

***SZKOŁA PODSTAWOWA Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI NR 5
IM. GRYFITÓW W SŁUPSKU w roku szkolnym 2021/2022***

„Ja, Ty, My – wszyscy ważni”

zespół ds. promocji zdrowia:

Anna Wolikowska nauczyciel geografii – koordynator

Marta Pogorzelska- nauczyciel wychowania fizycznego

Sylwia Borecka- nauczyciel wychowania fizycznego

Andrzej Chojnacki- nauczyciel informatyki i matematyki

Tomasz Zwoliński – przedstawiciel Rady Rodziców

Bożena Szymczak- pielęgniarka szkolna

Jach Diana – przewodnicząca Samorządu Szkolnego

WSTĘP

Od wielu lat w naszej szkole podejmowane są różnorodne działania mające na celu promocję zdrowego stylu życia. Edukacja prozdrowotna realizowana jest w szkole na wszystkich poziomach nauczania. Stanowi też bardzo ważny element programu profilaktyczno - wychowawczego szkoły.

30 października 2018 r. szkoła została przyjęta do Pomorskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie. Realizując założenia SzPZ szkoła w dalszym ciągu pracuje nad udoskonalaniem relacji rówieśniczych oraz stwarzaniem warunków do komfortowej pracy. Niestety okres pandemii COVID-19 odcisnął swoje piętno w obszarze relacji rówieśniczych. Kilka miesięcy nauki zdalnej, funkcjonowania w izolacji bez wchodzenia w naturalne interakcje negatywnie wpływały na relacje między uczniami.

Na podstawie dokonanej diagnozy wstępnej przy użyciu anonimowych ankiet, skierowanych do uczniów wybranych klas, rodziców i pracowników szkoły, a ponadto na podstawie obserwacji oraz konsultacji z nauczycielami zidentyfikowane zostały problemy i kwestie, na których powinniśmy się skupić w tym roku szkolnym.

W szkole 40% dzieci, czyli 86 osób badanych uważa, że wśród rówieśników występuje brak zaufania, a 50% wśród badanych zauważyło problem wyobcowania z grupy rówieśniczej. Istnieje zatem potrzeba zaktywizowania społeczności szkolnej do podejmowania działań propagujących odpowiedzialną i empatyczną postawę wobec siebie wzajemnie i odbudowanie relacji występujących przed pandemią COVID-19.

Kolejny obszar wymagający znacznej poprawy to hałas w szkole. Izolacja spowodowała, że dzieci stały się bardziej wrażliwe na hałas. Uczniowie przejawiają wzmoczone głośne zachowania, potęgujące problem hałasu zwłaszcza podczas przerw międzylekcyjnych, czy podczas wspólnej zabawy. Dzieci krzyczą do siebie zamiast mówić, nie słuchają siebie wzajemnie.

Problem priorytetowy I:

- ***Oslabienie relacji rówieśniczych spowodowane izolacją w czasie pandemii Covid-19***

OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE:

STANDARD II – Klimat społeczny szkoły sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów

Realizacja planu pracy szkoły ma za zadanie przyczynić się do rozwoju kompetencji społecznych i komunikacyjnych wśród rówieśników uświadomić dzieciom, jak ważne są prawidłowe relacje interpersonalne i w jak wielkim stopniu wpływają one na nasze samopoczucie, a co za tym idzie - na zdrowie psychiczne i społeczne każdego z nas.

Na podstawie badań określiliśmy cele, realizacja których, zgodnie z założeniami Szkoły Promującej Zdrowie, będzie stanowić promocję zdrowego i bezpiecznego stylu życia społeczności szkolnej.

Cel główny:

Odbudowanie relacji rówieśniczych, osłabionych przez izolację podczas pandemii, aby poprawić samopoczucie, osiągnąć wyższe wyniki w nauczaniu i poprawić relacje personalne.

Cele ogólne:

- tworzenie warunków do harmonijnego rozwoju psychicznego i fizycznego uczniów,
- zintegrowanie środowiska szkolnego,
- podniesienie jakości pracy szkoły i podniesienie jej prestiżu.

Cele szczegółowe:

- stworzenie przyjaznego klimatu w szkole-atmosfery tolerancji, wzajemnego szacunku, wsparcia i efektywnej współpracy,
- wzmacnianie zachowań pożądaných, akceptowanych społecznie, zwłaszcza w zakresie relacji interpersonalnych,
- obniżenie poziomu stresu wśród społeczności szkolnej, wynikającego z niewłaściwych relacji interpersonalnych między członkami tejże społeczności,
- propagowanie idei Szkoły Promującej Zdrowie wśród uczniów, nauczycieli i rodziców.

Przyczyny istnienia problemu:

1. Znaczne osłabienie kontaktów interpersonalnych spowodowane izolacją podczas pandemii COVID19 (wprowadzenie zdalnego nauczania).
2. Niekonsekwencja w przestrzeganiu zasad obowiązujących w relacjach międzyludzkich.
3. Niewłaściwa komunikacja interpersonalna wśród uczniów

Rozwiązania prowadzące do usunięcia problemu:

1. Podejmowanie działań integrujących całą społeczność szkolną.
2. Organizowanie spotkań ze specjalistami w zakresie relacji międzyludzkich.
3. Wzmacnianie ważnych umiejętności pomagających we współżyciu z innymi, takich jak: życzliwość, prawdomówność, empatia.
4. Rozwijanie umiejętności rozpoznawania własnych i cudzych emocji oraz radzenia sobie z nimi.

Kryterium sukcesu:

80% osób badanych wskazuje na poprawę kontaktów interpersonalnych osłabionych w czasie pandemii oraz rozwój kompetencji społecznych

Problem priorytetowy II:

- *Usłyszeć ciszę w szkole- problem nadmiernego hałasu w szkole*

OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE:

STANDARD III – Szkoła realizuje edukację zdrowotną uczniów, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych oraz dąży do poprawy jej skuteczności.

Cel główny:

Obniżenie poziomu natężenia dźwięków na terenie szkoły oraz podniesienie świadomości uczniów i całego środowiska szkolnego, w zakresie szkodliwego wpływu hałasu na zdrowie człowieka.

Cele ogólne:

- uświadomienie społeczności szkolnej, że hałas wpływa negatywnie na zdrowie człowieka i relacje z innymi
- zintegrowanie środowiska szkolnego,
- podniesienie jakości pracy szkoły i podniesienie jej prestiżu.

Cele szczegółowe:

- stworzenie przyjaznego klimatu w szkole, podejmowanie działań zmniejszających hałaśliwe zachowania wśród społeczności szkolnej
- eliminacja zagrożenia związanego z nadmiernym hałasem poprzez jego redukcję u źródła powstawania,
- propagowanie idei Szkoły Promującej Zdrowie wśród uczniów, nauczycieli i rodziców.

Przyczyny istnienia problemu:

1. wzajemne przekrzykiwanie i niesłuchanie siebie wzajemnie,
2. nieumiejętne rozładowania nadmiernej energii,
3. wzajemne przekrzykiwanie się,
4. zbyt głośne i częste słuchanie muzyki przez słuchawki douszne,

Rozwiązania prowadzące do usunięcia problemu:

1. rozwijanie wśród uczniów świadomości o negatywnych dla zdrowia skutkach hałasu,

2. kształtowanie zachowań służących budowaniu atmosfery ciszy i spokoju w szkole,
3. propozycje gier i zabaw sprzyjających ciszy,
4. stworzenie strefy ciszy,
5. zachęcanie uczniów do stosownych zachowań w czasie przerw i zajęć lekcyjnych,
6. wprowadzenie dnia bez dzwonka.
7. wprowadzenie podczas zajęć techniki relaksacyjnej

Kryterium sukcesu:

Poziomu natężenia dźwięków na terenie szkoły zmniejszy się o 20%

Plan działań na rok 2021/2022

Zadanie	Forma realizacji	kryteria sukcesu	Osoby odpowiedzialne za realizację	Termin	Sposób sprawdzenia wykonania zadań
<p>STANDARD II Klimat społeczny szkoły sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów.</p> <p>Problem priorytetowy I:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Oslabienie relacji rówieśniczych spowodowane izolacją w czasie pandemii Covid -19</i> 					

1. Zapoznanie społeczności szkolnej z ideą 2. „Szkoły Promującej Zdrowie”	1. Przedstawienie podczas godzin wychowawczych społeczności szkolnej idei „Szkoły Promującej Zdrowie” - podczas posiedzenia Rady Pedagogicznej, rozmów z niepedagogicznymi pracownikami Szkoły, zebrań z rodzicami.	80% nauczycieli, pozostałych pracowników szkoły oraz uczniów wie, jakie są zadania szkoły promującej zdrowie	zespół ds. promocji zdrowia,	wrzesień	notatki z zajęć wychowawczych i wpis do e-dziennika
	2. Dokonanie diagnozy potrzeb społeczności szkolnej przy użyciu anonimowych ankiet	Opracowanie arkusza zbiorczego przedstawiającego analizę anonimowych ankiet skierowanych do nauczycieli, uczniów, pracowników niepedagogicznych i rodziców, przeprowadzenie badań, opracowanie wyników diagnozy. Przedstawienie wyników diagnozy członkom społeczności szkolnej.	zespół ds. promocji zdrowia,	wrzesień	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW
	3. Zapoznanie uczniów, rodziców oraz niepedagogicznych pracowników Szkoły z problemem priorytetowym i planem działań na rok 2021/2022	80% uczniów, 70 % rodziców i 80% pracowników niepedagogicznych zna problem priorytetowy oraz działania wynikające z planu pracy Szkoły Promującej Zdrowie.	wszyscy nauczyciele i wychowawcy	Listopad - grudzień	protokoły z zebrań z rodzicami i tematy zajęć z wychowawcą w e-dzienniku, szkolny serwis WWW

	4. Zamieszczenie informacji o programie „Szkoła Promująca Zdrowie”, planu pracy oraz informacji o podejmowanych działaniach w szkolnym serwisie WWW;	Aktualizowanie na bieżąco podstrony zawierającej informacje o programie oraz o realizacji planu pracy w szkolnym serwisie WWW	zespół ds. promocji zdrowia,	Wrzesień-maj	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW
3. Podejmowanie działań na rzecz poprawy dobrostanu psychicznego i emocjonalnego uczniów	1. Organizacja imprez integracyjnych na poszczególnych poziomach: - impreza integrująca dla klas na różnych poziomach edukacyjnych <i>W zdrowym ciele zdrowy duch.</i>	80% uczniów uczestniczy w imprezach integracyjnych	nauczyciele wspomagający i wychowawcy klas	Według kalendarza imprez szkolnych	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW scenariusze imprez, analiza frekwencji podczas imprez na podstawie e- dziennika

	<p>2. Organizacja imprez i uroczystości szkolnych oraz udział w działaniach prozdrowotnych i ekologicznych integrujących społeczność szkolną:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Ogólnopolska Akcja Sprzątanie Świata – Polska</i> - <i>Dot Day Święto rozwijania talentów</i> - <i>Tydzień Europejski</i> - <i>Projekt „Moje 5 minut” - autoprezentacja uczniów klas siódmych</i> - <i>Bukiet dobrych uczynków</i> - <i>Dzień Życzliwości i Pozdrowień</i> - <i>Dzień Polskiej Niezapominajki- święto promujące serdecznych i wrażliwych Polaków</i> - <i>Aktywne przerwy i happeningi okolicznościowe</i> 	<p>70% społeczności angażuje się aktywnie w różnorodne działania</p>	<p>Wszyscy nauczyciele i pracownicy szkoły, Samorząd Uczniowski</p>	<p>Według kalendarza imprez szkolnych</p>	<p>monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW, scenariusze imprez</p>
	<p>3. Wspólne wyjazdy, wycieczki, wyjścia o charakterze integracyjno- edukacyjnym: <i>gry terenowe, wycieczki klasowe, wyjścia do teatru, wyjścia do kina,</i></p>	<p>80% uczniów klas 1-8 bierze udział w organizowanych wycieczkach i wyjściach</p>	<p>Wszyscy nauczyciele i pracownicy szkoły</p>	<p>Według kalendarza imprez szkolnych</p>	<p>monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW scenariusze imprez i protokoły wyjść</p>

	5. udział Szkolnego Koła Wolontariatu "Pomocna dłoń" w różnego rodzaju akcjach charytatywnych np. <i>WOŚP, paczka dla seniora, Pole Nadziei, Akcja "Serce na łapce"</i>	95% wolontariuszy z klas 7-8 bierze udział w akcjach charytatywnych lub jest zaangażowanych w pracach różnorodnych fundacji działających na rzecz drugiego człowieka lub zwierząt.			scenariusze imprez i protokoły wyjść
	6. Wspólne zajęcia "na świeżym powietrzu" - Zajęcia dydaktyczne prowadzone poza salą lekcyjną dające możliwość pracy w grupach: <i>zajęcia w ogródku szkolnym, wspólna opieka nad klasowym drzewka owocowego w sadzie szkolnym</i>	80% uczniów klas 1-8 bierze udział w organizowanych zajęciach poza salą lekcyjną	Wszyscy nauczyciele	Według planu szkoły	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW
4. Polityka szkoły w zakresie tworzenia środowiska sprzyjającego rozwojowi zdrowia psychicznego	1. Organizacja spotkań z psychologiem, pedagogiem i pielęgniarką szkolną dotyczących prawidłowych relacji między uczniami w okresie dojrzewania.	Uczniowie klas 1-8 uczestniczą w zorganizowanych spotkaniach ze specjalistami	Psycholog szkolny, pedagog szkolny, pielęgniarka szkolna	Według kalendarza imprez szkolnych	dokumentacja specjalistów, e-dziennik, wywiad z pielęgniarką szkolną
	2. Pomoc psychologiczno – pedagogiczna w szkole dla dzieci i rodziców w stresowych sytuacjach	Uczniowie potrzebujący pomocy oraz ich rodzice korzystają z pomocy szkolnych specjalistów	Psycholog szkolny, pedagog szkolny	Według kalendarza imprez szkolnych	sprawozdanie psychologa i pedagoga szkolnego

	3. Pedagogizacja rodziców podczas zebrań z wychowawcą na temat trudności w relacjach rówieśniczych po pandemii	80% rodziców uczestniczy w zebraniach z wychowawcą podczas których poruszany jest temat trudności w relacjach rówieśniczych	Wychowawcy i nauczyciele	Raz w miesiącu	protokoły zebrań, sprawozdania wychowawców klas
4. Zwiększenie jakości i skuteczności edukacji prozdrowotnej w szkole.	1. Wspólne działania na rzecz promocji zdrowego i bezpiecznego stylu życia. Przeciwdziałanie pojawianiu się zachowań ryzykownych, kształtowanie postawy odpowiedzialności za siebie i innych oraz troskę o bezpieczeństwo prowadzenie profilaktyki i działań pomocowych na rzecz wsparcia psychicznego uczniów w trakcie i po wygaśnięciu epidemii COVID-19. - <i>Obchody Światowego dnia Bez Papierosa</i> - <i>Ogólnopolski Dzień Bezpiecznego Internetu</i> - <i>rozmowy z psychologiem, pedagogiem szkolnym oraz z pielęgniarką szkolną.</i>	70% uczniów kl. 1-8 bierze aktywny udział wymieniając doświadczenia.	Nauczyciel wychowania fizycznego, pedagog szkolny, wychowawcy		monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW, tematy lekcji wychowawczych - zapisy w e-dzienniku
	2. wdrożenie w ramach godzin wychowawczych, także podczas lekcji biologii i przyrody tematyki związanej z chorobami zakaźnymi i sposobami ich zapobiegania	80% uczniów kl. 1-8 bierze udział w zajęciach. Uczniowie zwiększają wiedzę w zakresie zachowań prozdrowotnych	Wychowawcy i nauczyciele konkretnych przedmiotów	Według kalendarza imprez szkolnych	wpisy w e-dzienniku, plan pracy wychowawcy klasy

<p>5. Uwrażliwienie na potrzeby innych - promowanie postaw prospołecznych</p>	<p>1. Udział w akcjach charytatywnych organizowanych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Szkolne koło Caritas - Samorząd Szkolny - organizacja finału akcji <i>Gramy z WOŚP</i> - Szkolne Koło Wolontariatu <i>Pomocna dłoń</i> 	<p>70% członków społeczności szkolnej bierze aktywny udział w akcjach charytatywnych</p>	<p>koordynator szkolnego koła Caritas, Wolontariatu, opiekunowie Samorządu Uczniowskiego, nauczyciele świetlicy, wychowawcy klas</p>	<p>Według kalendarza imprez szkolnych</p>	<p>monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW</p>
<p>6. Realizowanie projektów edukacyjno-wychowawczych</p>	<p>1. Projekty wewnątrzszkolne - tematyczne działania warsztatowo- projektowe: <i>Święto Ziemi,</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Ogólnopolska Akcja Przerwa na czytanie... Kreatywne prace plastyczne, Międzynarodowe Projekty eTwinning”</i> <i>Czytam z klasą</i> <i>Dzień ciągu Fibonacciego</i> <i>Dzień z Kostką Rubika</i> <i>Bezpiecznie do szkoły</i> 	<p>50% uczniów bierze aktywny udział w działaniach projektowych</p> <p>80% uczniów klas 1-3 uczestniczy w działaniach projektowych “Bezpiecznie do szkoły”</p>	<p>Nauczyciele – autorzy i uczestnicy projektu</p>	<p>Według kalendarza imprez szkolnych</p>	<p>monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW, analiza frekwencji podczas imprez na podstawie e- dziennika</p>

STANDARD III – Szkoła realizuje edukację zdrowotną uczniów, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych oraz dąży do poprawy jej skuteczności.

Problem priorytetowy II:

- *Usłyszeć ciszę w szkole*

Zadanie	Forma realizacji	kryteria sukcesu	Osoby odpowiedzialne za realizację	Termin	Sposób sprawdzenia wykonania zadań
1. Uświadomienie uczniom, że hałas wpływa negatywnie na zdrowie człowieka i relacje z innymi.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Udział uczniów w lekcji wychowawczej na temat szkodliwości hałasu: słuchanie głośnej muzyki, używanie słuchawek itp. Zapoznanie uczniów z aplikacją służącą do pomiaru hałasu 2. Udział 80% uczniów w lekcji tematycznej z biologii 	80% uczniów wie, że hałas źle wpływa na zdrowie człowieka i podejmuje działania niwelujące powstawanie hałasu	<p>Wychowawcy klas I-VIII.</p> <p>Nauczyciele biologii</p>	<p>Według planu wychowawcy</p> <p>Według planu treści kształcenia</p>	<p>wpisy tematów lekcji z wychowawcą w dzienniku Librus.</p> <p>wpisy tematów lekcji z biologii w dzienniku Librus.</p>
2. Wyodrębnienie tzw. „miejsc ciszy”	1. Stworzenie i oznaczenie strefy ciszy w różnych miejscach szkoły: <i>biblioteka szkolna, sale lekcyjne, „Sad u Gryfitów”</i>	Na terenie szkoły powstanie przynajmniej 1 miejsce ciszy <i>“Sad u Gryfitów”</i> <i>“Ogródek u Gryfitów”</i>	Nauczyciele – autorzy i uczestnicy projektu	Cały rok szkolny	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW
3. Realizowanie projektów mających na celu zmniejszenia hałasu podczas przerw	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ogólnopolska Akcja <i>„Przerwa na czytanie...”</i> 2. Działania na długiej przerwie przez cały tydzień. <i>Gra logiczno-matematyczna PENTAGO</i> 	50% uczniów weźmie udział w różnych akcjach na terenie szkoły	Nauczyciele – autorzy i uczestnicy projektu	Według kalendarza imprez szkolnych	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Aktywne spędzanie przerw na boisku szkolnym np. <i>gry w piłkę, zabawy ruchowe,</i> 4. Spędzanie wolnego czasu w strefach ciszy- <i>pielęgnacja ogródka u Gryfitów oraz Sadu u Gryfitów.</i> 	Większość uczniów spędza przerwę na boisku szkolnym	Nauczyciele dyżurujący	W miarę możliwości w zależności od aury	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW Wywiady z nauczycielami
4. Podejmowanie działań na rzecz wyciszenia uczniów podczas zajęć lekcyjnych	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizowanie zajęć lekcyjnych w terenie <ul style="list-style-type: none"> - <i>Gry terenowe w lesie</i> - <i>Lekcje na boisku szkolnym</i> - <i>Zajęcia w ogródku szkolnym i w sadzie</i> - <i>Marszobiegi w lesie</i> - <i>Ćwiczenia relaksacyjne</i> 	70% uczniów klas 4-8 bierze udział w zajęciach lekcyjnych prowadzonych poza salą lekcyjną czy gimnastyczną	Nauczyciele wszystkich przedmiotów	Przez cały rok szkolny w zależności od aury	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW Wywiady z nauczycielami
5. Dzień bez dzwonek	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizacja przerw bez dzwonek- wyłączenie dzwonek w czasie pracy szkoły, 2. wprowadzenie większej ilości zegarów na korytarzach szkolnych 3. pomiar częstotliwości hałasu na przerwach w różnych punktach w szkole 	Uczniowie odczują komfort psychiczny, wyciszą się.	Wszyscy nauczyciele	Przez cały rok szkolny	monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW wywiady z nauczycielami i uczniami