****

**Sprawozdanie**

**z działalności z okresu kandydowania**

**Szkoły Podstawowej nr 1 im. Hugona Kołłątaja**

**w Zespole Placówek Oświatowych nr 1**

**w Mławie**

**ubiegającej się o przystąpienie**

**do Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie**

**za rok szkolny 2015/2016**

**INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:**

|  |  |
| --- | --- |
| Pełna nazwa szkoły/placówki | Zespół Placówek Oświatowych nr 1  w Mławie |
| W przypadku zespołu szkół proszę wpisać, której szkoły dotyczy raport | Szkoła Podstawowa nr 1  im. Hugona Kołłątaja w Mławie |
| Adres | 06 – 500 Mława  Ul. Warszawska 52 |
| Gmina | Mława |
| Powiat | mławski |
| Telefon | 23 654 37 23 |
| Adres mailowy koordynatora | teresa.lapka@wp.pl |
| Strona WWW | www.zpo1.mlawa.pl |
| Imię i nazwisko dyrektora | Janina Lampkowska |
| Imię i nazwisko koordynatora | Teresa Łapka |
| Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu | 1. Bąk Małgorzata – nauczycielka wczesnej edukacji 2. Bugaj Jadwiga – pedagog szkolny 3. Dobrowolski Łukasz – nauczyciel wych. fizycznego 4. Kieglerski Dariusz – nauczyciel wych. fizycznego 5. Lampkowska Janina – nauczycielka plastyki 6. Luciszewska Jolanta – nauczycielka informatyki  i matematyki |

1. **Opis podjętych działań w zakresie diagnozowania potrzeb społeczności szkolnej.**

Diagnoza stanu wyjściowego - rozpoznanie i opis problemów w środowisku szkolnym.

Szkoła Podstawowa nr 1 w Mławie należy do Zespołu Placówek Oświatowych nr 1 wraz   
z Miejskim Przedszkolem Samorządowym nr 1. Liczy 14 oddziałów klasowych, w których łącznie w roku szkolnym 2015/16 uczy się 314 uczniów. Od kilku lat ilość dzieci i klas utrzymuje się na tym samym poziomie. Ze względu na przyjęcie sześciolatków do szkoły w klasach I - II mamy po trzy oddziały klasowe. Aktualna liczba dzieci nie powoduje wzrostu poziomu hałasu, jedynie wpływa na zwiększenie poczucia bezpieczeństwa indywidualnego   
i zbiorowego uczniów. Szkoła jest dwukondygnacyjna. Na parterze i w części sportowej uczą się klasy I – III, na piętrze klasy IV – VI. Uczniowie mają do dyspozycji salę gimnastyczną, bibliotekę, świetlicę, stołówkę i trzy sale   
z komputerami. Wokół połączonych budynków szkoły i przedszkola znajduje się piękny kompleks sportowo - rekreacyjny, z którego dzieci korzystają w trakcie, jak i po zajęciach szkolnych. Szkoła zapewnia uczniom pomoc pedagogiczną   
i logopedyczną. Oferuje uczniom sporo ciekawych zajęć pozalekcyjnych. Nasza szkoła od wielu lat podejmuje działania promującej zdrowie. Edukacja zdrowotna stanowi 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. Przekazując dzieciom wiedzę o zdro­wiu, kształtując umiejętności i postawy sprzyjające zdrowiu, możemy ułatwić im zdrowy styl życia i pracy, a tym samym poprawić zdrowie społeczeństwa. Ukie­run­ko­wa­nie prozdrowotnych działań edukacyjnych w stronę rozwoju aktywności ucznia jest najlepszą inwestycją w jego  dorosłe życie i wspaniałą wizytówką działań wy­chowaw­czych szkoły. Promocja zdrowia to jedno z zadań szkoły, dlatego postanowiliśmy włączyć się w rea­lizację europejskiego projektu: **„Szkoła Promująca Zdrowie".**

Wg definicji ,,Szkoła promująca zdrowie to szkoła, która w szczególny sposób pro­pa­guje zdrowy styl życia wśród uczniów, wyposaża uczniów w wiedzę i umiejętności niez­będne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia, kształtuje w ucz­niach poczucie odpowiedzialności za zdrowie własne i innych, prowadzi wszech­stronną edukacje propagującą zdrowie , włącza do działań prozdrowotnych za­równo uczniów szkoły jak i rodziców”.   
W ubiegłych latach realizowano na wszystkich poziomach ścieżkę prozdrowotną. Chętnie bierzemy 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 zdecydowaliśmy się przystąpić do projektu „Szkoły Promującej Zdrowie”.

Chcielibyśmy szkoły przyjaznej, bezpiecznej, która stwarzałaby warunki do wszechstronnego rozwoju całej społeczności szkolnej i proponowała zdrowy styl życia. Osiągnięcie tych celów wymaga wieloletniej pracy.   
W pierwszej kolejności zidentyfikowania istniejących problemów i wybrania spośród nich priorytetów.

Na podstawie analizy dokumentacji i bezpośrednich obserwacji codziennego życia szkolnego zauważyliśmy zachowania, które należy zmienić: wpajać 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. Na podstawie powyższych informacji określiliśmy cele naszych działań.

**Cel główny**

**Stworzenie szkoły zdrowej, bezpiecznej i przy­jaz­nej, zapewniającej wszechstronny rozwój całej społeczności szkolnej i pro­mu­jącej zdrowy styl życia, poprzez szerzenie wiedzy  o zdrowiu i po­dej­mo­wanie działań dla zdrowia.**

Cele ogólne programu:

* stwarzanie wszelkich okazji do gromadzenia różnych doświadczeń szeroko pojętej wiedzy na temat zdrowego stylu życia,
* tworzenie warunków do harmonijnego rozwoju psychoruchowego uczniów,
* zapewnienie optymalnych warunków do pracy i wypoczynku,
* podejmowanie działań wpływających na prestiż szkoły w środowisku lokalnym.

Wybrane standardy jakości pracy szkoły w zakresie promocji zdrowia:

* Standard 5. SzPZ tworzy środowisko fizyczne sprzyjające zdrowiu uczniów i pracowników.
* Standard 4. SzPZ tworzy klimat społeczny sprzyjający
* zdrowiu i rozwojowi uczniów i pracowników,
* osiąganiu przez wszystkich sukcesów i wspierający ich poczucie własnej wartości,
* uczestnictwu, partnerstwu i współdziałaniu członków społeczności szkolnej, w tym rodziców oraz osób ze społeczności lokalnej
* Standard 3. SzPZ prowadzi edukację zdrowotną uczniów i pracowników i dąży do zwiększenia jej skuteczności

1. **Plan działań w zakresie promocji zdrowia.**

**Załącznik – plan pracy**

1. **Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.**

Realizując zadania zawarte w planie Szkoły Promującej Zdrowie ,,Nasze zdrowie – nasza sprawa” podejmowaliśmy wiele działań mających na celu przybliżenie idei promocji zdrowia wśród uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły i wśród rodziców. Na początku roku szkolnego rodzice poznali cele programu i zadania na bieżący rok.

Naszym celem było **stworzenie szkoły zdrowej, bezpiecznej i przy­jaz­nej, zapewniającej wszechstronny rozwój całej społeczności szkolnej i pro­mu­jącej zdrowy styl życia, poprzez szerzenie wiedzy  o zdrowiu i po­dej­mo­wanie działań dla zdrowia zgodnie z tytułem naszego programu ,,Nasze zdrowie – nasza sprawa”**

Oto zadania, które udało nam się z powodzeniem zrealizować:

**Bezpieczeństwo**

W szkole przestrzegane są na bieżąco procedury bezpieczeństwa, regulujące różne dziedziny życia szkolnego. Realizowany jest również Szkolny Program Wychowawczy i Profilaktyki. Pedagog szkolny prowadzi zajęcia   
o charakterze profilaktycznym. Odbywają się pogadanki na tematy, które wynikają z sytuacji wychowawczej   
w szkole lub są konsekwencją pojawiających się zagrożeń.

We wrześniu i czerwcu 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 III edycji konkursu „ Odblaskowa szkoła”.   
W tym roku 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.

Jak co roku uczniowie klas IV zdają swój pierwszy egzamin na kartę rowerową poprzedzony zapoznaniem z zasadami ruchu drogowego oraz egzaminem praktycznym czyli jazdą na rowerze na boisku szkolnym. W czasie roku szkolnego na godzinach wychowawczych odbywały się pogadanki na temat „Prawidłowego korzystania   
z środków komunikacji miejskiej” tzw. MKM, z której korzystają nasi uczniowie.

W ramach akcji „ Ratujemy i uczymy ratować” prowadzone są zajęcia dla uczniów mające na celu przybliżenie zasad udzielania pierwszej pomocy. Uczniowie klas I - VI przeszli szkolenie teoretyczne i praktyczne w ramach udzielania pierwszej pomocy. Swoją wiedzą i umiejętnościami popisali się uczniowie podczas szkolnego konkursu „ I ja jestem małym ratownikiem”, w którym brali udział uczniowie z klas IV – VI. Składał się z części teoretycznej i praktycznej.

W październiku każdego roku szkolnego odbywają się w naszej szkole ćwiczenia przeciwpożarowe. Wspólnie   
z Powiatową Komendą Straży Pożarnej przeprowadzamy alarm ćwiczebny z ewakuacja przedszkolaków i uczniów.

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.

**Zachowania proekologiczne.**

Realizując zadania zwróciliśmy również uwagę na edukację ekologiczną naszych uczniów. Zostały zrealizowane następujące działania:

* apel ekologiczny z okazji Dnia Ziemi skierowany do uczniów klas I – VI naszej szkoły. Tematem przewodnim była ochrona naszej Ziemi przed nadmiernym zniszczeniem. Uzupełnieniem treści słowno – muzycznych był pokaz strojów ekologicznych prezentowanych przez uczniów klas czwartych, którzy samodzielnie przygotowali stroje wykorzystując surowce wtórne.
* wycieczka do Białowieskiego Parku Narodowego dla klas IV i VI, Celem wycieczki było pokazanie najstarszego parku w Polsce, spotkanie z przyrodą rozwijającą się bez pomocy człowieka a prawnie chronioną w Polsce.
* udział w akcji „ Sprzątanie świata” – każdego roku uczniowie naszej szkoły włączają się czynnie w akcję poprzez sprzątanie terenu wokół szkoły oraz ulic przyległych do szkolnej posesji.
* pracownicy obsługi dbają o zieleń wokół szkoły, która stanowi stały element wyglądu, sezonowo pojawiają się rośliny kwitnące. Wewnątrz budynku również znajdują się rośliny ozdobne zarówno w klasach jak i na korytarzach.

**Budowanie własnej wartości**.

Od kilku lat w naszej szkole grudzień to miesiąc ważny dla naszej społeczności uczniowskiej, dlatego iż możemy brać udział w bardzo pięknej akcji „ Szlachetna paczka”. W tym roku postanowiliśmy pomóc   
i „ zaczarować” Święta Bożego Narodzenia, absolwentce naszej szkoły i jej dwóm synom. Dzięki współpracy uczniów, rodziców i pracowników szkoły mogliśmy dać rodzinie nadzieję i siłę do walki o lepsze jutro. Podczas trwania akcji byliśmy świadkami wielu emocji, uśmiechu, łez i szczęścia ze strony obdarowanej rodziny jak również naszych osobistych. Stałym elementem pracy naszej szkoły jest współpraca z Domem Dziecka w Kowalewie. Ideą tej współpracy jest pomoc poprzez zbiórki rzeczowe na rzecz podopiecznych np. zeszyty, mydełka, przybory szkolne, środki czystości lub inne upominki. Dzieci z Domu Dziecka każdego roku są zapraszane na bal karnawałowy. Wspólne spędzanie czasu, zabawa, mecze i ogniska budują przyjaźń między rówieśnikami. Integracja uczniów wewnątrz szkoły odbywa się różny sposób, między innymi poprzez wyjazdy na wycieczki szkolne, których w tym roku było 11. Uczniowie zwiedzali Karkonosze i byli gościnnie w Pradze, zwiedzali Warszawę, Trójmiasto, Toruń, Białowieżę, Solec Kujawski, skansen w Sierpcu i Olsztynku, stadninę koni   
w Korbońcu, gdzie zimą odbyły się 2 kuligi. Ważnym elementem są również wycieczki przedmiotowe, w których uczestniczyli uczniowie z podziałem na grupy wiekowe np. Interaktywne Muzeum Państwa Krzyżackiego   
w Działdowie, Teatr „Buffo” w Warszawie, Schronisko dla psów w Napierkach, LG Electronics   
Mława, przedstawienia teatralne w kinie Kosmos w Mławie, wyjścia do sadu i lasu, na cmentarz,   
do biblioteki publicznej i szkoły muzycznej, wyjazdy na krytą pływalnię w Mławie.

Przekroczenie progu edukacyjnego jest czasem bardzo trudnym momentem w życiu dziecka, dlatego wdrożyliśmy program „ Będę pierwszoklasistą” i program „ Będę pierwszoklasistą”. Celem tych programów jest złagodzenie stresu przed zmianami związanymi z rozpoczęciem nauki w I klasie lub wejściem w II etap edukacyjny. W tym celu uczniowie poznają nauczycieli, z którymi będą pracować, sposobami nauczania i oceniania. Klasy III integrują się z klasami IV poprzez wspólne gry i zabawy, obserwują niektóre lekcje. Końcowym etapem tych projektów jest miesiąc wrzesień, gdzie odbywa się pasowanie na pierwszoklasistę. Klasy IV na dyskotece z okazji Dnia Chłopaka zostają przyjęte w poczet starszej grupy wiekowej.

Ważny element pracy każdego nauczyciela są rozmowy z uczniami jak i ich rodzicami. Podczas   
wielu spotkań staramy się wskazywać drogę, jaką powinien dążyć uczeń, zwracamy uwagę na   
zagrożenia współczesnego świata i ich następstwa. Pomocą służy nam również pedagog szkolny, który   
odbywa szereg, czasem trudnych rozmów z uczniami i ich rodzicami. Wyjaśnia i swoim działaniem wskazuje,  
 jak bez agresji i przemocy można funkcjonować w społeczności szkolnej. Pomoc psychologiczno - pedagogiczna realizowana jest w zależności od potrzeb indywidualnych uczniów. Najwięcej uczniów skorzystało   
z zajęć dydaktyczno – wyrównawczych - 79 uczniów a z zajęć korekcyjno – kompensacyjnych   
18 uczniów. Pomoc kierowana jest do uczniów posiadających opinie z PPP oraz zgodnie obserwacjami   
uczniów podczas pracy na poszczególnych zajęciach lekcyjnych.

Sukcesy uczniów – są zamieszczane na stronie internetowej naszej szkoły http:// [www.zpo1.mlawa.pl/](http://www.zpo1.mlawa.pl/) oraz na stronie Urzędu Miasta Mława w zakładce „ Z życia szkół i przedszkoli”, w prasie lokalnej oraz na terenie szkoły na tablicach z aktualnościami. W mediach społecznościowych ważną rolę pełni facebook. Te małe i te duże sukcesy są powodem do satysfakcji dyrekcji i nauczycieli szkoły. Młodzież zdobywa wysokie lokaty   
w konkursach przedmiotowych, zawodach sportowych, prezentuje uzdolnienia artystyczne.

**Profilaktyka zdrowia.**

W ciągu całego roku szkolnego w ramach promocji zdrowia realizowane były zadania dotyczące profilaktyki zdrowia. Uczniowie 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.
* Jak ustrzec się przed grypą ? – program skierowany do klas piątych, gdzie wychowawcy omówili jednostkę chorobową jaką jest grypa, uwzględnili przyczyny, sposoby zapobiegania oraz leczenia.

**Higiena**

W ciągu roku podjęliśmy następujące działania:

* Higiena osobista – realizowana tematyka na zajęciach w-f, wdż i przyrody. Podczas zajęć lekcyjnych nauczycieli zwracają uwagę na codzienne zabiegi higieniczne jak mycie całego ciała, dbanie o czystą odzież, właściwe obuwie, higienę jamy ustnej, wizyty u stomatologa.
* Higiena otoczenia – dbaliśmy o wystrój klasopracowni, wykonywaliśmy gazetki w klasach i na korytarzach szkolnych Na zajęciach z zajęć technicznych uczniowie praktycznie urządzali swój pokój jako miejsce do nauki. Na godzinach wychowawczych zostały przeprowadzone pogadanki na temat właściwego korzystania z pomocy naukowych znajdujących się w klasach oraz urządzeń wokół szkoły.
* Szczególną uwagę zwrócili wychowawcy na temat prawidłowego korzystania z toalet, gdzie często jest dużo zanieczyszczeń w związku z koniecznością załatwiania potrzeb fizjologicznych przez każdego ucznia. Po wspólnych rozmowach ujawniły się pewne zasady, których należy przestrzegać w toalecie.
* Dojrzewanie – zagadnienia skierowane i realizowane z uczniami klas IV - VI na lekcjach przyrody i wdż. Zmiany zachodzące w rozwoju fizycznym i psychicznym młodego człowieka prowadzą do osiągnięcia dorosłości, ale często jest to bardzo trudny okres cechujący się nagłymi zmianami w wyglądzie i zachowaniu. Nauczyciele starali się przybliżyć tę problematykę i wskazywać na prawidłowe rozwiązania, bez konfliktów w środowisku rodzinnym, szkolnym i rówieśniczym.
* „ Między nami kobietkami” – to cykliczny program, przeprowadzony przez prelegentkę Działu Profilaktyki i Edukacji Procter & Gamble wśród dziewcząt klas szóstych. Dotyczył problematyki dojrzewania dziewcząt, zachowania czystości i właściwego stroju w okresie dojrzewania i nie tylko.
* 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.
* „Rodzinny Festyn Zdrowia” - święto naszych dzieci stało się okazją do spotkań, rywalizacji sportowej oraz degustacji zdrowej żywności. Rodzice przygotowali zdrowe posiłki, głównie na bazie sezonowych owoców, którymi częstowali uczestników festynu. Miłą atmosferę uzupełnił konkurs „Mistrz dobrych manier”. Uczniowie klas 4 – 6 walczyli o uzyskanie tego tytułu, gdyż jedzenie jest wielką sztuką   
  a zachowanie przy stole świadczy o dobrych manierach.

**Realizacja programów profilaktyki**

Każdego roku w naszej szkole w ramach Szkolnego Programu Wychowawczego realizujemy profilaktykę, dzięki której nasi uczniowie poszerzają swoje wiadomości i nabywają nowe umiejętności. Zadania, które zrealizowaliśmy w tym roku szkolnym:

* 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.

Dodatkowo zrealizowano:

* „Tajemnica zaginionej skarbonki” – odbyły się zajęcia dla klas piątych poświęcone uzależnieniom. Spotkanie poprowadzili pracownicy Punktu Konsultacyjnego w Mławie. Wstępem do dyskusji był film ukazujący, jak złe i szkodliwe w życiu są narkotyki na podstawie historii Michała i Kasi. Praca w grupach pozwoliła uczniom „wylać” emocje na papier a następnie przekazać innym grupom. Prowadzący podkreślił jak ważną w życiu jest postawa asertywna, która pozwala na dokonywanie właściwych wyborów.
* „Chroń się przed kleszczami wszystkimi sposobami” – program realizowany w klasach IV – VI 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.

**Odżywianie**

W ciągu całego roku szkolnego w ramach promocji zdrowia realizowane były zadania dotyczące prawidłowego odżywiania. Uczniowie podczas zajęć lekcyjnych i pozalekcyjnych rozmawiali na temat właściwych nawyków żywieniowych, produktów, które są najbardziej wartościowe dla  zdrowia i dobrego samopoczucia człowieka oraz tych, których najlepiej unikać. Wykonywali plakaty, gazetki informacyjne i prace plastyczne, które posłużyły do dekoracji szkolnych korytarzy i sal lekcyjnych.

Uczniowie brali udział w wielu programach i akcjach mających za zadanie wyrobienie   
w dzieciach nawyków zdrowego odżywiania.

* „Śniadanie daje moc” – udział w ogólnopolskiej akcji edukacyjnej. Uczniowie klas I - III przy wsparciu wychowawców i rodziców zorganizowali w klasach wspólne śniadania. Na stołach znalazły się zdrowe   
  i smaczne kanapki, soczki owocowo – warzywne a także owoce i warzywa, które otrzymują uczniowie   
  w ramach programu „ Owoce i warzywa w szkole”. Dzieci spróbowały różnych smaków, dowiedziały się, co lubią na śniadanie inne dzieci i dlaczego właściwie śniadanie jest takie ważne.
* „Szkoła zdrowego żywienia” – udział w ogólnopolskim projekcie i uzyskanie certyfikatu ,,**Szkoła zdrowego żywienia**”.
* „Mleko w szkole” – w tym roku szkolnym po raz kolejny nasza placówka przystąpiła do programu, który   
  w sposób istotny wpływa na spożycie mleka i promocję zdrowego stylu życia. Dzięki zajęciom towarzyszącym programowi ( lekcje, pogadanki) poszerzyły swoją wiedzę na temat roli mleka jako źródła wapnia, białka i witamin z grupy B i D.
* „ Owoce i warzywa w szkole” – program realizowany w klasach I – III. Celem programu było kształtowanie wśród dzieci świadomości i nawyków żywieniowych, polegających na regularnym spożywaniu warzyw, owoców i soków. Dostawcą była Przetwórnia Owoców i Warzyw w Lubawie. Każdy uczeń otrzymywał jednorazowo porcję składającą się z jednego produktu owocowego i jednego warzywnego przygotowanego do bezpośredniego spożycia.
* Tydzień promocji zdrowia – był to okres przekazywania uczniom wiedzy na temat wpływu stylu życia na zdrowie i kondycję fizyczną. Uczniowie byli zachęcani przynoszenia zdrowych kanapek, owoców, warzyw. Nauczycieli w-f zachęcali do aktywności fizycznej poprzez gry i zabawy, muzykę i taniec, jazdę na rowerze, rolkach oraz wszelkiego rodzaju gry zespołowe z udziałem piłki lub innych przyrządów. Ogólnie dostępne były ulotki skierowane do uczniów i rodziców zachęcające do aktywnego spędzania czasu.
* 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 klasy szóstej. 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 żartobliwy i 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.
* „Jem zdrowo, bo jem kolorowo” – program zrealizowany w klasie VA i VB w oparciu o ,,Atlas warzyw   
  i owoców” z podziałem na 5 kolorów, broszury z przepisami Pascala Brodnickiego oraz film „ Kolorowe gotowanie z Pascalem”. W trakcie zajęć uczniowie dowiedzieli się dlaczego owoce i warzywa można podzielić w prosty sposób na kolory, jakie zawartości odżywcze ma każdy kolor i w jaki sposób można je łączyć przygotowując posiłki na spotkania młodzieżowe.
* Mój ulubiony zdrowy posiłek – wystawa prac plastycznych przygotowanych przez uczniów na lekcjach plastyki i podczas zajęć w świetlicy szkolnej.

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 ścieżka 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 - VI 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 a nawet za granicę. Często wycieczka jest po prostu rajdem rowerowym, gdzie łączy się sport z bezpieczeństwem, znajomością zasad ruchu drogowego, właściwym doborem stroju, wyposażeniem .
* Zawody sportowe – uczniowie uczestniczą w zawodach sportowych na poziomie międzyszkolnym, miejskim i powiatowym w grach zespołowych i lekkiej atletyce.

Sukcesy sportowe - są zamieszczane na tablicy informacyjnej i lokalnej prasie, na stronie internetowej szkoły   
i Urzędu Miasta oraz na facebooku. Sportowcem roku w kategorii dziewcząt została Wiktoria M. klasa 6b,   
a w kategorii chłopców Dawid R. z klasy 6a. Sukcesy sportowe na szczeblu powiatowym :

* 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 2.m – klasy II, 3.m klasy III.
* Mój tata gra – turniej cieszy się coraz większym zainteresowaniem a 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.

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.

**Ewaluacja w zakresie zdiagnozowanych problemów odbywała się na bieżąco poprzez:**

* analizę planu pracy na rok szkolny 2015/2016
* rozmowy bezpośrednie z zespołem ds. promocji zdrowia
* sprawozdania z wykonanych działań z zakresu programu
* bieżący monitoring strony internetowej szkoły
* zaangażowanie uczniów w podejmowane działania
* rozmowy z osobami realizującymi program „ Szkoła promująca zdrowie”

1. **Informacja o szkoleniach nauczycieli**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **lp.** | **nazwa szkolenia** | **data** | **instytucja** |
|  | Wyzwania w profilaktyce  uzależnień | 7 X 2015 | MSCDN Ciechanów |
|  | Bezpieczeństwo  w ruchu drogowym | 10 – 11 XII 2015 | PODN Mława |
|  | BHP – postępowanie z wypadkami | 14 X - 5 XI 2015 | DMS Rybnik |
|  | Sytuacje konfliktowe – jak sobie z nimi  radzić ? | 26 I – 23 II 2016 | PODN Mława |
|  | Rola nauczyciela i szkoły w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych | XI 2015 – II 2016 | Studium Prawa Europejskiego Warszawa |
|  | Wtargnięcie napastnika  do placówki | 10 III 2016 | Powiatowa Komenda Policji Mława |
|  | Profilaktyka  i promocja zdrowia | 17 III 2016 | PODN Mława |
|  | Trudne sytuacje wychowawcze  w klasie | 10 V 2016 | PODN Mława |

1. **Informacja o szkoleniach organizowanych dla uczniów**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **lp.** | **nazwa szkolenia** | **data** | **instytucja** |
|  | Zdrowie na talerzu w zgodzie z piramida żywieniową | 8 X 2015  11 XII 2015 | PSSE Mława |
|  | Ćwiczenia przeciwpożarowe | 23 X 2015 | Powiatowa Komenda Straży Pożarnej  Mława |
|  | Bądź bezpieczny – jak radzić sobie w trudnych sytuacjach | 22 X 2015 | Powiatowa Komenda Policji Mława  MOPS Mława |
|  | Przygody Plika i Foldera | 5 XI 2015 | MOPS Mława |
|  | Między nami kobietkami | 9 XI 2015 | Procter & Gamble Dział Profilaktyki  i Edukacji Warszawa |
|  | Profilaktyka grypy | XI – XII 2015 | PSSE Mława  Wychowawcy |
|  | Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem | 14 I 2016  21 I 2016 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Mława |
|  | Poszanowanie drugiego człowieka | 22 III 2016 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Mława |
|  | Jestem tym, co jem | III 2016 | PSSE Mława  Wychowawcy |
|  | Jestem snajperem –  jak rozminować agresję | 4 IV 2016 | Punkt Konsultacyjny Mława |
|  | Tajemnica zaginionej skarbonki | 18 IV 2016 | Ośrodek Terapii Uzależnień  Płock |
|  | Debata o dopalaczach - smak życia | 12 V 2016 | Ośrodek Terapii Uzależnień  Płock |
|  | Bezpieczne wakacje | 7 VI 2016 | Powiatowa Komenda Policji Mława |

**Informacja o szkoleniach organizowanych dla rodziców**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **lp.** | **nazwa szkolenia** | **data** | **instytucja** |
|  | Bezpieczeństwo w sieci | 21 I 2016 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Mława  Wychowawcy |
|  | Wpływ siedzącego trybu życia na zdrowie i kondycję dziecka | 13 IV 2016 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Mława  Wychowawcy |

**Informacja o szkoleniach organizowanych dla pracowników niepedagogicznych**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **lp.** | **nazwa szkolenia** | **data** | **instytucja** |
|  | Wtargnięcie napastnika do placówki | 10 III 2016 | Powiatowa Komenda Policji Mława |
|  | Szkolenie bhp | 15 III 2016 | PSSE Mława |

1. **Współpraca z rodzicami i środowiskiem lokalnym.**

Szkoła prowadzi szeroko pojętą edukację zdrowotną w odniesieniu do rodziców w zakresie założeń programu ,,Szkoła Promująca Zdrowie” oraz intensywnie współpracuje ze środowiskiem lokalnym w organizacji działań promujących zdrowie.

Informacje na temat współpracy z rodzicami:

* Zapoznanie rodziców z koncepcją, założeniami i propozycjami realizacji programu;
* Przygotowanie rodzicom ulotek i folderów informacyjnych na temat promocji zdrowia i programu Szkoła Promująca Zdrowie;
* Nauczyciele i wychowawcy klas systematycznie poruszali tematykę prozdrowotną na godzinach wychowawczych oraz na bieżąco informowali o wszelkich działaniach z zakresu promocji zdrowia podejmowanych w naszej szkole;
* Udział rodziców w szkolnych imprezach promujących zdrowie:

1. Dzień Dziecka - Rodzinny Festyn Zdrowia:

- wykonanie zdrowych posiłków dla naszych dzieci ,

- konkurs sprawnościowy dla mam i uczniów naszej szkoły

1. udział rodziców we wszystkich klasowych działaniach promujących zdrowie,
2. udział rodziców w akcjach charytatywnych organizowanych w szkole (zbiórka pieniędzy „Góra grosza”, zbiórka plastikowych nakrętek),
3. udział rodziców w akcji „Cała Polska czyta dzieciom”
4. udział rodziców w szkoleniach

- Bezpieczeństwo w Sieci

- Wpływ siedzącego trybu życia na zdrowie i kondycję dziecka

* W realizacji programu ,,Szkoła Promująca Zdrowie” w okresie przygotowawczym nasza szkoła korzystała   
  z pomocy instytucji działających na rzecz edukacji i promocji zdrowia oraz współpracowała z następującymi podmiotami środowiska lokalnego:
* PODN – Mława
* MSCDN - Ciechanów
* Studium Prawa Europejskiego Warszawa
* Powiatowa Komenda Policji w Mławie
* SANEPID - Mława
* Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Mławie,
* Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Mławie,
* Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mławie,
* Miejska Biblioteka Publiczna w Mławie
* Stowarzyszenie Przyjaciół Szkoły Podstawowej nr 1 w Mławie

W realizacji programu pomagali też:

* specjaliści szkolni: pedagog, logopeda,
* pielęgniarka szkolna,
* szkolny intendent, panie kucharki.

Nasi uczniowie zaś wraz z opiekunami uczestniczyli w:

1. obchodach Międzynarodowego Dnia Ziemi,
2. konkursie – „I ja jestem małym ratownikiem”
3. projekt edukacyjny - Jem zdrowo, bo jem kolorowo
4. szkoleniach o następującej tematyce:

* Zdrowie na talerzu w zgodzie z Piramidą Zdrowia
* Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem
* Tajemnica zaginionej skarbonki
* Bądź bezpieczny - jak radzić sobie w trudnych sytuacjach
* Ćwiczenia przeciwpożarowe
* Bezpieczne wakacje
* Debata o dopalaczach - Smak życia
* Poszanowanie drugiego człowieka
* Jestem tym, co jem
* Profilaktyka grypy
* Przygody Plika i Foldera
* Między nami kobietkami

1. **Harmonogram zadań koordynatora i zespołu ds. promocji zdrowia**

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 |

1. **Monitoring podjętych działań.**

Zadania zaplanowane do realizacji w roku szkolnym 2015/2016 zostały zrealizowane w całości. Nad realizacją czuwał koordynator ds. promocji zdrowia i dyrektor zespołu. Potwierdzeniem działalności są informacje w postaci opisów realizacji zadań oraz dokumentacja fotograficzna zamieszczone na stronie internetowej szkoły w zakładce ,,Promocja zdrowia”: http:// [www.zpo1.mlawa.pl/](http://www.zpo1.mlawa.pl/)

1. **Informacja na temat ewaluacji podjętych działań.**

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 dotyczące bezpieczeństwa i zdrowia. Z przeprowadzonych badań ankietowych wynika, że 90% uczniów, 96% nauczycieli i 96% rodziców akceptuje ideę Szkół Promujących Zdrowie. Środowisko szkolne ma świadomość i jest zaangażowane w tworzenie Szkoły Promującej Zdrowie.

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 - III 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. Pomimo posiadanej wiedzy nadal zauważamy, że niektórzy nasi uczniowie wybierają słodycze, napoje gazowane zamiast wartościowych produktów lub siedzą z komputerem pod ścianą. Dlatego, też w dalszym ciągu będziemy podejmować działania i zachęcać uczniów do właściwych wyborów i działań prozdrowotnych na terenie szkoły i poza szkołą.

Mława, dnia 22 sierpnia 2016r.

Teresa Łapka

koordynator ds. promocji zdrowia

Janina Lampkowska

dyrektor