** Harmonogram**

**Szkoła Podstawowa w Młyńcu Pierwszym**

**„SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”**

**ROK SZKOLNY 2022/2023**

Szkoła w Młyńcu Pierwszym jest miejscem wzajemnego samorozwoju, która stwarza warunki rozwoju różnorodnych talentów. Jest kameralną, wiejską szkołą, bezpieczną i przyjazną dziecku, dającą solidne podstawy do dalszej nauki, pielęgnujemy w niej podstawowe i ponadczasowe wartości. Obecnie uczęszcza do niej 101 uczniów z klas I - III. Szkoła silnie współpracuje ze środowiskiem lokalnym. Wszyscy uczący w niej nauczyciele są zaangażowani w działania wychowawczo – profilaktyczne. Każdego z nich cechuje kreatywność, otwartość na drugiego człowieka, umiejętność współpracy, chęć dokształcania. W naszej szkole pielęgnujemy podstawowe i ponadczasowe wartości – wykorzystanie dziedzictwa kulturowego. Zależy nam na dobru naszych uczniów, pragniemy by dzieci rozwijały się zdrowo, świadomie potrafiły dokonywać wyborów, aby spełniały swoje marzenia oraz rozwijały swoje pasje. Zdajemy sobie sprawę, że zdrowy styl życia jest bardzo ważny do osiągniecia pełni szczęścia i rozwoju, a szkoła jest miejscem, wspierania rozwoju uczniów na różnych płaszczyznach. W roku 2018 przeprowadzono w naszej szkole termomodernizację budynku w systemach ogrzewania oraz wentylacji.

**Głównym celem Szkoły Promującej Zdrowie jest zdrowy styl życia społeczności szkolnej i lokalnej**

Aby to osiągnąć będziemy m.in.:

* zachęcać do zdrowego stylu życia oraz stwarzać uczniom i pracownikom realne i atrakcyjne możliwości dokonywania zdrowych wyborów,
* umożliwiać uczniom rozwój ich potencjału fizycznego, psychicznego i społecznego oraz wzmacniać w nich poczucie własnej wartości,
* zapewniać sprzyjające zdrowiu środowisko do pracy i nauki,
* włączać edukację zdrowotną uczniów do programu nauczania szkoły z wykorzystaniem aktywizujących metod nauczania,
* wyposażać uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia oraz tworzenia zdrowego i bezpiecznego środowiska fizycznego,
* włączać do działań szkoły służbę zdrowia, zwłaszcza do edukacji zdrowotnej

**Szkołę promującą zdrowie tworzą i uczestniczą w jej tworzeniu :**

* uczniowie;
* nauczyciele;
* rodzice;
* inni pracownicy szkoły;
* osoby ze społeczności lokalnej;
* zapraszani specjaliści.

We wrześniu 2022 roku dokonano diagnozy działań w ramach programu „Szkoła Promująca Zdrowie”, zdiagnozowano uczniów klasy 7, 5, 3 oraz rodziców uczniów.

Wyniki diagnozy pozwoliły dokonać autoewaluacji działań oraz zaplanować kolejne działania na rok 2022/2023.

**Zgodnie z wynikami diagnozy uczniów i rodziców:**

Należy skupić się na działaniach poprawiających atmosferę w klasach.

Wzbogacić treści podczas godzin z wychowawcą o tematy dotyczące dbania o zdrowie w ciekawej dla uczniów formie.

Uświadamiać uczniom jakie konsekwencje zdrowotne niesie za sobą zbyt długie korzystanie z mediów ( komputer, tablet, telewizja).

Według rodziców atmosfera w szkole jest miła a nauczyciele są życzliwi dla uczniów oraz rodziców. Nauczyciele dostrzegają mocne strony dzieci. Pomagają, gdy pojawiają się problemy. Badani rodzice uważają , że udział szkoły w programie powoduje, że mają refleksję dotyczącą zdrowego stylu życia Świadomość rodziców dotycząca warunków tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie jest na wysokim poziomie.

**HARMONOGRAM DZIAŁAŃ W ZAKRESIE REALIZACJI PROGRAMU**

**”SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”**

**NA ROK SZKOLNY 2022/2023**

**PRIORYTET: Promowanie zdrowego stylu życia - rozwijanie zainteresowań uczniów.**

*Obszar działania: Promocja zdrowia i zachowań prozdrowotnych*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Zadanie | Forma realizacji | Osoby odpowiedzialne | termin |
| 1. | Opracowanie harmonogramu na rok  szkolny 2022/2023 | - konsultacje z nauczycielami i uczniami,  - zatwierdzenie planu do realizacji, | Wychowawcy klas,  Pedagog,  Nauczyciel przyrody, biologii | wrzesień/ listopad |
| 2. | Przekazanie rodzicom/ uczniom informacji o kontynuowaniu działań w ramach „Szkoły  Promującej Zdrowie” na rok 2022/2023 | - poinformowanie uczniów oraz rodziców w zakładce " Szkoły Promującej Zdrowie" na stronie Internetowej szkoły o nowym harmonogramie  - przekazanie uczniom przez wychowawców informacji o działaniach Szkoły Promującej Zdrowie  - aktualizowanie na bieżąco informacji na stronie internetowej szkoły ze realizowanych działaniach ( fotorelacje) | Wychowawcy,  wychowawcy, nauczyciele, pedagog | Październik  Wrzesień- maj |
| 5. | Profilaktyka zdrowotna,  promowanie zdrowego stylu życia | - Udział w programie „ Dziel się uśmiechem” kl 1-3  - bilans BMI - lekcje wychowania fizycznego  - gazetki/ plakty w klasach na temat zasad zdrowego stylu życia (fotorelacja)  - lekcje biologii  - dzień „Poniedziałek – pijemy napoje bez cukru” wśród uczniów, nauczycieli oraz pracowników szkoły  Przegląd wad postawy u dzieci z oddziału przedszkolnego oraz  kl. 1-3    Dzień zdrowego śniadania – warsztaty zorganizowane przez Firmę GREEN ECO Poland) , robienie kiszonek z warzyw , surówek  Obchody Światowego Dnia Rzucenia Palenia Tytoniu – organizacja konkursu „ Papierosiaki, straszaki”  - Udział w V Ogólnopolskim Programie Profilaktyki Czerniaka kl 7,8  - zajęcia z wychowawcą na temat zdrowego odżywiania, (zdrowa kanapka, surówka)  - zachęcanie uczniów do przynoszenia na drugie śniadanie warzyw i owoców (zwrócenie uwagi na ilość spożywanych cukrów i tłuszczów w jedzeniu)  - zorganizowanie dnia bez słodyczy w szkole,  " Wtorek- Dzień zdrowej przekąski"  - przerwy międzylekcyjne spędzane na zabawach ruchowych, na świeżym powietrzu ( gra w piłkę, ćwiczenia relaksacyjne)  - udział w programie „ owoce i warzywa” w szkole  Udział w programie „ Unplugged” kl. 7 | PCK, wychowawcy, zaproszeni specjaliści  n-l W-F  Wychowawcy  n-l biologii  wychowawcy, nauczyciele, pedagog  zaproszony specjalista/fizjoterapeuta  wychowawcy  wychowawcy, n-l biolo  wychowawcy,  wychowawcy kl. 1-3  Wychowawcy, pedagog  Wychowawcy 0- 8  Wychowawcy, nauczyciele  Wychowawcy kl. 1-3  Pedagog | listopad  II półrocze  cały rok  cały rok  cały rok  Ipółrocze  Listopad  Grudzień  kwiecień  październik  Cały rok  II półrocze  Cały rok  Cały rok  II półrocze |

*Obszar działania: Atmosfera w klasie i szkole.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 9. | Rozwijanie zainteresowań uczniów | „ Pokaz Talentów”  - „ Edukacja przez szachy”  - zajęcia teatralne – przedstawienie profilaktyczne  - zajęcia z kodowania, robotyka    - udział w projekcie „ Eugeniusz 3D”  ( Wykonywanie pudełek , Jesienne drzewo , rafa koralowa, breloczki)  - zajęcia sportowe  - Konkurs plastyczny „ Baśnie i legendy z całego świata”  Udział w akcji „ Szkoły pełne talentów „  Wycieczki szkole  Warsztaty „ Odnawialne źródła energii”  Organizowanie konkursów:  Rodzinna gra planszowa  Konkurs różańcowy  Klasowa Dynia  Papierosiaki straszaki | Pedagog  Dyrektor  Pedagog,  Kl. 1-3  Nauczyciele, wychowawcy  n –l WF  n-l bibliotekarz  wychowawcy , SU  wychowawcy  n-l biologii  wychowawcy, pedagog, nauczyciele | Maj  Cały rok  II półrocze  Cały rok  Cały rok  Cały rok  Wrzesień – listopad  II półrocze  I półrocze  Cały rok  Październik  Cały rok |
| **10.** | Współpraca z rodzicami | - spotkanie w ramach udzielenia wsparcia – pracy z dzieckiem  - ankieta wśród rodziców badająca potrzeby rodziców  - udział rodziców w życiu klasy i szkoły ( imprezy i uroczystości szkolone)  Rodzinne kolędowanie  Młynieckie Tradycje  Rodzinne karaoke  Wprowadzenie Dnia zdrowej przekąski  Wprowadzenie Dnia Wody ( picie wody zamiast słodkich napojów)  Pogadanka z rodzicami na temat noszenia drugiego śniadania. | Pedagog, wychowawcy  Pedagog, wychowawcy  - wychowawcy, pedagog  Pedagog, wychowawcy  Pedagog, wychowawcy  wychowawcy | II półrocze ( marzec)  Maj  Cały rok  Grudzień  Listopad  Maj  Styczeń – cały rok  Styczeń – cały rok  II półrocze |
|  | Relacje w klasach | - Prowadzenie zabaw integrujących na poziomie każdej klasy    - Organizowanie imprez klasowych  - Organizowanie wycieczek klasowych  - Lekcje wychowawcze na temat sposobów rozwiązywania konfliktów  - Angażowanie wszystkich uczniów podczas zajęć ( włączenie uczniów wycofanych )  Lekcje wychowawcze na temat zainteresowań uczniów ( autoprezentacja) | Wychowawcy , pedagog  Wychowawcy  Wychowawcy  Wychowawcy, pedagog  Wychowawcy, nauczyciele  Wychowawcy | Cały rok |

*Obszar działania: Promocja aktywności fizycznej i higieny zdrowia psychicznego.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 11. | Nasze zdrowie psychiczne | Dzień Odpoczynku dla Zszarganych  Nerwów;  obchody **„Światowego Dnia Życzliwości”**  Udział w akcji „ **Szlachetna Paczka”**    - „**Śniadanie na trawie”** ( zdrowe przekąski, zabawy sportowe)    - Dzień pozytywnego myślenia  Obchody Światowego Dnia Życzliwości  - pielęgnowanie warzywnika przed szkoła  -Warsztaty umiejętności psychospołecznych w klasach 7  -Udział w programie profilaktycznym **„ Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej”**  Szkolne Koło Wolontariatu | Pedagog,  Samorząd Uczniowski.  Wychowawcy,  Pedagog, Samorząd Uczniowski, wychowawcy, Rada Rodziców  Zaproszony specjalista/ pedagog, SU  SU/ wychowawcy  Kl. 1-3  zaproszony specjalista  TPPU  Pedagog  koordynator | 21 listopad, grudzień  Maj  II półrocze( kwiecień)  Listopad  Kwiecień - czerwiec  Kwiecień -czerwiec  Styczeń – czerwiec  cały rok |
| 13. | Ruch w szkole | - zajęcia wychowania fizycznego na świeżym powietrzu,  - lekcje w plenerze (altanie szkolnej),  - zawody sportowe  -turniej piłki nożnej  - wyjścia na spacery, sanki, lekcje w plenerze  - spędzanie przerw międzylekcyjnych na świeżym powietrzu | p. Ż. Kozioziemska  nauczyciele, wychowawcy  p. Ż. Kozioziemska  n l - WF  wychowawcy, nauczyciel wf  wychowawcy, nauczyciele | Cały rok  Maj -czerwiec  Cały rok  II półrocze  Cały rok  Cały rok |

Sporządziła: Lucyna Wiktorska – Wnuk