Savoir-vivre kulturalnego człowieka**” – to konkurs na prezentację multimedialną   
  w 2018 roku oraz praktyczne wykazanie się dobrymi manierami podczas konkursu międzyklasowego.

Uczniowie brali udział w różnych programach i akcjach mających na celu nabycie   
i utrwalenie dobrych nawyków żywieniowych:

* **„ Śniadanie daje moc**”- program klas I –III realizowany przy wsparciu rodziców   
  i nauczycieli. Wspólne spożywanie śniadania to nawyk a czasem i polubienie pokarmu którego nie lubimy. Śniadania były kolorowe warzywami i owocami. Do picia uczniowie przynosili świeże soki lub koktajle.
* „Szkoła zdrowego żywienia” – udział w ogólnopolskim projekcie i uzyskanie certyfikatu ,,**Szkoła zdrowego żywienia**”.
* **Jesienne dary dla zdrowia** – to promocja darów przyrody. W klasach I – III zostały wykonane wystawy ukazujące efekt pracy przyrody w okresie letnim. Znalazły się tam owoce, warzywa, grzyby, zbiory z pól uprawnych oraz niektóre popularne zioła. Uczniowie mieli możliwość obejrzenia z bliska jak wyglądają dary ziemi.
* **Zdrowie na talerzu w zgodzie z piramidą żywienia** – odbyło się spotkanie uczniów klas IV - tych z p. Zofią B. specjalistą ds. promocji zdrowia z PSSE w Mławie. Tematem przewodnim spotkania był wpływ stylu życia na zdrowie człowieka. Czwartoklasiści dowiedzieli się między innymi co należy jeść, aby prawidłowo rosnąć i rozwijać się  
   w wieku dziecięcym, jakich produktów należy unikać, gdyż ich skład nie ma wartości odżywczych a wpływa na otyłość.
* **Dekalog zdrowego żywienia** – został przygotowany na godzinie wychowawczej przez uczniów klas szóstych. Swoją wiedzą teoretyczną podzielili się podczas pracy grupowej, gdzie zwracali szczególną uwagę na właściwości żywieniowe poszczególnych produktów oraz rolę sportu. Produktem końcowym było stworzenie 10 zasad zdrowego odżywiania zwanego dekalogiem zdrowego odżywiania ucznia SP1 w Mławie. Dekalog został umieszczony na tablicy, tak aby inni uczniowie mieli możliwość obejrzenia i sprawdzenia czy się prawidłowo odżywiają.
* **Teatrzyk kukiełkowy** – klasy drugie przygotowały i przedstawiły program artystyczny na temat zdrowego odżywiania pt. ,,W Jarzynowie”, gdzie w sposób żartobliwyi pełen humoru opowiadały na temat owoców i warzyw. Całość uzupełniona ciekawymi inspirowanymi wyglądem owoców i warzyw pozwoliła na zapamiętanie nazw i ich roli w prawidłowym odżywianiu.
* **Klasowi kucharze** – zaplanowanie i wykonanie zdrowych posiłków. W październiku uczniowie klas IV - VI na zajęciach technicznych wykonywali kanapki i sałatki zgodnie z zasadami zdrowego żywienia. Nauczyciele omówili również podstawowe zasady zdrowego odżywiania zwracając uwagę na nieregularne spożywanie posiłków, podjadanie między posiłkami i nadmierne spożywanie chipsów, frytek, słodyczy  
   i napojów gazowanych, co w konsekwencji prowadzi do nadwagi. Po zajęciach uczniowie stwierdzili, że zdrowe nawyki żywieniowe łatwiej się utrwalają, gdy posiłki wykonują sami.
* **Zaburzenia odżywiania** – anoreksja i bulimia - odbyły się spotkania klas piątych   
  z psychologiem Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Mławie p. Izabelą W. Pani psycholog prowadząc zajęcia metodą warsztatową starała się wyjaśnić uczniom na czym polegają zaburzenia w odżywianiu, które prowadzą do bardzo groźnych schorzeń zwanych bulimią lub anoreksją. Wspólnie zostały wypracowane zasady postępowania, aby ustrzec się tych chorób a jednocześnie pomóc osobom   
  z najbliższego otoczenia, których dotknęły zaburzenia odżywiania. Uczniowie otrzymali ulotki, które pozwalają na samodzielną kontrolę wagi poprzez wskaźnik BMI.
* **Jestem tym, co jem** – rola racjonalnego odżywiania na co dzień. Zajęcia zostały przeprowadzone na godzinach wychowawczych w klasach piątych. Celem głównym lekcji było promowanie zdrowego sposobu odżywiania wśród uczniów. Uczniowie analizowali piramidę zdrowia zwracając uwagę na błędy, jakie często popełniają podczas codziennego przygotowywania posiłków. Lekcja zakończyła się opracowaniem gazetki wiszącej na korytarzu i przypominającej, jak ważne jest prawidłowe odżywianie i aktywność fizyczna.
* „**Mój ulubiony zdrowy posiłek** – wystawa prac plastycznych przygotowanych przez uczniów na lekcjach plastyki i podczas zajęć w świetlicy szkolnej.
* **„ Mleko w szkole”** – program kierowany do klas I-V. Picie mleka zawierającego duże ilości wapnia i mikroelementów budujących zdrowe i mocne kości to też element naszej codziennej diety.
* **„ Owoce i warzywa w szkole”** – klasy I – V otrzymywały owoce lub warzywa, każdorazowo uczeń otrzymywał porcję produktu owocowego i warzywnego nadającego się do bezpośredniego spożycia.
* **„ Tydzień promocji zdrowia”** – w jego ramach organizowanych jest wiele akcji propagujących zdrowy styl życia i aktywność ruchową. Każdego dnia uczniowie mieli okazję dzielić się wiedzą i umiejętnościami z klasą. Podczas spotkań z pielęgniarką szkolną dokonali wymiany doświadczeń oraz rozszerzyli swoją wiedzę na temat chorób brudnych rąk. Uczyli się dbać o soją urodę przy wsparciu kosmetyczki.  
  Wiele informacji na temat zdrowego odżywiania uzyskali uczniowie podczas zajęć lekcyjnych:
* na przyrodzie realizowany był program **„Jem zdrowo, bo jem kolorowo**” – dzieląc warzywa na pięć grup zgodnie z ich kolorem uczniowie mogli w sposób bardzo dokładny określić ich walory smakowe oraz zawartość witamin.  
  Przepisy Pascala na zdrowie sałatki cieszyły się dużym zainteresowaniem.  
  Młodsza grupa wiekowa uczniów była bardzo aktywna w zakresie zdrowego odżywiania. Dzieci przygotowywały **plakaty, wywiady, mini teatrzyki**, gdzie wcielały się w rolę warzyw i owoców. Dużym wsparciem w realizacji tego modułu była **współpraca z PSSE** **w Mławie.** Podczas spotkań uczniowie zapoznali się z 10 zasadami zdrowego odżywiania ze szczególnym zwróceniem uwagi na okres dorastania.  
  Nieprawidłowe odżywianie to pułapka szczególnie dla młodych ludzi, którzy popadają w otyłość lub nadmierne odchudzanie / bulimia, anoreksja/.
* **Spotkanie klas VII-mych z dietetykiem** miało na celu uświadomić ten problem i dać wskazówki, jak nie wpaść w żadną z pułapek. Pani dietetyk zwróciła uwagę, jak powinien wyglądać zdrowy talerz, czyli w jakich proporcjach należy spożywać warzywa i owoce, produkty zbożowe, mięsne czy nabiał.
* W 2018 roku odbyło się spotkanie z **ekologicznym producentem żywności** z Turzy Małej. Produkty mleczne – głównie sery i masła oraz sposób ich produkcji przedstawili właściciele firmy – Elżbieta i Tomasz Rachoccy. Spotkanie zakończyło się degustacją serów przygotowanych z różnymi dodatkami.

Problematyka zdrowego odżywiania pojawiała się podczas realizacji zajęć lekcyjnych np.   
w klasie I uczniowie realizowali zadanie „ Zastrzyk witamin każdego dnia”, podczas których przygotowywali pyszne sałatki, kolorowe kanapki, szaszłyki i koktajle owocowe. Zdrowe soki owocowo - warzywne przygotowali uczniowie klasy IIIa podczas zajęć promujących zdrowe odżywianie. Klasa IIc na lekcji otwartej „ Odżywiam się zdrowo” poznawała tajniki zdrowego odżywiania, właściwości owoców i warzyw, produktów białkowych i tłuszczowych

Pielęgniarka szkolna również włączyła się w cykl pogadanek poświęconych zdrowemu odżywianiu. Zwracała uwagę na szereg zagrożeń niesionych przez niewłaściwe jedzenie, umiejętność wybierania dobrych produktów, a nie koniecznie ładnie zapakowanych. Przestrzegała uczniów przed konsekwencjami nieprawidłowego odżywiania oraz brak aktywności fizycznej. Dużym wsparciem w naszych działaniach jest prawidłowo prowadzony sklepik szkolny, w którym można kupić tylko zdrową żywność oraz stołówka szkolna, która pracuje zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa. Tam zawsze uczeń może kupić zdrowy obiad lub kanapkę.

**AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA**

Diagnoza wstępna prowadzona w formie obserwacji oraz analizy dokumentów szkolnych wyłoniła kolejny problem, który ma znaczący wpływ na zdrowie uczniów, ich kondycję fizyczną i dobre samopoczucie. Coraz więcej uczniów przyznaje się, że niechętnie podejmuje jakikolwiek wysiłek fizyczny poza obowiązkowymi zajęciami wychowania fizycznego.

Uczniowie mają wyraźne problemy z organizacją wolnego czasu. W przeprowadzonych rozmowach z wychowawcami deklarowali, że spędzają go głównie przy komputerze lub przed telewizorem.

W związku z powyższym postawiliśmy przed sobą zadania, mające na celu poprawę istniejącego stanu rzeczy poprzez:

1. Uświadomienie uczniom znaczenia aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka.
2. Zachęcanie do aktywnego wypoczynku oraz organizowanie zajęć mających na celu promowanie kultury fizycznej.
3. Zachęcanie do rozwijania zainteresowań oraz aktywnego spędzania wolnego czasu.

Baza sportowa szkoły, stanowi mocną stronę, sprzyjającą realizacji podjętych zadań. Dysponujemy salą gimnastyczną, placem zabaw dla klas I – III, a także kompleksem boisk sportowych z nowoczesnym placem zabaw i ścieżką zdrowia.

Propagowaliśmy różne formy działalności sportowo - rekreacyjnej na terenie szkoły. W ciągu całego roku szkolnego uczniowie brali udział w przygotowanych dla nich zawodach sportowych, mających charakter rywalizacji klasowych.

Uczniowie naszej szkoły systematycznie byli mobilizowani i zachęcani do aktywnego udziału   
w zawodach i turniejach, nie tylko na terenie szkoły, ale również gminy i powiatu.

Podstawową formą dbałości o kondycję i sylwetkę są lekcje z wychowania fizycznego, które odbywały się zgodnie z tygodniowym planem zajęć i podstawą programową dla klas  
 I - VII szkoły podstawowej. W ramach siatki godzin z w - f realizowane były wyjazdy na basen dla klas II – IV. Zajęcia odbywały się co drugi tydzień 2 godziny lekcyjne. Dla osób   
z problemami zdrowotnymi prowadzone były zajęcia z gimnastyki korekcyjnej, gdzie odpowiednio dobrane zestawy ćwiczeń korygowały całkowicie, bądź zmniejszały wady postawy.

Ponadto były prowadzone:

* **Zajęcia pozalekcyjne** - w czasie zajęć uczniowie rozwijali swoje indywidualne zainteresowania związane z aktywnością ruchową, uczyli się współpracy w grupie, zdrowego współzawodnictwa i zasad fair-play.
* **Aktywna przerwa** – to forma ruchu przy muzyce. Spotkania odbywały się na sali gimnastycznej, a latem na boisku
* **Ćwiczenia śródlekcyjne** przy współpracy z nauczycielami przedmiotów odbywały się w trakcie zajęć lekcyjnych. Krótki „ przerywnik” pozwalał na zmianę pozycji, wstanie   
  z krzesła, wyprostowanie ciała i krótką gimnastykę.
* **Wycieczki szkolne** – krajoznawcze i przedmiotowe to również element poznawania świata i ruch na świeżym powietrzu. Uczniowie zwiedzali pobliski teren jak również podróżowali po kraju i za granicę. Często wycieczka jest po prostu rajdem rowerowym, gdzie łączy się sport z bezpieczeństwem, znajomością zasad ruchu drogowego, właściwym doborem stroju, wyposażeniem .
* **Zajęcia na basenie** – klasy II-IV co drugi tydzień realizują program w-f na miejskim basenie, ucząc się pływać i kształtować ciało.
* **Zawody sportowe** – uczniowie cały czas rozwijają swoje talenty podczas zawodów sportowych na poziomie szkolnym, międzyszkolnym, miejskim i powiatowym.
* **Gimnastyka korekcyjna** – jest prowadzona przez nauczyciela - specjalistę, który pomaga i nadzoruje ćwiczenia gimnastyczne zalecone przez lekarza w związku ze skrzywieniami kręgosłupa.

Rodzinna aktywność fizyczna:

* **Mój tata gra** - turniej sportowy, gra w piłkę nożną. Drużyny tworzone przez rodziców.
* **Ja i moja rodzina na sportowo** – doskonalenie możliwości twórczych   
  uczniów poprzez działania plastyczne w różnych technikach. Pokazanie   
  rodzinnej aktywności sportowej poza szkołą.

Nasze sukcesy sportowe są zamieszczane na tablicy informacyjnej i lokalnej prasie, na stronie internetowej szkoły i Urzędu Miasta oraz na facebooku:

* Biegi przełajowe : Zuzanna P. i Dawid R.
* Trójbój lekkoatletyczny : Mateusz P., Sebastian K., Zuzanna P.
* Turniej klas I – III . Rywalizacja odbyła się z udziałem SP nr 1, SP nr 4, SP nr 6 i KSP. Drużyny 8 - osobowe prezentowały umiejętności ruchowe podczas 10 konkurencji. Zwyciężyła drużyna SP nr 1. Międzyszkolne zmagania sportowe klas II i III odbywają się również w Miejskiej Hali Sportowej. 16 - osobowe składy drużyn / 8 chłopców i 8 dziewczynek/ rywalizują w różnego rodzaju torach przeszkód. Na koniec roku szkolnego wyłonione są zwycięskie drużyny. Zajęliśmy 1 i 2.m – klasy II, 2 i 3.m klasy III.
* Mój tata gra – turniej cieszy się coraz większym zainteresowaniem. W obecnym roku było już 8 drużyn. Celem turnieju jest zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego oraz propagowanie idei wzorowego kibicowania w duchu fair-play. Zmaganiom sportowym towarzyszy rodzinna atmosfera życzliwości i wielkich emocji szczególnie ze strony dzieci.
* Rodzinny Festyn Zdrowia – podczas święta dzieci odpoczywały aktywnie i na sportowo, dołączyły również mamy biorąc udział w grach i zabawach zespołowych, wniosły miły akcent rywalizacji sportowej. Tu również najlepszymi kibicami były dzieci.
  + II miejsce w biegu na 100 metrów – szczebel rejonowy - Anna Wtulich
* III miejsce w halową mini piłkę nożną chłopców – szczebel rejonowy
* IV miejsce w halową mini piłkę dziewcząt – szczebel rejonowy
* I miejsce w biegu na 100 metrów i II miejsce w biegu na 300 metrów – szczebel powiatowy
* II miejsce w biegach przełajowych – szczebel powiatowy - Amelia Butryn
* Im w powiatowym Biegu Solidarności - M. Powązka
* Im w powiatowym Biegu Niepodległości – A. Butryn
* IIm w powiatowym Biegu Niepodległości – M. Piłkowska
* IIIm w powiatowym Biegu Niepodległości - A. Wtulich
* IIIm w powiatowej halowej mini piłce nożnej chłopców
* IIIm w Międzyszkolnym turnieju piłki nożnej
* IIIm w Międzyszkolnych biegach przełajowych
* IIm w Międzyszkolnych zawodach ruchowych klas II
* IIIm w Międzyszkolnych zawodach ruchowych klas III
* I, II, IIIm w Mławskiej Lidze Pływackiej – N. Tomczak, N. Ramska, N. Bergolc
* Im w Międzyszkolnych zawodach pływackich – Z. Piotrkowska, S. Rząp
* IIm w 4. Biegu o. Kryszkiewicza – M. Merchel
* **1m w Mistrzostwach Powiatu w Piłce Nożnej 2016**
* 1m w Międzyszkolnej lidze lekkoatletycznej A.Wtulich,
* 3m w Międzyszkolnej lidze lekkoatletycznej P.Bańczyk, Z.Rychcik
* Im w Międzyszkolnych zawodach ruchowych klas II - 2017
* Im w Międzyszkolnych zawodach ruchowych klas III – 2017
* 3m chłopców w Międzyszkolnych zawodach lekkoatletycznych organizowanych przez MOSiR
* 4m dziewcząt w Międzyszkolnych zawodach lekkoatletycznych organizowanych przez MOSiR
* Im w Międzyszkolnych zawodach ruchowych klas II - 2018
* Im w Międzyszkolnych zawodach ruchowych klas III – 2018

Aktywność fizyczna promowana jest przy różnych okazjach i w różnych formach, tak, aby każde dziecko znalazło dla siebie odpowiednią formę relaksu. Najsprawniejsi uczniowie uczestniczą w zawodach sportowych odbywających się na boiskach MOSiR, Mławskiej Hali Sportowej i Powiatowego Szkolnego Związku Sportowego. Każdy chętny uczeń mógł brać udział w zorganizowanych dniach na sportowo np. dzień na rolkach, dzień ze skakanką, dzień na sankach.

1. **OPIS WYNIKÓW AUTOEWALUACJI**

Zespół do spraw promocji zdrowia przeprowadził autoewaluację działań szkoły w zakresie dwóch standardów:

1. Klimat społeczny w naszej szkole – samopoczucie społeczności szkolnej
2. Baza lokalowa oraz środowisko fizyczne naszej szkoły

Wszystkie działania szkoły w zakresie powyższych standardów oraz pozostałych działań prozdrowotnych były na bieżąco monitorowane, dokumentowane oraz poddane autoewaluacji.

Autoewaluacja działań została przeprowadzona na podstawie wyników badań przeprowadzonych wśród uczniów, nauczycieli, pracowników niepedagogicznych i rodziców za pomocą konkretnych narzędzi.

Do przeprowadzenia badań wykorzystane zostały następujące narzędzia:

* obserwacja szkoły,
* ankiety ewaluacyjne
* dokumentacja szkolna w zakresie bazy lokalowej i środowiska fizycznego szkoły.

Badania ankietowe zostały przeprowadzone w październiku 2015 r. zaś ich autoewaluacja nastąpiła w marcu 2018r. Wzięli w nich udział: nauczyciele oraz pracownicy niepedagogiczni, uczniowie sześciu klas 5-7, rodzice uczniów z klas 5-7

**Wyniki badania klimatu społecznego, bazy lokalowej i środowiska fizycznego szkoły   
w roku szkolnym 2015/16**

* całej społeczności zależy na dążeniu do podniesienia jakości pracy szkoły poprzez podejmowanie działań dotyczące bezpieczeństwa i zdrowia.
* występują problemy w relacjach między uczniami
* uczniowie nisko oceniają własne podejście do nauki i zachowania na lekcjach
* część rodziców nie jest poinformowana o realizację projektu Szkoła Promująca Zdrowie

**Problemy priorytetowe wymagające rozwiązania:**

* + problem prawidłowych relacji między uczniami
  + występowanie zachowań aspołecznych wśród uczniów,
  + włączenie rodziców i uczniów w realizację zadań prozdrowotnych

**Rekomendacje do dalszej pracy na kolejne lata aplikowania o wojewódzki certyfikat Szkoła Promująca Zdrowie:**

* + należy tak zmodyfikować pracę wychowawczą i specjalistyczną, aby   
    w większym stopniu uwzględnić problem zachowań aspołecznych wśród uczniów
  + należy tam, gdzie to możliwe włączać rodziców do pracy w poszczególnych obszarach

**Ogólne wyniki autoewaluacji za rok szkolny 2017/2018**

**Wnioski i rekomendacje**

**Standard III-** *Szkoła Promująca Zdrowie prowadzi edukację zdrowotną uczniów i pracowników i dąży do zwiększenia jej skuteczności.*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | **Rok szkolny 2015/2016** | | **Rok szkolny 2017/2018** | |
|  | **UCZNIOWIE** | | **155** | | **160** |
|  | **Polityka, warunki i organizacja życia szkoły sprzyjające edukacji zdrowotnej ( 1)** | **85 %** | | **85 %** | |
|  | **Uczeń jest aktywnym uczestnikiem procesu realizacji edukacji zdrowotnej(2,3,4,5)** | **90%** | | **98 %** | |
|  | **Szkoła współpracuje ze środowiskiem i wykorzystuje jego zasoby(7)** | **80%** | | **87 %** | |
|  | **Szkoła prowadzi ewaluację i wykorzystuje jej wyniki dla podnoszenia jakości edukacji zdrowotnej** | **100 %** | | **100%** | |
|  | **Średni wynik** | **89%** | | **93 %** | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | **Rok szkolny**  **2015/2016** | | **Rok szkolny 2017/2018** | |
|  | **NAUCZYCIELE** | | **25** | | **25** |
|  | **Polityka, warunki i organizacja życia szkoły sprzyjające edukacji zdrowotnej (1,2)** | **100 %** | | **100 %** | |
|  | **Uczeń jest aktywnym uczestnikiem procesu realizacji edukacji zdrowotnej(3.4,5,6)** | **90%** | | **96 %** | |
|  | **Szkoła współpracuje ze środowiskiem i wykorzystuje jego zasoby(8,11)** | **90%** | | **96 %** | |
|  | **Szkoła prowadzi ewaluację i wykorzystuje jej wyniki dla podnoszenia jakości edukacji zdrowotnej (7,9,10)** | **100%** | | **100%** | |
|  | **Średni wynik** | **95%** | | **98 %** | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | | **Badane osoby** | **Rok szkolny**  **2015/2016** | | **Rok szkolny**  **2017/2018** |
|  | **PRACOWNICY SZKOŁY, KTÓRZY NIE SĄ**  **NAUCZYCIELAMI** | | **10** | **10** | |
|  | | **Polityka, warunki i organizacja życia szkoły sprzyjające edukacji zdrowotnej (1,2)** | **100 %** | | **100 %** |
|  | | **Jestem aktywnym uczestnikiem procesu realizacji edukacji zdrowotnej(3,4)** | **100%** | | **100 %** |
|  | | **Średni wynik** | **100%** | | **100 %** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | **Rok szkolny**  **2017/2018** | |
|  | | **RODZICE** | **140** | | **142** |
|  | **Polityka, warunki i organizacja życia szkoły sprzyjające edukacji zdrowotnej(3)** | | **85%** | **89 %** | |
|  | **Uczeń jest aktywnym uczestnikiem procesu realizacji edukacji zdrowotnej(1)** | | **90%** | **94 %** | |
|  | **Szkoła współpracuje ze środowiskiem i wykorzystuje jego zasoby(2)** | | **85 %** | **92%** | |
|  | **Szkoła prowadzi ewaluację i wykorzystuje jej wyniki dla podnoszenia jakości edukacji zdrowotnej (3)** | | **85%** | **89 %** | |
|  | **Średni wynik** | | **86%** | **91 %** | |

**Wnioski:**

* Polityka, warunki i organizacja życia szkoły sprzyja edukacji zdrowotnej.
* Szkoła stwarza dobre i sprzyjające warunki do prawidłowej realizacji edukacji zdrowotnej.
* Edukacja zdrowotna jest ważnym zadaniem w szkole realizowanym przez wszystkich nauczycieli, którzy uwzględniają tematy dotyczące zdrowia w ramach przedmiotu, którego uczą.
* Rodzice mają świadomość ilości i skuteczności przekazywanych w szkole treści zdrowotnych.
* Rodzice znają zagadnienia z zakresu edukacji zdrowotnej realizowane zarówno przez nauczycieli jak i zapraszanych specjalistów.
* Współpraca nauczycieli podczas realizacji zagadnień edukacji zdrowotnej przynosi dobre efekty.
* Efekty realizowanych treści są ogólnodostępne i prezentowane na forum szkoły   
  i na stronie internetowej szkoły.
* Treści o tematyce zdrowotnej przekazywane na godzinach wychowawczych innych przedmiotach zachęcają uczniów do dbałości o własne zdrowie.
* Szkoła współpracuje ze specjalistami w dziedzinie edukacji zdrowotnej. Uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach warsztatowych dotyczących zdrowego stylu życia.
* Opinie uczniów są brane pod uwagę przy planowaniu tematyki zdrowotnej.
* Pracownicy niepedagogiczni znają i pozytywnie postrzegają działania podejmowane   
  w zakresie promocji zdrowia.

**Standard IV-** *Szkoła Promująca Zdrowie tworzy klimat społeczny sprzyjający:*

* *zdrowiu i rozwojowi uczniów i pracowników,*
* *osiąganiu przez wszystkich sukcesów i wspierający ich poczuciu własnej wartości*
* *uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu członków społeczności szkolnej, w tym rodziców oraz osób ze społeczności lokalnej*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | **Rok szkolny**  **2017/2018** | |
|  | | **UCZNIOWIE** | **155** | | **160** |
|  | **Stwarzanie uczniom możliwości uczestnictwa w życiu klasy (2, 3)** | | **82%** | **88%** | |
|  | **Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (4, 5,8)** | | **79%** | **86%** | |
|  | **Motywowanie do osiągania sukcesów (6, 7)** | | **83%** | **86%** | |
|  | **Relacje między uczniami (9, 10, 11, 13)** | | **70%** | **76%** | |
|  | **Występowanie przemocy i zachowań aspołecznych wśród uczniów (12)** | | **57%** | **50%** | |
| **VI.** | **Średni wynik** | | **74%** | **77%** | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | **Rok szkolny**  **2017/2018** | |
|  | | **NAUCZYCIELE** | **25** | | **25** |
|  | **Stwarzanie nauczycielom możliwości uczestnictwa w życiu i pracy szkoły oraz wsparcie ze strony dyrektora (1, 2, 3, 4, 5, 6)** | | **84%** | **84%** | |
|  | **Relacje nauczyciele – nauczyciele (7, 8, 9)** | | **95%** | **96%** | |
|  | **Stosunek uczniów do nauczycieli (10, 11,)** | | **73%** | **75%** | |
|  | **Podejście uczniów do nauki i zachowanie na lekcjach (12, 13, 14)** | | **80%** | **80%** | |
|  | **Relacje rodzice -nauczyciele (15, 16, 17)** | | **76%** | **78%** | |
|  | **Średni wynik** | | **82%** | **83%** | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | **Rok szkolny**  **2017/2018** | |
|  | | **PRACOWNICY NIEPEDAGOGICZNI** | **10** | | **10** |
|  | **Stwarzanie pracownikom, którzy nie są nauczycielami, możliwości uczestnictwa w życiu i pracy szkoły (1,2)** | | **85%** | **90%** | |
|  | **Satysfakcja z pracy w szkole oraz wsparcie ze strony dyrekcji (3,4,5)** | | **95%** | **97%** | |
|  | **Relacje między nauczycielami a pracownikami, którzy nie są nauczycielami (6,7,8)** | | **95%** | **95%** | |
|  | **Relacje między pracownikami, którzy nie są nauczycielami (9,10,11)** | | **95%** | **95%** | |
|  | **Stosunek uczniów do pracowników, którzy nie są nauczycielami (12,13)** | | **82%** | **85%** | |
|  | **Średni wynik** | | **89%** | **92%** | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | **Rok szkolny**  **2017/2018** | |
|  | | **RODZICE** | **140** | | **142** |
|  | **Satysfakcja ze szkoły dziecka (1)** | | **95 %** | **97%** | |
|  | **Stwarzanie rodzicom możliwości uczestnictwa w życiu klasy/szkoły (2, 3 4)** | | **84%** | **87%** | |
|  | **Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (8,9,10,11)** | | **90%** | **91%** | |
|  | **Uczestnictwo rodziców w życiu i pracy klasy/szkoły (5,6,7)** | | **85%** | **90%** | |
|  | **Wsparcie dla rodziców (12)** | | **90%** | **95%** | |
|  | **Średni wynik** | | **89%** | **92%** | |

**Wnioski:**

* Uczniowie są zadowoleni z atmosfery w ich klasie i szkole. Większość uczniów stwierdziła, iż nauczyciele ustalają wspólnie z nimi reguły (zasady) pracy na lekcjach, pytają ich o zdanie w sprawach, które ich dotyczą, biorą pod uwagę ich opinie, traktują ich sprawiedliwie, są życzliwi, dostrzegają ich mocne strony, angażują ich   
  w projekty, w których mogą się spełniać, są pomocni w razie kłopotów lub trudności.
* Uczniowie są w większości dla siebie życzliwi, pomocni w trudnych sytuacjach, akceptują siebie takimi, jakimi są, starają się, aby nikt nie pozostawał na uboczu. Zdarzają się zachowania agresywne między uczniami: przezywanie, ośmieszanie, popychanie, bicie się za sobą
* Nauczyciele chętnie przychodzą do pracy, lubią uczyć, czują satysfakcję z pracy   
  w szkole. Współpracują ze sobą, wspierają się nawzajem. Mają poczucie efektywności swojej pracy.
* Pracownicy nie będący nauczycielami chętnie ze sobą współpracują, są dla siebie życzliwi, pomagają sobie wzajemnie. Mają zaufanie do dyrektora szkoły, są pytani   
  o sprawy szkoły. Uczniowie reagują na ich prośby i zalecenia, szanują ich pracę   
  i godność.
* Rodzicom odpowiada atmosfera w szkole ich dziecka. Uważają, że w szkole są jasno określone zasady współpracy z rodzicami. Rodzice są pytani o zdanie w sprawach dotyczących życia i pracy klasy lub szkoły, a ich zdanie jest brane pod uwagę, są zachęcani do udziału w życiu i pracy klasy i szkoły.
* Dyrekcja szkoły i nauczyciele są życzliwi dla rodziców, udzielają im pomocy   
  w sprawach ich dzieci.
* Nauczyciele udzielają rodzicom wyczerpujących informacji o postępach i zachowaniu dziecka w szkole, dostrzegają ich mocne strony, są pomocni w pokonywaniu trudności, są dla ich dzieci życzliwi i sprawiedliwi, przedstawiają plany, projekty, zamierzenia, jakie chcą realizować

**Standard V-** *Szkoła Promująca Zdrowie tworzy środowisko fizyczne sprzyjające zdrowiu uczniów i pracowników*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | **Rok szkolny**  **2017/2018** | |
|  | | **UCZNIOWIE** | **155** | | **160** |
|  | **Warunki sanitarne, czystość i estetyka pomieszczeń(1-3)** | | **62%** | **64 %** | |
|  | **Organizacja lekcji i przerw międzylekcyjnych (4)** | | **95%** | **98 %** | |
|  | **Organizacja posiłków w naszej szkolnej stołówce (5)** | | **80%** | **84 %** | |
|  | **Warunki i organizacja zajęć ruchowych (7)** | | **80%** | **82 %** | |
|  | **Systematyczność uczenia pierwszej pomocy (6)** | | **85%** | **86%** | |
|  | **W szkole przestrzegane są regulaminy i procedury(8)** | | **75%** | **76%** | |
|  | **Średni wynik** | | **80%** | **82 %** | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Podskale i badane osoby** | | **Rok szkolny 2015/2016** | | **Rok szkolny 2017/2018** |
|  | | **NAUCZYCIELE** | **25** | **25** | |
|  | **Czystość i estetyka pomieszczeń (1)** | | **80%** | | **84 %** |
|  | **Mikroklimat, oświetlenie, ochrona przed hałasem (2)** | | **90%** | | **92 %** |
|  | **Organizacja pracy w szkole i przydzielonych obowiązków(3,5,8)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **Przerwy obiadowe dostosowane do potrzeb uczniów (4)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **Zabezpieczenia przed wypadkami, urazami i dostępność pierwszej pomocy(6)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **W szkole istnieją i są przestrzegane regulaminy i procedury(7)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **Średni wynik** | | **95%** | | **96 %** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** |
|  | | **PRACOWNICY SZKOŁY, KTÓRZY NIE**  **SĄ NAUCZYCIELAMI** | **10** | **10** | |
|  | **Warunki sanitarne, czystość i estetyka pomieszczeń(1)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **Organizacja pracy i przydzielonych zadań (2)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **Znajomość i przestrzeganie regulaminów i procedur (3)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **Zabezpieczenie przed wypadkami i urazami (4)** | | **100%** | | **100 %** |
|  | **Średni wynik** | | **100%** | | **100 %** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Podskale i badane osoby** | | **Rok szkolny**  **2015/2016** | | | **Rok szkolny**  **2017/2018** |
|  | | **RODZICE** | | **140** | **142** | |
|  | **Warunki sanitarne, czystość i estetyka pomieszczeń** | | **90%** | | | **94 %** |
|  | **Warunki i organizacja zajęć ruchowych (2)** | | **90%** | | | **91 %** |
|  | **Informowanie rodziców o prawidłowym odżywianiu i profilaktyce (4,5)** | | **80%** | | | **83 %** |
|  | **Aktywny udział rodziców w promocję ruchu i zdrowego odżywiania** | | **75%** | | | **79 %** |
|  | | **Średni wynik** | | **84%** | **87 %** | |

**Wnioski:**

* Estetyczny wygląd budynku (nowa elewacja, nowy dach); zadbany, ładnie zagospodarowany teren przyszkolny; parking z kostki brukowej.
* Uczniowie uważają, że w szkole jest czysto.
* Uczniowie twierdzą, że czystość w szkolnych sanitariatach utrzymuje się na poziomie dobrym.
* Duży odsetek ankietowanych nie zachowuje porządku i nie dba o czystość w szkole.
* Uczniowie mają możliwość spędzania przerw międzylekcyjnych na powietrzu przy sprzyjającej pogodzie.
* Zdecydowana większość uczniów jedzących obiad w stołówce może go zjeść spokojnie, bez pośpiechu.
* Zdaniem większości uczniów są systematycznie uczeni zasad udzielania pierwszej pomocy.
* Większa część badanych stwierdziła, że zajęcia ruchowe są w naszej szkole różnorodne i dopasowane do możliwości każdego ucznia.
* Uczniowie przestrzegają regulaminów i procedur obowiązujących w szkole
* Na terenie całego obiektu pełnione są dyżury nauczycieli.
* W szkole istnieją i są przestrzegane regulaminy.
* Praca w szkole jest dobrze zorganizowaną, a przerwy są dostosowane do potrzeb dzieci.
* Szkoła jest dobrze zabezpieczona przed wypadkami: teren ogrodzony, urządzenia   
  i obiekty zabezpieczone.
* Ankietowani twierdzą , iż uczniowie dbają o czystość i porządek w naszej szkole
* Pracownicy mają dobrze zorganizowana pracę w szkole i równomiernie rozłożone przydzielone zadania
* Respondenci w 100% znają regulaminy obowiązujące w naszej szkole
* 100% ankietowanych twierdzi, iż nasza szkoła jest dobrze zabezpieczona przed wypadkami i urazami
* Zdecydowanie większa część rodziców uważa, że w szkole jest czysto.
* W czasie zebrań z rodzicami poruszane są sprawy związane z aktywnością fizyczną   
  i uczestnictwem dzieci w zajęciach wychowania fizycznego.
* Duża liczba ankietowanych twierdzi, że w czasie zebrań poruszany jest temat zjadania przez dzieci śniadania i posiłków w szkole.
* Większa część badanych stwierdziła, że jest zapraszana do współorganizowania   
  i udziału w imprezach szkolnych związanych z aktywnością fizyczną i zdrowym odżywianiem.
* Ankietowani rodzice jednoznacznie twierdzą, że w szkole organizowane są pedagogizacje związane z profilaktyką i zdrowym odżywianiem

**Rekomendacje**

1. Wpajać wśród uczniów zasady czystości i wyrabiać u nich nawyk dbania o porządek   
   w szkole i jej otoczeniu.
2. Przypominać uczniom ich prawa i obowiązki wynikające ze Statutu Szkoły.
3. Kontynuować uczenie zasad udzielania pierwszej pomocy.
4. Kontynuować prowadzenie różnorodnych zajęć ruchowych dopasowanych do możliwości każdego ucznia.

Na podstawie przeprowadzonych obserwacji zachowań uczniów w różnych sytuacjach szkolnych, ankiet, rozmów i wdrażanych nawyków można stwierdzić, że działania, które zostały podjęte przyniosły pozytywne skutki. Uczniowie poznali zasady bezpieczeństwa   
w ruchu drogowym i w sieci. Dokonują właściwych wyborów podczas zakupu zdrowej żywności. Dużym powodzeniem cieszyła się akcja spożywania owoców i soków w klasach I - V oraz spożywania jabłek przez wszystkich uczniów szkoły. Nasi uczniowie bardzo chętnie spędzają czas na boisku szkolnym, placu zabaw. Korzystają ze szkolnej ścieżki zdrowia. Rozgrywają turnieje na ,,zewnętrznych” grach planszowych. Udział w wielu programach, akcjach, spotkaniach ze specjalistami, pogadankach z zakresu promocji zdrowego stylu życia wyposażył uczniów w szeroką wiedzę dotyczącą zdrowej żywności, bezpieczeństwa, działań proekologicznych. Tę wiedzę uczniowie wykorzystali   
w konkursach dotyczących zdrowia, bezpieczeństwa i aktywności fizycznej. Dlatego, też w dalszym ciągu będziemy podejmować działania i zachęcać uczniów do właściwych wyborów i działań prozdrowotnych na terenie szkoły i poza szkołą.

**Podsumowanie:**

* W dalszym ciągu dbać o czystość i porządek na terenie szkoły, a w szczególności  
   w sanitariatach szkolnych.
* Wykorzystywać potencjał chętnych rodziców w organizowaniu imprez   
  i przeprowadzaniu niektórych zajęć z edukacji prozdrowotnej.
* Zwracać uwagę uczniów na konieczność szacunku i kulturalnego zachowania uczniów wobec wszystkich pracowników szkoły.

1. **NAJWAŻNIEJSZE ZMIANY**

Realizacja programu pozwoliła na wprowadzenie różnorodnych i potrzebnych społeczności szkolnej zmian w pracy szkoły:

* wzrost świadomości społeczności szkolnej z zakresu dbania o własne zdrowie fizyczne i dobre samopoczucie,
* poprawa klimatu społecznego w szkole wśród całej społeczności szkolnej,
* większe zaangażowanie społeczności szkolnej w działania prozdrowotne,
* zdecydowana większość uczniów dostrzega konieczność zmiany nawyków żywieniowych oraz sposobów spędzania wolnego czasu na bardziej aktywny,
* znajomość zasad zdrowego stylu życia,
* działanie zreorganizowanego sklepiku szkolnego, w którym pojawiła się tylko zdrowa żywność
* uczniowie korzystają z aktywnych form spędzania czasu organizowanych przez szkołę: rajdy rowerowe, wycieczki, aktywne przerwy, zawody i turnieje sportowe
* wprowadzenie zajęć socjoterapeutycznych i psychoedukacyjnych z psychologiem szkolnym w celu poprawy funkcjonowania niektórych uczniów,
* rozszerzenie monitoringu na terenie budynku szkoły i boiska,
* wprowadzenie procedur odbioru dzieci młodszych ze szkoły przez rodziców   
  i uprawnionych opiekunów.

Działania i zmiany wprowadzone na skutek realizacji programu pozytywnie wpływają na społeczność szkolną, funkcjonowanie szkoły oraz promocję placówki w środowisku lokalnym, są powszechnie akceptowane i wszyscy chętnie w nich uczestniczą.

Mimo zadowalających wyników naszej pracy, będziemy kontynuować, uatrakcyjniać   
i promować dotychczasowe działania, aby nadal dbać o zdrowie psychiczne, zdrowe odżywianie i kondycję fizyczną całej społeczności szkolnej.

1. **MOCNE STRONY SZKOŁY**

Nasza szkoła realizując program Szkoła Promująca Zdrowie znacznie zwiększyła świadomość całej społeczności w zakresie dbania o zdrowie i dobre samopoczucie. W wyniku realizacji programu podejmowano różnorodne działania prozdrowotne angażujące całą społeczność szkolną: uczniów, nauczycieli, rodziców i pracowników niepedagogicznych oraz różnego rodzaju instytucje lokalne.

* upowszechnienie idei Szkoły Promującej Zdrowie
* korelacja działań ze Szkolnym Programem Wychowawczo- Profilaktycznym
* poprawa klimatu społecznego szkoły,
* wzrost satysfakcji rodziców z możliwości udziału w życiu szkoły,
* zmniejszenie występowania zjawiska przemocy i agresji wśród uczniów,
* pełne wykorzystanie terenu przyszkolnego: boisk, placów zabaw jako szkolnych przestrzeni sportowo - edukacyjnych,
* wzrost świadomości całej społeczności szkolnej dbania o własne zdrowie fizyczne i psychiczne,
* integracja społeczności szkolnej i środowiska lokalnego,
* promocja szkoły w środowisku lokalnym, jako placówki promującej zdrowy styl życia,
* efektywna współpraca z różnego rodzaju instytucjami lokalnymi działającymi na rzecz zdrowia i bezpieczeństwa

Koncepcja Szkoły Promującej Zdrowie jest znana i akceptowana przez całe środowisko szkolne, działania w ramach programu zaś są systematycznie realizowane na wielu płaszczyznach życia szkoły. Zaangażowani są w jej tworzenie nie tylko nauczyciele, ale też uczniowie, pracownicy niepedagogiczni oraz rodzice. Zaplanowane działania zostały uzgodnione i podjęte wspólnie z Radą Rodziców, Radą Pedagogiczną i Samorządem Uczniowskim. Wszystkie podmioty bardzo aktywnie współpracowały. Z zaangażowaniem podejmowały działania związane z promocją zdrowia. Całej społeczności zależało na dążeniu do podniesienia jakości pracy szkoły poprzez podejmowanie działań dotyczących bezpieczeństwa i zdrowia. Z przeprowadzonych badań ankietowych wynika, że 84% uczniów, 93% nauczycieli, 90% rodziców i 97 % pracowników niepedagogicznych akceptuje ideę Szkół Promujących Zdrowie. Środowisko szkolne ma świadomość i jest zaangażowane w tworzenie Szkoły Promującej Zdrowie.

1. **WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM   
   ORAZ Z RODZICAMI**

W ramach realizacji zadań Szkoły Promującej Zdrowie współpracowaliśmy z wieloma instytucjami, które służyły fachową pomocą:

* **Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna w Mławie**, która wsparła nas przy realizacji bloku żywieniowego, organizując spotkanie „ 10 zasad zdrowego odżywiania”, „ Porozmawiajmy o zdrowym odżywianiu i aktywności fizycznej”,  
  „ Strzeż się przed kleszczami wszelkimi sposobami”;
* **Centrum Dietetyczne Naturhouse** – organizacja spotkania nt. „ Jak zmienić swój wygląd, poczuć się lepiej i skorygować nawyki żywieniowe”; prelekcja, ulotki, porady dla uczniów;
* **MOPS Mława** – realizacja programów profilaktycznych mających na celu zapobieganie złym nawykom i wskazywanie na ich konsekwencje.  
  Program „ Cukierki”, „ Cuder”, „ Nie daj się złapać w sieć”;
* **Powiatowa Komenda Policji w Mławie** – systematyczna współpraca w zakresie bezpieczeństwa uczniów. Realizacja programów: „Odblaskowa szkoła”, „ Odblaski dla pierwszoklasistów”, „ Bezpieczna droga do szkoły i ze szkoły”. Dla starszej grupy wiekowej : „ Odpowiedzialność nieletnich za czyny karalne”. Pokaz narkotyków   
  i dopalaczy oraz sposoby ich przechowywania – spotkanie z nauczycielami   
  i pracownikami szkoły.
* **Państwowa Straż Pożarna Mławie** – przeprowadzenie ćwiczeń ewakuacyjnych   
  w szkole, zapoznanie z pracą strażaków i ich sprzętem ratowniczym podczas pobytu   
  w jednostce straży. Spotkanie z uczniami naszej szkoły, pokaz stroju strażaka   
  i podstawowego sprzętu ratunkowego, szkolenia „Ochrona przeciwpożarowa   
  i bezpieczeństwo”;
* **Dom Dziecka w Kowalewie** - akcje charytatywne na rzecz podopiecznych   
  w Kowalewie. Coroczna wspólna zabawa karnawałowa uczniów naszej szkoły i Domu Dziecka w Kowalewie.
* **Działu Profilaktyki i Edukacji Procter&Gamble** – spotkanie z dziewczętami klas szóstych „ Między nami kobietkami”, materiały promocyjne, ulotki;
* **Gabinet kosmetyczny** w Mławie – spotkanie z kosmetyczką, udzielenie porad, jak dbać o skórę w okresie dojrzewania, jakie stosować zabiegi upiększające.
* **Stowarzyszenie Przyjaciół Szkoły Podstawowej nr 1** w Mławie– systematyczna współpraca w zakresie działań promujących zdrowie, organizacja konkursów   
  o tematyce zdrowotnej;
* **Gospodarstwo ekologiczne** w Turzy – przeprowadzenie pogadanki i prelekcji dla uczniów, profil zawodu rolnika, prezentacji wyrobów produkowanych przez rolnika, degustacja wyrobów.

Ważnymi partnerami w realizacji zadań szkoły są rodzice. To dzięki ich pomocy   
i wsparciu pokonaliśmy wiele problemów. Pomoc rodziców jest bardzo różna, od **finansowe**j, dzięki której organizujemy wycieczki i krótkie wyjazdy, zakupujemy nagrody rzeczowe poprzez pomoc rzeczową w ramach **akcji charytatywnych** – zbiórka środków czystości   
i artykułów spożywczych dla dzieci chorych i pokrzywdzonych przez los. Zbiórka karmy dla zwierząt w schroniskach. Każda **dyskoteka i bal karnawałowy** to również pomoc rodziców przy organizowaniu poczęstunku dla uczniów, przekazywanie nieodpłatne artykułów spożywczych. W młodszej grupie wiekowej rodzice przygotowują dekoracje na apele   
i uroczystości, ubierają choinki, a nawet przystępują do konkursów o tytuł „Najpiękniejszej choinki”, które zakończyły się sukcesami. „Tydzień promocji zdrowia” to duży wkład rodziców w jego przygotowanie. Dzięki szerokiej współpracy zaprezentowano „pyszne” stoły z lokalnymi potrawami i zdrową żywnością w ludowej aranżacji dekoracji stołów. Dekoracja   
szkoły, wystawy i konkursy również powstawały dzięki zaangażowaniu się rodziców. Współpraca z rodzicami jest procesem ciągłym. Rodzice na bieżąco są informowani   
o planowanych działaniach, zamierzeniach i zapraszani do współpracy przez wychowawców   
i koordynatorów poszczególnych projektów, w tym o tematyce prozdrowotnej.

1. **SZKOLENIA Z ZAKRESU TEMATYKI ZDROWOTNEJ**

Szkoła promująca zdrowie to miejsce nauki i pracy społeczności szkolnej, gdzie uczniowie, nauczyciele i rodzice podejmują starania w kierunku poprawy swego samopoczucia i zdrowia. Szkolenia Rady Pedagogicznej przyczyniły się do rozwoju wiedzy i kompetencji nauczycieli w tym zakresie.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **lp.** | **nazwa szkolenia temat** | **odbiorca** | **data** | **instytucja** |
|  | Bezpieczna droga do szkoły | uczniowie | 15 IX 2015 | Powiatowa Komenda Policji Mława |
|  | Zdrowie na talerzu w zgodzie z piramida żywieniową | uczniowie | 8 X 2015  11 XII 2015 | PSSE Mława |
|  | Wyzwania w profilaktyce  uzależnień | nauczyciele | 7 X 2015 | MSCDN Ciechanów |
|  | Między nami kobietkami | uczniowie | 9 XI 2015 | Procter & Gamble Dział Profilaktyki  i Edukacji Warszawa |
|  | Moje dziecko uczniem  Wpływ czytania na rozwój dzieci | rodzice | 19 XI 2015 | Poradnia psychologiczno-pedagogiczna Mława |
|  | Bezpieczeństwo  w ruchu drogowym | nauczyciele | 10 – 11 XII 2015 | PODN Mława |
|  | Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem | uczniowie | 14 I 2016  21 I 2016 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Mława |
|  | Sytuacje konfliktowe – jak sobie z nimi radzić ? | nauczyciele | 26 I – 23 II 2016 | PODN Mława |
|  | Bezpieczeństwo w sieci | rodzice | 21 I 2016 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Mława  Wychowawcy |
|  | W trosce o zdrowie – zasady racjonalnego żywienia i aktywnego wypoczynku | rodzice | 21 I 2016 | wychowawcy  klas |
|  | Rola nauczyciela i szkoły w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych | nauczyciele | XI 2015 – II 2016 | Studium Prawa Europejskiego Warszawa |
|  | Wtargniecie napastnika do placówki | nauczyciele  pracownicy szkoły | 10 III 2016 | Powiatowa Komenda Policji Mława |
|  | Wpływ siedzącego trybu życia na zdrowie i kondycję dziecka | rodzice | 13 IV 2016 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Mława  Wychowawcy |
|  | Profilaktyka i promocja zdrowia | nauczyciele  pracownicy szkoły | 15 III 2016 | SANEPiD  Mława |
|  | Tajemnica zaginionej skarbonki | uczniowie | 18 IV 2016 | Ośrodek Terapii i Profilaktyki uzależnień Płock |
|  | Relacje rówieśnicze | uczniowie | 18 IV 2016 | Poradnia psychologiczno-pedagogiczna Mława |
|  | Smak życia - debata o dopalaczach | uczniowie | 12 V 2016 | Ośrodek Terapii i Profilaktyki uzależnień Płock |
|  | Trudne sytuacje wychowawcze  w klasie | nauczyciele | 10 V 2016 | PODN Mława |
|  | Udzielamy pierwszej pomocy | uczniowie | 10 VI 2016 | Powiatowa Komenda Policji Mława |
|  | Bezpieczne wakacje | uczniowie | 7 VI 2016 | Powiatowa Komenda Policji Mława |
|  | Uzależnienia i ich wpływ na funkcjonowanie człowieka | uczniowie | 27 IX 2016 | Powiatowa Komenda Policji Mława |
|  | Zagrożenia internetowe – telefon, niebezpieczne gry, infoholizm, cyberprzemoc | nauczyciele | 22 X 2016 | EKO TUR Warszawa |
|  | Program profilaktyczny Cukierki | uczniowie | 3 XI 2016 | Ośrodek Terapii i Profilaktyki uzależnień Płock |
|  | Zrozumieć dziecięce emocje (I - III) | rodzice | 6 IV 2017 | Poradnia psychologiczno-pedagogiczna Mława |
|  | Trudności wychowawcze wieku dojrzewania (VI) | rodzice | 6 IV 2017 | Poradnia psychologiczno-pedagogiczna Mława |
|  | Ochrona przeciwpożarowa i bezpieczeństwo | nauczyciele | 23 V 2017 | Powiatowa Komenda Straży Pożarnej Mława |
|  | Szanse czy zagrożenia – wpływ mediów na rozwój dziecka młodszego | nauczyciele | 23 X 2017 | EKO TUR Warszawa |
|  | Brak motywacji do rozwoju | uczniowie  nauczyciele  rodzice | 14 XI 2017 | CUDER  Płock |
|  | Program profilaktyczny Cukierki | uczniowie | 18 X 2017 | Ośrodek Terapii i Profilaktyki uzależnień Płock |
|  | Pokolenie X,Y,Z i ich współpraca nowe wyzwania dla nauczycieli | nauczyciele | 26 lutego 2018 | EKO TUR Warszawa |
|  | Nie daj się złapać w sieć – internet, gry | uczniowie | 21 III 2018 | Ośrodek Terapii i Profilaktyki uzależnień Płock |
|  | Profilaktyka i promocja zdrowia | nauczyciele  pracownicy szkoły | 7 III 2018 | PODN Mława |
|  | Jestem już dorosły (VI - VII) | rodzice | 12 IV 2018 | Poradnia psychologiczno-pedagogiczna Mława |
|  | Debata – alkohol, jego złe strony i skutki w życiu społecznym i zawodowym | uczniowie | 21 V 2018 | Ośrodek Terapii i Profilaktyki uzależnień Płock |
|  | Szkolenie w ramach zespołów rady:   * Jak radzić sobie z trudnymi zachowaniami uczniów * Kara czy nagroda – jak radzić sobie ze skrajnymi postawami u dzieci * Jak uchronić naszego ucznia przed zagrożeniami z internetu – cyberprzemoc * Fikcyjne więzi w wirtualnej rzeczywistości; wpływ internetu na kształtowanie osobowości ucznia * Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym oraz trudnościom w kontaktach z rówieśnikami | nauczyciele | 2016 - 2018 | Przewodniczący zespołów |

1. **HARMONOGRAM PRAC, ZADANIA KOORDYNATORA SZKOLNEGO ORAZ SZKOLNEGO ZESPOŁU DS. PROMOCJI ZDROWIA**

**Skład zespołu do spraw promocji zdrowia:**

Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia: **Teresa Łapka** – nauczycielka przyrody

**Członkowie:**

Bąk Małgorzata – nauczycielka wczesnej edukacji

Bugaj Jadwiga – pedagog szkolny

Dobrowolski Łukasz – nauczyciel wychowania fizycznego

Kieglerski Dariusz – nauczyciel wychowania fizycznego

Lampkowska Janina – nauczycielka plastyki

Luciszewska Jolanta – nauczycielka informatyki i matematyki

Szkolny koordynator Szkoły Promującej Zdrowie pełni rolę lidera, który inicjuje i ułatwia dokonywanie zmian oraz tworzy warunki do pracy przynoszącej sukcesy i rozwijającej społeczność szkolną.

Zadania szkolnego koordynatora ds. promocji zdrowia:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Zadanie** | **termin realizacji** |
|  | Pozyskiwanie uczestnictwa całej społeczności szkolnej   sojuszników projektu wśród rodziców, społeczności lokalnej oraz podejmowanie wzajemnych zobowiązań, niezbędnych do realizacji zadań przyczyniających się do promocji zdrowia. | na bieżąco  w trakcie realizacji projektu  i po zakończeniu działań |
|  | Inicjowanie, organizowanie i koordynowanie prac związanych z promocją zdrowia w szkole; planowanie, ewaluacja podjętych zadań; | na bieżąco  w trakcie realizacji projektu |
|  | Kierowanie pracą szkolnego zespołu  ds. promocji zdrowia | na bieżąco |
|  | Współudział w kształceniu pracowników szkoły w zakresie promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej; ścisła współpraca z dyrektorem i liderem wdn | na bieżąco  w trakcie realizacji projektu  IX |
|  | Współdziałanie z wojewódzkim zespołem wspierającym pracę szkoły. | na bieżąco  w miarę potrzeb |
|  | Rozwijanie własnych umiejętności z zakresu promocji zdrowia, współdziałania z innymi ludźmi i kierowania ich pracą. | na bieżąco  w miarę potrzeb |
|  | Przedstawianie członkom rady pedagogicznej wyników realizacji programu w okresie przygotowawczym. | półroczne i roczne  zebranie rady pedagogicznej |

Zadania zespołu do spraw promocji zdrowia:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Zadanie** | **termin realizacji** |
|  | Opracowanie planu pracy na rok szkolny 2015/2016; przydział zadań z określeniem terminu i osoby odpowiedzialnej za realizację zadania; | IX 2015 |
|  | Przeprowadzenie badań wstępnych; określenie stanu początkowego w zakresie zdrowia oraz klimatu społecznego szkoły | IX 2015 |
|  | Opracowanie logo szkoły promującego działania  prozdrowotne | X 2015 |
|  | Ewaluacja w zakresie realizacji przyjętych zadań na rok szkolny 2015/2016; przygotowanie sprawozdania z okresu kandydowania | VIII 2016 |
|  | Opracowanie planu pracy na rok szkolny 2016/2018; przydział zadań z określeniem terminu i osoby odpowiedzialnej za realizację zadania; | IX 2016 |
|  | Organizowanie i koordynowanie realizacji zdań we współpracy ze społecznością szkolną i środowiskiem lokalnym | Na bieżąco  2016 - 2018 |
|  | Przygotowanie publicznej prezentacji na zakończenie realizacji zadań z programu; | V – VI 2018 |
|  | Ewaluacja w zakresie realizacji przyjętych zadań na lata 2016 - 2018; przygotowanie sprawozdania; opracowanie wyników autoewaluacji, wskazanie mocnych i słabych stron; przedstawienie sprawozdania, | VI 2018 |

1. **SPOSOBY PRZEKAZYWANIA INNYM SZKOŁOM SWOICH DOTYCHCZASOWYCH DOŚWIADCZEŃ W ZAKRESIE TWORZENIA *SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE.***

Przystępując do projektu Szkoły Promującej Zdrowie chcieliśmy stworzyć szkołę przyjazną, bezpieczną, która stwarzałaby warunki do wszechstronnego rozwoju całej społeczności szkolnej i proponowała zdrowy styl życia. Postanowiliśmy zmierzyć się   
z problemami naszej szkoły, zwiększyć świadomość naszych uczniów w zakresie promocji zdrowia, dać cenne wskazówki i pokazać, że o niektórych aspektach zdrowia możemy decydować sami. Tworząc program, planując działania bazowaliśmy na własnych doświadczeniach. W trakcie realizacji zadań nawiązaliśmy kontakt ze Szkołą Podstawową   
im. Jana Pawła II w Łaszewie, która przystąpiła do projektu „Szkoła Promująca Zdrowie”.   
W marcu br. wzięliśmy udział w spotkaniu „ Czyste środowisko, zdrowa żywność”, podczas którego odbyły się pokazy, konkursy i degustacje potraw. Wymiana doświadczeń dotyczyła głównie organizacji pracy, realizacji zadań oraz form dokumentowania. Nasi uczniowie wzięli udział w konkursie „ Wiedzy o zdrowiu”. Zaprezentowali plakaty wykonane na lekcji plastyki nt. **„Substancje zagrażające zdrowiu i życiu – alkohol, papierosy, dopalacze, narkotyki”. Było to owocne spotkanie, pozwalające na wymianę doświadczeń i dalsza współpracę.**

1. **OPIS INFORMACJI ZAMIESZCZONYCH NA STRONIE INTERNETOWEJ SZKOŁY**
2. Obszary zainteresowania: *dokumenty szkolne, wydarzenia z życia szkoły, konkursy, promocja zdrowia, historia szkoły i patron, samorząd szkolny.*
3. Liczba odwiedzających stronę: *dane za miesiąc maj 2018 – 7337 osób odwiedzających.*
4. Administrator strony: *nauczycielka p. Lidia Domańska*
5. Jakie informacje są zamieszczane:

* *Informacja o realizowanych projektach i uzyskane efekty (cetyfikaty, logo)*
* *Opisy spotkań z „ciekawymi” ludźmi*
* *Ogłoszenia i komunikaty bieżące*
* *Rada Rodziców*
* *Samorząd uczniowski*
* *Twórczość uczniowska*
* *Dokumenty szkolne*
* *Kadra*
* *Plan lekcji*
* *Publikacje nauczycieli*
* *Realizacja projektów edukacyjnych; w tym z tablicą multimedialną*
* *Historia szkoły i patron*
* *Opisy ważnych wydarzeń z życia szkoły: jubileusze, inauguracja roku szkolnego, otwarcie boisk wielofunkcyjnych*
* *Promocja zdrowia*
* Galeria zdjęć

Podpisy:

Dyrektor szkoły (pieczęć i podpis)………………………………………………

Koordynator Szkolny ds. Promocji Zdrowia……………………………………