

PLAN DZIAŁAŃ W ZAKRESIE REALIZACJI PROJEKTU „SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”
NA ROK SZKOLNY 2023/2024 W SZKOLE PODSTAWOWEJ IM. JANA PAWŁA II W
ZIELONKACH.

PRIORYTET: Kształtowanie motywacji wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia, a także podejmowanie inicjatyw na rzecz zdrowia własnego i innych.

OPIS PROBLEMU: Na zdrowie znaczący wpływ mają zmiany stylu życia, pracy, nauki, sposobu spędzania wolnego czasu. Praca i wypoczynek powinny być dla ludzi źródłem zdrowia. W promocji zdrowia za podstawowe sprawy należy uznać troskę o siebie i innych. Promocja zdrowia wspiera osobisty i społeczny rozwój człowieka, poprzez udostępnienie informacji o zdrowiu, edukację dla zdrowia i doskonalenie umiejętności związanych ze zdrowym stylem życia.

UZASADNIENIE WYBORU PRIORYTETU: Nadrzędnym celem szkoły promującej zdrowie jest zdrowy styl życia całej społeczności szkolnej – uczniów i pracowników. Promocja zdrowia to proces umożliwiający ludziom zwiększenie kontroli nad swoim zdrowiem. Celem nadrzędnym w promocji zdrowia, jest kształtowanie u ludzi zachowań (stylu życia) i warunków sprzyjających zdrowiu, jego poprawie i ochronie.

Promując zdrowie należy:

- a) Kształtować prawidłowe nawyki żywieniowe, zgodne z zasadami zdrowego żywienia oraz zwracać uwagę na prawidłową postawę ciała - szczególnie u dzieci, dające szansę na poprawę stanu zdrowia przyszłych pokoleń.
- b) umożliwiać uczniom rozwój ich potencjału fizycznego, psychicznego i społecznego oraz wzmacniać poczucie własnej wartości,
- c) przedstawiać dla promocji zdrowia i bezpieczeństwa społeczności szkolnej (uczniom i dorosłym) jasne cele,
- d) kształtować dobre relacje między: pracownikami i uczniami, samymi uczniami, szkołą i rodzicami oraz społecznością lokalną,
- e) wykorzystać wszelkie dostępne środki w społeczności lokalnej dla wspierania działań w zakresie promocji zdrowia,
- f) planować wszechstronną edukację prozdrowotną z zastosowaniem metod aktywizujących uczniów,
- g) wyposażyć uczniów wiedzę i umiejętności, niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia oraz poprawy i ochrony środowiska fizycznego,
- h) zapewnić sprzyjające zdrowiu środowisko,
- i) kształtować u uczniów i pracowników szkoły poczucie odpowiedzialności za zdrowie,

j) zachęcać do zdrowego życia oraz stworzyć uczniom i pracownikom realne i atrakcyjne możliwości dokonywania zdrowych wyborów.

ROZWIĄZANIA DLA USUNIĘCIA PROBLEMU:

- a) Podnieść poziom świadomości uczniów oraz osób dorosłych w zakresie indywidualnej odpowiedzialności za dokonywanie wyborów w zakresie odżywiania się oraz zdrowego stylu życia,
- b) Kształtować zdrowe nawyki żywieniowe, przyzwyczajając dzieci do właściwych zachowań żywieniowych, higienicznych a także w zakresie estetyki spożywania posiłków,
- c) Uświadomić zależność między masą tornistrów, postawą podczas pracy oraz sprawnością fizyczną, a wadami postawy i ich wpływem na prawidłowe funkcjonowanie organizmu,
- d) Promować różnorodne formy aktywności fizycznej oraz życie bez używek i uzależnień,
- e) Włączyć rodziców w realizację zadań wynikających z priorytetów Szkoły Promującej Zdrowie.

Realizację działań wynikających z planu wspiera Szkolny Zespół Promocji Zdrowia:

Szkolny Koordynator: Anna Koziol

Szkolny koordynator Szkoły Promującej Zdrowie pełni rolę lidera, który inicjuje i ułatwia dokonywanie zmian oraz tworzy warunki do pracy przynoszącej sukcesy i rozwijającej społeczność szkolną.

Zadania koordynatora:

1. Pozyskiwanie uczestnictwa członków społeczności szkolnej i sojuszników wśród rodziców i w społeczności lokalnej oraz podejmowanie wzajemnych zobowiązań, niezbędnych dla skutecznych działań.
2. Inicjowanie, organizowanie i koordynowanie prac związanych z promocją zdrowia w szkole.
3. Kierowanie pracą Szkolnego Zespołu ds. Promocji Zdrowia.
4. Współpraca z zespołem ds. promocji zdrowia w zakresie planowania, monitorowania i sporządzania raportów z realizacji podjętych działań.
5. Współdziałanie w kształceniu pracowników szkoły w zakresie promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.
6. Współdziałanie z wojewódzkim koordynatorem wspierającym pracę szkół.
7. Rozwijanie własnych umiejętności z zakresu promocji zdrowia, współdziałania z innymi ludźmi i kierowanie ich pracą.
8. Propagowanie idei Szkoły Promującej Zdrowie w społeczności szkolnej i lokalnej.

Członkowie szkolnego zespołu promocji zdrowia:

- Beata Zygmuntowicz

- Joanna Klepacz-Baniak

- Anna Kieca

- Edyta Sajdak

- Damian Taw

- Aneta Dragosz

Pedagog szkolny: Barbara Paliga

Pedagog szkolny: Agnieszka Tomaszewska-Wiśniowska

Psycholog szkolny: Anna Kwinta-Bajorek

1. Wspieranie pracy szkolnego koordynatora i aktywny udział w:
 - a) przeprowadzaniu diagnozy, planowaniu działań, ich realizacji i ewaluacji wyników,
 - b) organizacji szkoleń w zakresie promocji zdrowia,
 - c) prowadzeniu dokumentacji działań w zakresie promocji zdrowia i pracy szkolnego zespołu.
2. Zespołowe podejmowanie decyzji.
3. Ustalenie reguł pracy zespołu i zakresu zadań poszczególnych członków.
4. Rozwijanie umiejętności osobistych i społecznych członków zespołu.
5. Organizacja spotkań zespołu:
 - a) cykliczność spotkań, z zapowiedzianym wcześniej tematem,
 - b) zaplanowanie spotkań podsumowujących różne etapy pracy,
 - c) praca metodą warsztatową, z aktywnym zaangażowaniem wszystkich uczestników (praca w małych grupach, wspólne poszukiwanie rozwiązań).