**Sprawozdanie Zespołu ds. Szkoły Promującej Zdrowie**

**w roku szkolnym 2015/2016**

Szkoła Promująca Zdrowie jest środowiskiem, którego społeczność nie tylko uczy się i pracuje, ale także żyje - nawiązuje kontakty z innymi, przeżywa porażki i sukcesy, odpoczywa, bawi się itp. Szkoła jest więc miejscem, w którym społeczność ma nie tylko wywiązywać się z obowiązków, ale także powinna dobrze się czuć. To miejsce, gdzie uczniowie, nauczyciele i rodzice we współpracy z lokalną społecznością podejmują starania w kierunku poprawy swego samopoczucia i zdrowia.

Głównymi priorytetami Zespołu ds. Szkoły Promującej Zdrowie było promowanie zdrowego stylu odżywiania się, promocja zdrowia przez aktywność fizyczną oraz promocja zdrowia psychicznego. W celu propagowania wśród uczniów właściwych postaw prozdrowotnych związanych z dbałością o własne zdrowie, nasza szkoła podjęła się wielu działań, które przyczyniły się do realizacji określonych przez nasz zespół trzech priorytetów.

Główne zadania dla priorytetu pierwszego – ***Promocja zdrowego stylu odżywiania się*** to:

* kształtowanie nawyków zdrowego odżywiania się wśród dzieci poprzez promowanie spożywania zdrowej żywności;
* propagowanie zdrowego odżywiania poprzez działania edukacyjne realizowane w naszej szkole;
* zwiększanie świadomości na temat zdrowego odżywiania i roli drugiego śniadania w diecie dziecka;
* kształtowanie właściwej postawy wobec zdrowia jako wartości nadrzędnej;
* zwiększanie poziomu wiedzy uczniów oraz ich rodzin w zakresie zasad prawidłowego żywienia , zbilansowanej diety, estetyki spożywania posiłków;
* podniesienie stopnia świadomości uczniów oraz osób dorosłych w zakresie zawartości konserwantów, barwników w spożywanych produktach.

Podjęto szereg działań mających na celu realizacje powyższych zadań m.in.:

* kontynuacja szkolnej akcji „Śniadaniowa klasa” – uczniowie wraz z wychowawcą podczas przerwy wspólnie spożywali śniadanie,
* przeprowadzanie pogadanek na temat prawidłowego odżywiania się na lekcjach: przyrody, zajęciach technicznych, godzinach wychowawczych, wiedzy do życia w rodzinie prowadzone przez nauczycieli, specjalistów szkolnych, pielęgniarkę,
* organizowanie spotkań z pielęgniarką szkolną dotyczących fluoryzacji zębów, sprawdzania wady postawy, higieny ciała i otoczenia (wg harmonogramu);
* organizowano różne formy promocji zdrowego odżywiania na terenie szkoły m.in.:
* „Wiem co jem” - zajęcia tematyczne dla oddziału przedszkolnego dotyczące zdrowego odżywiania,
* „Piramida zdrowego żywienia” – konkurs grafiki komputerowej dla klas IV – VI
* „Owocowy tydzień” – cykl zajęć poświęconych zdrowemu odżywianiu, połączonych z degustacją warzyw i owoców
* „Słodko – kwaśnie” – wspólne przygotowanie i degustacja soku owocowo – warzywnego – oddział przedszkolny
* „Witaminki” – przedstawienie dla klas I - III
* Degustacja soków (jako działanie towarzyszące akcji „Owoce w Szkole” zorganizowane we współpracy z dostawcą owoców i warzyw do szkoły) dla klas I – III
* „Witaminowe abecadło” - wystawa plastyczna dla klas I - III
* tworzenie gazetek ściennych propagujące zasady zdrowego stylu życia oraz zasady racjonalnego odżywiania,
* organizowanie konkursów, quizów, inscenizacji dotyczących zdrowego odżywiania
* uczestnictwo w programach ustanowionych przez Komisję Europejską w ramach Wspólnej Polityki Rolnej, realizowanych przez Agencję Rynku Rolnego:
* „Mleko w szkole”
* „Owoce w szkole”

Główne zadania dla priorytetu drugiego – ***Promocja zdrowia przez aktywność fizyczną*** to:

* podniesienie świadomości uczniów i osób dorosłych na temat możliwości samodzielnego wpływania na poprawę własnej sprawności fizycznej oraz korzyści, jakie ona przynosi;
* rozpropagowanie i poszerzenie oferty zajęć rekreacyjnych, ruchowych dla dzieci w obrębie szkoły;
* zwiększenie oferty zajęć pozalekcyjnych związanych z aktywnością ruchową.

Podjęto szereg działań mających na celu realizacje powyższych zadań m.in.:

* organizowanie corocznych ***Halowych Igrzysk Sportowych***
* organizowanie corocznej powiatowej imprezy sportowej „Sprint Józefów” – XIV zawody lekkoatletyczne pod patronatem M. Woronina (bieg na 60m z udziałem uczniów szkół podstawowych z powiatu),
* organizowanie świetlicowych i klasowych pikników rekreacyjno - sportowych (integracja rodziców z dziećmi),
* możliwość udziału zajęciach pozalekcyjnych rozwijających sprawność ruchową i prawidłową postawę np:
* piłka nożna,
* piłka siatkowa,
* gimnastyka z elementami akrobatyki,
* lekka atletyka,
* gry i zabawy ruchowe
* organizowanie Dnia Sportu z okazji Dnia Dziecka,
* organizowanie wycieczek krajoznawczo – turystycznych,
* udział w powiatowych zawodach sportowych „Czwartki lekkoatletyczne” - bieg na 60m, skok w dal, chód sportowy, rzut piłeczką palantową,
* organizacja wyjść w ramach zajęć wychowania fizycznego - współpraca z józefowskim klubem sportowym „Józefovia” (zajęcia na boisku) oraz Integracyjnym Centrum Sportu i Rekreacji (nauka pływania);
* organizacja aktywnych przerw śródlekcyjnych dla uczniów na holu, a w okresie wiosenno – letnim na boisku szkolnym,
* organizacja gier i zabaw na świeżym powietrzu,
* wykonywanie gazetek ściennych, plakatów, haseł promujących aktywność fizyczną;
* uczniowie uczestniczyli w zawodach sportowych, meczach, turniejach na terenie kraju, województwa powiatu i gminy odnosząc sukcesy sportowe w wielu konkurencjach.

Główne zadania dla priorytetu trzeciego – ***Promocja zdrowia psychicznego*** to:

* rozwijanie umiejętności wyrażania uczuć, kształtowanie umiejętności rozpoznawania i nazywania uczuć własnych i innych;
* kształtowanie umiejętności radzenia sobie z negatywnymi emocjami, kształtowanie mechanizmów empatii i tolerancji oraz prawidłowych postaw społecznych, a także integracja grupy;
* budowanie poczucia własnej wartości;
* kształtowanie umiejętności dokonywania samooceny oraz rozwijanie postawy koleżeństwa i doceniania innych za ich zalety;
* upowszechnianie wśród nauczycieli, rodziców i uczniów procedur i zasad obowiązujących w szkole, oraz czuwanie nad ich respektowaniem. ;
* udział w inicjatywach szkolnych i pozaszkolnych podnoszących stan bezpieczeństwa uczniów;
* kształtowanie nawyków dbania o stan środowiska przyrodniczego w najbliższym otoczeniu;
* propagowanie działań mających na celu utrzymanie otoczenia w należytym porządku.

Podjęto szereg następujących działań mających na celu realizacje powyższych zadań m.in.:

* prowadzenie zajęć grupowych z, socjoterapii, psychomotoryki i rewalidacji z uczniami o specjalnych potrzebach edukacyjnych (pedagog, psycholog, logopeda
* prowadzenie zajęć kształcenia umiejętności prospołecznych dla potrzebujących uczniów;
* zapewnienie pomocy uczniom z trudnościami w nauce: zajęcia dydaktyczno – wyrównawcze, logopedia, zajęcia korekcyjno – kompensacyjne;
* rozwijanie zainteresowań uczniów – bogata oferta kół zainteresowań np.: koło ekologiczne, przyrodnicze, matematyczne, dziennikarskie, języka angielskiego, liturgiczne, teatralne, historyczne, lekka atletyka, plastyczne, artystyczno – wokalne
* udział w akcjach charytatywnych, organizowanych na terenie szkoły, miasta, powiatu min.:
* Świąteczna Zbiórka Żywności we współpracy z Mazowieckim
  Bankiem Żywności mającej na celu pomoc uczniom z rodzin wielodzietnych lub o trudnej sytuacji materialnej. Udział w tej akcji uwrażliwił uczniów na potrzeby innych , rozbudził wrażliwość społeczną wychowanków. Następnie zostały przygotowane paczki dla najbardziej potrzebujących uczniów z naszej szkoły,
* Akcja Góra Grosza, czyli zebranie funduszy na pomoc dzieciom wychowującym się poza własną rodziną, w tym na tworzenie i dofinansowanie domów dla dzieci, rodzinnych domów dziecka, pogotowi rodzinnych, kwalifikowanych rodzin zastępczych oraz dla najbardziej potrzebujących domów dziecka, które realizują prorodzinne programy wychowawcze,
* zbiórka karmy i najpotrzebniejszych rzeczy dla zwierząt ze schroniska w Celestynowie oraz „Azyl pod psim aniołem” w Warszawie;
* „I ty możesz zostać św. Mikołajem” - zbiórka słodyczy dla dzieci z domów dziecka;
* coroczne organizowanie zabaw karnawałowych, dyskotek szkolnych, jasełek, klasowych spotkań wigilijnych i wielkanocnych wraz z rodzicami, wróżb andrzejkowych, spotkań ze Św. Mikołajem, Dnia Babci i Dziadka, Dnia Mamy i Taty;

coroczne organizowanie akcji ekologiczno – przyrodniczych mających na celu kształtowanie postaw ekologicznych oraz świadomości małego ekologa - przyrodnika m.in.: „Sprzątanie świata”, „Dzień Drzewa”, „Tydzień Ekologiczny”

* organizowanie wspólnych wyjazdów integracyjnych (rodzice, uczniowie, nauczyciele), min. mikołajki, kilkudniowe wycieczki wspólnie z rodzicami,
* udział w Przedgwiazdkowym Jarmarku Ogólnojózkowym „Gwiazdobranie i dawanie”
* organizowanie wymiany międzyszkolnej - polsko – czeskiej, której celem jest nawiązanie przyjaźni z rówieśnikami, poznanie zwyczajów i tradycji obowiązujących w obu krajach, poszukiwanie wspólnych doświadczeń i przeżyć, poznanie czeskich i polskich zabytków, historii i kultury, zapoznanie z życiem codziennym rówieśników w Czechach i w Polsce, nauka tolerancji dla innych poglądów, możliwość komunikowania się w językach obcych, konfrontacja swoich wyobrażeń na temat Czech i Polski
* liczne uczestnictwo w wielu konkursach przedmiotowych o zasięgu ogólnopolskim, wojewódzkim, szkolny poparte sukcesami
* współfinansowanie przez rodziców wyposażenia szkoły w pomoce dydaktyczne, refundowanie wycieczek szkolnych, prace społeczne na rzecz szkoły, co wpływa na poprawę komfortu psychicznego dzieci;
* zorganizowano Europejski Tydzień Świadomości Dysleksji mający ma na celu popularyzowanie wiedzy oraz wzrost świadomości na temat dysleksji i problemów z nią związanych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli. Zostały przygotowane ulotki dla rodziców i uczniów. Rodzice otrzymali krótkie porady jak postępować i jak pracować z dzieckiem dyslektycznym. Uczniowie natomiast otrzymali wskazówki jak sobie radzić z problemem, jakim jest dysleksja. Wychowawcy rozmawiali z uczniami o dysleksji oraz wyświetlali prezentację na jej temat. Następnie wspólnie przygotowali plakaty, które zostały wywieszone na dolnym holu. Specjaliści szkolni przygotowali dyktando. W gabinetach psychologa, pedagoga oraz w sali do terapii pedagogicznej przedstawiciele wszystkich klas mogli wziąć udział w zmaganiach ortograficznych
* organizacja profilaktycznych akcji dotyczących bezpieczeństwa w sieci
* przerwy relaksacyjne dla uczniów klas I - VI
* systematycznie aktualizowano:
* regulaminy klasopracowni, dowożenia uczniów, korzystania z obiektów sportowych, wycieczek szkolnych,
* zasady postępowania w przypadku naruszania przez uczniów dyscypliny szkolnej,
* przypominano nauczycielom i uczniom sposób ewakuacji i przeprowadzano ewakuację próbną obserwowaną przez przedstawiciela Państwowej Straży Pożarnej,
* wzmożono dyżury nauczycielskie na korytarzach i boisku szkolnym.
* przygotowanie gazetek ściennych dotyczących praw i obowiązków ucznia, praw dziecka, kultury słowa i bycia, Netykieta;
* Organizacja konkursów dotyczących bezpieczeństwa;

EFEKTY WDROŻONYCH DZIAŁAŃ:

1. Zapewnienie sprzyjającego zdrowiu środowiska do pracy i nauki
2. Kształtowanie postaw związanych z odpowiedzialnością za zdrowie swoje i innych osób.
3. Wzrost świadomości potrzeby dbania o własny, prawidłowy rozwój psychiczny i fizyczny.
4. Pozytywne zmiany zachowań w zakresie zdrowia fizycznego i psychospołecznego.

wspólne przedsięwzięcia przyczyniły się do integracji społeczności szkolnych, szkoły ze środowiskiem oraz promocji szkoły i działań na rzecz zdrowego trybu życia, - uczniowie i ich rodzice chętnie brali udział w podjętych przez szkołę działaniach,

1. Wyposażenie ucznió w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia oraz tworzenia zdrowego i bezpiecznego środowiska:

REKOMENDACJE:

1. Kontynuacja podjętych działań wynikających z edukacji zdrowotnej w celu dalszego kreowania środowiska sprzyjającego harmonijnemu rozwojowi.

2. Wypracowanie efektywnych metod współpracy z rodzicami jako sojusznikami w edukacji i wychowaniu ich dzieci.

Mimo zadawalających wyników naszej pracy, będziemy kontynuować, uatrakcyjniać i promować dotychczasowe działania, aby nadal dbać o zdrowie i kondycję fizyczną, psychiczną całej społeczności szkolnej.