

PLAN DZIAŁAŃ SZKOLNEGO ZESPOŁU PROMOCJI ZDROWIA
W ZESPOLE SZKÓŁ W PAWŁOSIOWIE
w roku szkolnym 2024/2025

1. **Cel (nazwa):** Budowanie kultury zdrowia psychicznego poprzez doskonalenie jakości życia człowieka.

Cel priorytetowy: Wyciszenie zachowań niepożądanych typu krzyk, bieganie, brak koncentracji uwagi na lekcjach i przerwach.

Kryterium sukcesu: Zwiększy się o połowę odsetek uczniów, nauczycieli i pracowników obsługi, którzy zostali uświadomieni w sposobie budowania kultury zdrowia psychicznego.

2. Sposób sprawdzenia, czy osiągnięto cel (sukces):

a) **Co wskaże, że osiągnięto cel?** Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród uczniów, nauczycieli i pracowników obsługi, obserwacje nauczycieli, wychowawców i Zespołu Promocji Zdrowia, rozmowy.

b) **Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?** Analiza wyników ankiety, obserwacji, wywiadów, rozmów.

c) **Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?** Wskazani członkowie Zespołu Promocji Zdrowia – kwiecień 2025 r.

3. Zadania

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/ osoba odpowiedzialna	Potrzebne środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1. Opracowanie planu Szkoły Promującej Zdrowie na rok szkolny 2024/25 zgodnie z wybranym priorytetem	Spotkanie zespołu Promocji Zdrowia	Zebranie pomysłów i zaplanowanie działań	Wrzesień 2024	Szkolny Zespół Promocji Zdrowia	Materiały biurowe	Opracowany plan działań Protokół spotkania
2. Zapoznanie społeczności szkolnej z priorytetem SzPZ w roku szkolnym 2024/25	Uczniowie, nauczyciele i rodzice znają priorytet SzPZ oraz plan działań w roku szkolnym 2024/25	Prezentowanie na RP i podczas zebrań z rodzicami oraz na godzinach wychowawczych harmonogramu działań SzPZ na rok szkolny 2024/25	Wrzesień 2024	Szkolny Zespół Promocji Zdrowia Wychowawcy		Protokół RP Sprawozdania z zebrań z rodzicami
3. Zdrowie psychiczne	90% uczniów będzie uczestniczyło w warsztatach i prelekcja związanych z zdrowiem psychicznym.	Integracja klas „Gry i zabawy na dobry klimat w grupie” Mediacje szkolne Warsztaty z psychologiem:	wrzesień 2024	Pedagog szkolny, wychowawcy klas Mediator Psycholog		Informacje na stronie szkoły, Facebooku, sprawozdania, lista obecności uczestników

	<p>Umieszczenie nr telefonów infolinii udzielających wsparcia dla uczniów i rodziców na gazetkach ściennych szkoły.</p>	<p>- Kl. 0-III – Czym jest zdrowie psychiczne? - Kl. IV-VIII – Przyczyny chorób społecznych oraz zaburzenia psychiczne.</p> <p>Metody na rozładowanie stresu- zajęcia praktyczne: muzykoterapia, arteterapia, kinezyterapia, bajkoterapia.</p> <p>Udział w projektach i przedsięwzięciach podejmowanych przez szkołę:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pilotażowy program profilaktyczny „Godzina dla młodych głów” - Projekt Emp@tyczna Klasa - Ogólnopolski Projekt Edukacyjny Sztuka emocji - warsztaty „Po co nam emocje, czyli jak zrozumieć to, co się w nas dzieje – profilaktyka problemów zdrowia psychicznego” dla klas 1-8 - warsztaty „Budujemy mosty, a nie mury – praca 		<p>Wyznaczeni nauczyciele</p> <p>Pedagog, psycholog, koordynatorzy projektów.</p>	<p>Materiały plastyczne, muzyczne, sportowe, bajki,</p>	
--	---	--	--	---	---	--

		<p>poszerzająca wgląd w sferę emocji i motywacji uczniów” dla klas 1-8</p> <ul style="list-style-type: none"> - edukacja dla rodziców „Na czym polega pomoc psychologiczna i gdzie można ją otrzymać” - diagnoza – ankieta dla uczniów, nauczycieli i rodziców. 		Zespół Promocji Zdrowia	Ankieta dotyczący zagrożeń zaburzeń psychicznych	Przeliczenie, analiza ankiet
4. Aktywność fizyczna	<p>80% uczniów włączy się do organizacji i udziału w imprezach</p> <p>Nauczyciele i pracownicy zadbają o kondycję swojego organizmu 40% uczniów</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Organizowanie i udział uczniów w szkolnych i międzyszkolnych zawodach sportowych. - Gry i zabawy ruchowe dla najmłodszych - zajęcia pozalekcyjne w ramach programu „Aktywni do kwadratu” dla klas I –VIII - Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne (dążenie do prawidłowej postawy ciała) - dyskoteki, zabawy - Sport dla zdrowia nauczycieli i pracowników obsługi- dostęp do siłowni, zajęcia sportowe – program „MULTISPORT” 	Cały rok szkolny	<p>Nauczyciele wychowania fizycznego, Wychowawcy klas, Szkolny koordynator</p> <p>Nauczyciele i pracownicy obsługi</p>	<p>Sprzęt do gier i zabaw, materiały biurowe, bank zabaw, gier i zadań, dyplomy nagrody rzeczowe</p> <p>-dostęp do siłowni, basenu, itp. – karta „MULTISPORT”</p>	<p>obserwacja, lista obecności uczestników, dyplomy, nagrody zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, na Facebooku szkolnym i w kronice SzPZ</p> <p>Karty Multisport</p>

	włączy się do aktywności sportowej.					
5. Aktywizowanie uczniów do zabaw i gier ruchowych na przerwie „Sportowe przerwy”	20% uczniów włączy się do organizacji aktywnych przerw	- Organizowanie przez uczniów klas starszych z pomocą nauczycieli zabaw i gier w wyznaczonych miejscach, - Aerobik, zabawy ruchowe.	Styczeń- czerwiec 2024/2025	Szkolny Zespół Promocji Zdrowia, samorząd uczniowski z opiekunami, wychowawcy klas, dyżurujący nauczyciele	Sprzęt do gier i zabaw, odtwarzacz CD, mikrofon, materiały biurowe, bank zabaw, gier i zadań	Obserwacja, zdjęcia na stronie internetowej, na Facebooku szkolnym
6. Kształtowanie prawidłowych nawyków i postaw	80% uczniów włączy się do zaplanowanych działań	Przeprowadzenie akcji charytatywnych: - Zbiórka zniczy na cmentarz we Lwowie. - zbiórka dla hospicjum, - zbiórka dla powodzian, - Jarosławskie Pola Nadziei - zbiórka zużytych baterii, elektrośmieci, - Udział w uroczystościach patriotycznych, imprezach okolicznościowych. Wyjazdy do kina, teatru, na zajęcia profilaktyczne, Czytanie i słuchanie bajek terapeutycznych. „Szlachetnie i zdrowo z małą Iwoną” - projekt	Cały rok Cały rok szkolny	Szkolny Wolontariat, Szkolny Zespół Promocji Zdrowia, Samorząd uczniowski wraz z opiekunami, wychowawcy klas, wyznaczeni uczniowie Pedagog Wychowawcy świetlicy	Artykuły biurowe	Sprawozdanie z przeprowadzonych działań, zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, na Facebooku szkolnym i w kronice Szkoły Promującej Zdrowie, gazetki klasowe

		<p>edukacyjny realizowany na świetlicy szkolnej.</p> <p>- Zaopatrywanie sklepiku szkolnego w zdrową żywność</p>		Opiekun sklepiku i koordynator promocji zdrowia		
7. Działania prozdrowotne wzmacniające właściwe nawyki i postawy żywieniowe.	90% dzieci, będzie bardziej wyedukowanych z zakresu zdrowego odżywiania	<p>- przeprowadzenie akcji „Wspólne drugie śniadanie- Małe danie – wielki moc”,</p> <p>- udział uczniów w konkursach plastycznych, przyrodniczych, biologicznych, polonistycznych i profilaktycznych o tematyce prozdrowotnej,</p> <p>- uświadomienie dzieciom i młodzieży skutków zdrowotnych niewłaściwego odżywiania</p>	<p>Październik / listopad 2024</p> <p>Według harmonogramu</p>	<p>Dyrektor szkoły, Szkolny Zespół Promocji Zdrowia, Wychowawcy klas</p>	<p>artykuły spożywcze, naczynia plastikowe, serwetki, owoce, artykuły biurowe, pastele,</p> <p>- filmy na lekcjach wychowawczych</p>	<p>Sprawozdanie z realizacji zadań Szkoły Promującej Zdrowie.</p> <p>Zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, na Facebooku szkolnym i w kronice Szkoły Promującej Zdrowie.</p>
8. Przeprowadzenie szkoleń, warsztatów dla nauczycieli i pracowników	80% nauczycieli i pracowników obsługi będzie uczestniczyło w szkoleniach	Szkolenia w ramach Wewnątrzszkolnego Doskonalenia Nauczycieli oraz pracowników obsługi	Cały rok	Dyrektor szkoły	Materiały biurowe i środki audiowizualne	Lista obecności

obsługi						
9. Prowadzenie edukacji w zakresie bezpieczeństwa i profilaktyki	60% dzieci i rodziców będzie bardziej wyedukowanych w zakresie profilaktyki i bezpieczeństwa	<p>Jarostawski Dzień Profilaktyki. Impreza plenerowa na rynku w Jarostawiu</p> <p>Konferencja dla Młodzieży „Uzależnienia to nie nasze klimaty”</p> <p>Konferencja dla Dorosłych „Uzależnienia to nie nasze klimaty”</p> <p>Rozpowszechnianie wśród uczniów i rodziców procedur i zadań z zakresu bezpieczeństwa i profilaktyki</p> <p>"Laboratorium młodego człowieka", "Uzależnienie nie jedno ma imię" Edukacja dla rodziców „Co wciągają nasze dzieci w dobie XXIw”</p>	<p>wrzesień</p> <p>wrzesień</p> <p>październik</p> <p>Cały rok</p> <p>wywiadówka II semestr</p>	<p>Koordinator, Psycholog, Pedagog szkolny</p> <p>Pedagog szkolny Wychowawcy klas</p> <p>Nauczyciel informatyki, wyznaczeni nauczyciele Pedagog</p>	<p>Ulotki Plakaty Pogadanki</p>	<p>Zaświadczenia, informację na stronie szkoły i na Facebooku szkolnym</p> <p>Sprawozdanie z pracy pedagoga szkolnego, program profilaktyki</p> <p>Lista obecności</p>
10. Tydzień Promocji Zdrowia		Aktywne przerwy: - nauka tańca	07-11 kwietnia	Zespół Promocji Zdrowia		Sprawozdanie z przeprowadzonych

		<p>przeprowadzona przez rodzica naszej szkoły, - „Pilates z rodzicami” - Zielona przerwa (przerwa spędzona na świeżym powietrzu)</p> <p>Warsztaty z psychologiem: - Kl. 0-III – Czym jest zdrowie psychiczne? - Kl. IV-VIII – Przyczyny chorób społecznych oraz zaburzenia psychiczne. - Pierwsza pomoc przedmedyczna – warsztaty</p> <p>Konkurs plastyczny - „Recepta na smutek” (05- 2kl)</p> <p>Konkurs plastyczny „Wesołe minki owocowo-warzywne” (klasy 3-5)</p> <p>Konkurs muzyczny „Tekściarze” - tekst o zdrowiu do znanej mi melodii. (klasy 6-8)</p> <p>Metody na rozładowanie stresu:</p>	2025r.	<p>Nauczyciele Rodzice Pracownicy</p> <p>Psycholog</p> <p>Zaproszona osoba (ratownik medyczny)</p> <p>Zespół Promocji Zdrowia</p> <p>Wyznaczeni nauczyciele</p>		<p>h działań, zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, na Facebooku szkolnym i w kronice Szkoły Promującej Zdrowie.</p>
--	--	---	--------	---	--	---

		Muzykoterapia, arteterapia, kinezyterapia, bajkoterapia? Uroczysty Apel podsumowujący – Tydzień Promocji Zdrowia Bazarek soków i przekąsek – degustacja		Zespół Promocji Zdrowia		
Ewaluacja działań	95% nauczycieli weźmie udział w Radzie Pedagogicznej	Przedstawienie rezultatów podjętych działań. Złożenie dokumentacji na krajowy certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie.	Kwiecień/maj 2025r.	Koordinator		Raport z działań Szkoły Promującej zdrowie w szkole. Wniosek o Krajowy Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie. Lista obecności nauczycieli na RP

Zespół Szkół w Pawłosiowie należy do Podkarpackiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie i wraz z innymi szkołami realizuje plan działań opracowany przez Jarosławskie Stowarzyszenie Oświaty i Promocji Zdrowia, zgodnie z podanym harmonogramem działań na rok szkolny 2024/2025.

Opracował Szkolny Zespół Promocji Zdrowia