

**Plan działań prozdrowotnych realizowanych  
w Szkole Podstawowej im. Bojowników o Wolność i Demokrację  
w Krzyżu Wlkp.  
w roku szkolnym 2016/2017**

**Część wstępna**

**1. Problem priorytetowy do rozwiązania:**

Niebezpieczne i nierozważne zachowania uczniów podczas przerw i po lekcjach.  
Niska aktywność ruchowa uczniów w czasie wolnym.

**Opis problemu:**

Z obserwacji i analizy dokumentacji powypadkowej wnioskujemy, że nasi uczniowie spędzają przerwy niezgodnie z zasadami, zarówno na boisku szkolnym, jak i w budynku. Ich zabawa jest lekkomyślna i nierozważna. Nie potrafią przewidywać skutków swojego zachowania. Niechętnie przyjmują odpowiedzialność za swoje postępowanie.

Z tych samych obserwacji wynika, że uczniowie przejawiają ogromną potrzebę ruchu. Jednak tylko niespełna 40% uczniów korzysta regularnie z oferty dodatkowych zajęć szkolnych i pozaszkolnych o charakterze rekreacyjno- sportowym. Uczniowie nadal nie potrafią dokonywać właściwego wyboru w zakresie aktywności fizycznej. Mało czasu poświęcają na aktywne formy spędzania wolnego czasu, zwłaszcza na świeżym powietrzu.

**Uzasadnienie wyboru priorytetu:**

Ruch jest jednym z najlepszych sposobów dbania o własne zdrowie. Brak ruchu w okresie dorastania może zaciążyć na zdrowiu fizycznym, na czynnościach organizmu, a także na wyglądzie. Sport i wysiłek fizyczny przyczyniają się nie tylko do sprawności fizycznej. Wyrabiają też siłę woli, rozwijają motywację i kształtują charakter. Ważne jednak jest, aby ruch i zabawa odbywały się w sposób bezpieczny, przemyślany i zgodny z zasadami. Lekkomysłność i nieświadomość zagrożeń płynących z niebezpiecznej zabawy jest częstą przyczyną utraty zdrowia. Spełnienie takich warunków, jak: ocena własnych możliwości, codzienne wykonywanie ćwiczeń ogólnorozwojowych czy przezorność, wyrażona w kontroli miejsca zabawy oraz stanu sprawności sprzętu i urządzeń wpływa pozytywnie na bezpieczny udział w zabawach i grach ruchowych.

**Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:**

- nieumiejętność przewidywania skutków swojego zachowania i zachowania innych osób,
- lekkomyślność i pochopność w działaniu,
- preferowanie przez uczniów biernych form wypoczynku w czasie wolnym.

**2. Rozwiązania dla usunięcia przyczyny problemu:**

- zaplanowanie działań prozdrowotnych na rok szkolny 2016/2017,
- nauczanie dzieci bawienia się w sposób bezpieczny dla siebie i innych,
- Forum dla Rodziców (krótkie dyskusje dotyczące rozwiązywania problemów priorytetowych podczas spotkań z rodzicami).

**Plan działań  
prozdrowotnych  
realizowanych  
w Szkole Podstawowej  
im. Bojowników o Wolność i  
Demokrację  
w Krzyżu Wlkp.  
w roku szkolnym 2016/2017**

*„Baw się z nami,  
z zasadami”*



# Plan działań na okres roku szkolnego 2016/2017

## Część właściwa

### Cel:

- kształtowanie umiejętności przewidywania niebezpieczeństwa, które może zaistnieć w czasie zabawy,
- nauczenie wykorzystywania różnych sytuacji dnia codziennego w celu zwiększenia poziomu własnej aktywności ruchowej.

### Kryterium sukcesu:

- uczniowie będą rozważnie i bezpiecznie spędzać przerwy (60% uczniów będzie stosować się do zasad),
- uczniowie systematycznie będą korzystać z różnorodnych form aktywności ruchowej w szkole i poza nią (50% uczniów będzie aktywnie spędzać wolny czas).

### Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces): Co wskaże?

Obserwowane odpowiedzialne postawy uczniów podczas przerw.

Liczba uczniów spędzających aktywnie wolny czas po zakończonych zajęciach szkolnych oraz rodzaj preferowanych aktywności.

### Jak sprawdzimy?

Obserwacja.

Analiza dokumentacji (protokoły powypadkowe, dzienniki lekcyjne).

Badanie ankietowe wśród uczniów.

### Kto i kiedy sprawdzi?

VI/2016

Zespół wspierający ds. promocji zdrowia, wychowawcy klas, nauczyciele wychowania fizycznego.

Zadanie	Kryterium sukcesu (dla zadania)	Metody realizacji, terminy	Wykonawcy	Środki	Monitorowanie Termin, osoba	Sposób sprawdzenia wykonania zadań		
						Co wskaże?	Jak sprawdzimy?	Kto i kiedy sprawdzi?
1. Przygotowanie planu działań prozdrowotnych na rok szk. 2016/2017	Plan działań	- konsultacja i przyjęcie propozycji zespołu wspierającego,  - przedstawienie planu radzie pedagogicznej i przyjęcie go do realizacji	Szkolny koordynator i zespół wspierający.	Komputer, papier, tusz.	IX/2016, Wicedyrektor	Przygotowany dokument.	Prezentacja planu podczas posiedzenia rady pedagogicznej.	Dyrektor, IX/2016
2. Zapoznanie społeczności szkolnej z programem.	Znajomość zakresu działań w roku szk. 2016/17 wśród uczniów i rodziców.	- oficjalna inauguracja działań prozdrowotnych w szkole podczas apelu  - zamieszczenie programu na stronie internetowej szkoły  - tablica informacyjna na korytarzu	Szkolny koordynator, zespół wspierający, mgr Ż. Mazurkiewicz,	Komputer, dostęp do strony WWW, plansze.	IX/2016, Wicedyrektor	Scenariusz apelu, strona WWW, uaktualniana tablica informacyjna.	Obserwacja.	Wicedyrektor, IX/2016
3. Prowadzenie edukacji zdrowotnej.	Wiedza uczniów nt. zasad i	- opracowanie tematyki godzin wychowawczych	Wychowawcy klas, nauczyciele	Plansze, papier, mazaki,	Cały rok, Wicedyrektor.	Plany pracy wychowawczej w	Kontrola dokumentów.	Cały rok

	zdrowego stylu życia, warunków bezpiecznej zabawy w różnych miejscach, znaczenia aktywności fizycznej w życiu człowieka.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przeprowadzenie 2 zajęć w roku szkolnym (jedno nt. warunków bezpiecznej zabawy i jedno nt. aktywności fizycznej)</li> <li>- realizacja treści programowych na lekcjach innych przedmiotów</li> <li>- prowadzenie zajęć warsztatowych przez higienistkę szkolną i szkolnego koordynatora ds. promocji zdrowia</li> </ul>	przedmiotów, higienistka szkolna, szkolny koordynator ds. promocji zdrowia.	podręcznik przedmiotowy.		poszczególnych klasach, zapisy w dzienniku lekcyjnym.		Wicedyrektor, wg harmonogramu kontroli.
4.Propagowanie zasad bezpiecznych zachowań wśród uczniów i rodziców.	Ukształtowane postawy uczniowskie warunkujące bezpieczeństwo podczas gier i zabaw ruchowych, w czasie wolnym, na	<ul style="list-style-type: none"> <li>- opracowanie planu dyżurów nauczycielskich podczas przerw międzylekcyjnych</li> <li>- współpraca z Komisariatem Policji</li> </ul>	mgr B. Kapusta, mgr D. Kubiś	Komputer, papier, tusz.	IX/2016 Dyrektor	Plan dyżurów.	Obserwacja.	IX/2016 Dyrektor
			mgr A. Spychała, mgr H.	Policjanci, materiały edukacyjne.	Cały rok Wicedyrektor	Harmonogram spotkań z policjantami.	Kontrola dokumentu.	I/2017, VI/2017 Dyrektor

drodze .	- realizacja zadań wynikających z programu „Wrzesień-miesiącem edukacji o bezpieczeństwie”	Wydryszek-Janias	Uczniowie, nauczyciele, pracownicy obsługi i administracji.	Policjanci, materiały edukacyjne, urządzenie do znakowania rowerów	IX/2016 mgr K. Boniecka- Radzi, mgr K. Komara	Program. Harmonogram zadań.	Kontrola dokumentu, obserwacja.	I/2017 Dyrektor
	- przeprowadzenie próbnego alarmu p. poż. i terrorystycznego o połączonego z ewakuacją z budynku	Straż Pożarna, Wychowawcy klas.	Plan ewakuacji z budynku.	X/2016 Dyrektor	Odbyte ćwiczenia.	Obserwacja. Zapisy w dzienniku lekcyjnym.	X/2016 Dyrektor	
	- konkurs plastyczny „Moja bezpieczna droga do szkoły”	Uczniowie klas I-VI.	Regulamin konkursu, materiały plastyczne, dyplomy, nagrody.	mgr H. Wydryszek-Janias, mgr H. Gapska	Liczba uczniów uczestniczących w konkursie. Protokół pokonkursowy. Wystawa prac.	Kontrola dokumentu, obserwacja.	XI/2016 Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia.	
	- kąciki tematyczne w klasach	Uczniowie pod kierunkiem wychowawców.	Tablice, szpilki, materiały plastyczne i edukacyjne.	Cały rok Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia,	Kąciki o tematyce bezpieczeństwa: - droga do i ze szkoły,	Obserwacja. Zdjęcia.	X/2016, I/2017, VI/2017 Zespół wspierający ds. promocji	

		<p>- prowadzenie audycji przez szkolny radiowęzeł nt. bezpiecznego spędzania przerw i czasu wolnego poza szkołą</p> <p>- Forum dla Rodziców</p>	<p>Członkowie PCK, zespół wspierający ds. promocji zdrowia.</p> <p>Mgr M. Machowina, mgr J. Musiał, mgr J. Wyrwa, rodzice, wychowawcy klas.</p>	<p>Salę lekcyjne, radiowęzeł, materiały edukacyjne.</p> <p>Materiały edukacyjne</p>	<p>przedstawiciel SU.</p> <p>Cały rok, Wicedyrektor, szkolny koordynator ds. promocji zdrowia.</p> <p>Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia i zespół wspierający.</p>	<p>- bezpieczna zabawa, - bezpieczne ferie zimowe, - bezpieczne wakacje, - numery alarmowe.</p> <p>Audycje.</p> <p>Liczba rodziców uczestniczących w spotkaniach i dyskusji.</p>	<p>zdrowia, przedstawiciel SU.</p> <p>Dyrektor VI/2017</p> <p>Wicedyrektor, I/2017, VI/2017</p>	
5. Propagowanie różnych form aktywności sportowo-rekreacyjnej na terenie szkoły i poza nią.	Umiejętność organizowania czasu wolnego. Udział w różnych formach zajęć	- organizacja szkolnych biegów przełajowych „Biegniemy po własne zdrowie”	Nauczyciele wych. fizycznego, wychowawcy klas I-III	Trasa biegów, taśma, stopery, karty startowe.	Wicedyrektor, IX/2016	Odbyta impreza szkolna o charakterze sportowym. Liczba uczniów uczestniczących w biegach.	Analiza list i kart startowych.	IX/2016 Szkolny koordynator, zespół wspierający



	szkolnych i pozaszkolnych o charakterze rekreacyjno-sportowym.	- konkurs plastyczny „Pieszko, rowerem, autobusem do szkoły bezpiecznie wyruszę”	Uczniowie klas I-VI	Regulamin konkursu, materiały plastyczne.	mgr R. Jaworska, mgr H. Gapska	Liczba wykonanych prac.	Protokół pokonkursowy, wystawa prac.	XI/2016 Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia, zespół wspierający
		- gminny konkurs plastyczny „Żyj zdrowo i aktywnie – proekologicznie”	Uczniowie klas I-VI.	Regulamin konkursu, materiały plastyczne.	mgr H. Wydrzysek-Janias, mgr H. Gapska	Liczba wykonanych prac.	Protokół pokonkursowy, wystawa prac.	IX/2016 Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia.
		- udział w zawodach sportowych (na różnym szczeblu)	Uczniowie-reprezentanci szkoły, nauczyciele wych. fizycznego.	Kalendarz zawodów, baza sportowa, środki finansowe.	mgr Ł. Spychalski	Liczba uczniów startujących w zawodach.	Analiza dokumentacji.	Dyrektor, VI/2017
		- udział w zajęciach ruchowych w szkole i poza nią	Nauczyciele wych. fizycznego, wychowawcy.	Oferta zajęć.	Szkolny koordynator, 1x/semestr	Liczba uczniów uczestnicząca w zajęciach.	Ankieta.	Dyrektor, V/2017
		- zorganizowanie Szkolnego Dnia Sportu-	Wychowawcy we współpracy z rodzicami.	Boiska, sprzęt sportowy, rowery.	Wicedyrektor, VI/2017	Informacje wychowawców o przebiegu	Analiza dokumentacji, obserwacja.	Wicedyrektor, VI/2017

		Sportlandia 2017				imprezy.		
		- udział w Rodzinnych Rajdach Rowerowych	mgr H. Wydrzysek-Janas	Rowery, kaski, kamizelki odblaskowe.	mgr H. Wydrzysek-Janas, cały rok	Ilość odbytych rajdów. Liczba uczniów uczestniczących w rajdach.	Sprawozdanie.	Szkolny koordynator, VI/2017
		- organizowanie klasowych i szkolnych wycieczek turystyczno-krajoznawczych	Wychowawcy	Oferty wycieczek, środki finansowe.	Dyrektor, Cały rok	Ilość odbytych wycieczek. Liczba uczniów uczestniczących w wycieczkach.	Sprawozdanie.	mgr J. Rybak, VI/2017
		- organizacja Festynu Rodzinnego	Rada Rodziców, nauczyciele.	Środki finansowe.	Dyrektor, przewodniczący RR, V/2017	Odbyta impreza środowiskowa.	Scenariusz imprezy, sprawozdanie.	Dyrektor, VI/2017
		- realizacja programu „Mały Mistrz”	mgr J. Małecka	Sprzęt sportowy, środki finansowe.	Wicedyrektor.	Liczba dzieci objętych programem. Liczba odbytych zajęć.	Sprawozdanie.	Dyrektor, VI/2016

Zagadnienia z obszarów „Profilaktyka”, „Zdrowe odżywianie” i „Ekologia” podejmowane są przy realizacji:

- „Programu profilaktycznego szkoły”,
- Programów profilaktycznych „Spójrz inaczej” i „Spójrz inaczej na agresję”,
- Szkolnego Dnia Profilaktyki,
- Programu „Szkoła bez przemocy”,
- Programu „Owoce i warzywa w szkole”,
- Programu „Pij mleko”,
- Akcji „Bułka w szkole”,
- Wspólnego spożywania II śniadania w klasach,
- Akcji „Sprzątanie Świata- Polska 2017”,
- „Tygodnia ekologicznego”.

DYREKTOR SZKOŁY  
*Elużana*  
mgr Izabela Kujawa

*Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia  
i zespół wspierający.*

*Przewięta*

