

**PLAN DZIAŁAŃ SZKOLNEGO ZESPOŁU PROMOCJI ZDROWIA
W ZESPOLE SZKÓŁ W PAWŁOSIOWIE
w roku szkolnym 2025/2026**

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

Cel priorytetowy: Wyciszanie zachowań niepożądanych typu krzyk, bieganie.

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 -czerwiec 2026 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 2025/26 zgodnie z wybranym priorytetem	Spotkanie zespołu Promocji Zdrowia	Zebranie pomysłów i zaplanowanie działań	Wrzesień 2025	Szkolny Zespół Promocji Zdrowia	Materiały biurowe	Opracowany plan działań Protokół spotkania
2. Zapoznanie społeczności szkolnej z priorytetem SzPZ w roku szkolnym 2025/26	Uczniowie, nauczyciele i rodzice znają priorytet SzPZ oraz plan działań w roku szkolnym 2025/26	Prezentowanie na RP i podczas zebrań z rodzicami oraz na godzinach wychowawczych harmonogramu działań SzPZ na rok szkolny 2025/26	Wrzesień 2025	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. Umieszczenie nr	Integracja klas „Gry i zabawy na dobry klimat w grupie” Mediacje szkolne Warsztaty z psychologiem:	Grudzień 2025 Cały rok szkolny	Koordynator, wychowawcy klas Mediator Psycholog		Informacje na stronie szkoły, Facebooku, sprawozdania, lista obecności uczestników

	<p>telefonów infolinii udzielających wsparcia dla uczniów i rodziców na gazetkach ściennych szkoły.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kl. 0-III – Mówimy NIE przemocy, TAK przyjaźni - Kl. IV-VIII – Przemoc rówieśnicza jak przeciwdziałać i gdzie szukać wsparcia? - Kl. VIII - Kryzys psychiczny – jak go rozpoznać i gdzie szukać wsparcia? - Kl. 7,8 – Warsztaty poświęcone tematyce uzależnień. - Kl. 1-3 – Higiena cyfrowa, bezpieczne poruszanie się w sieci. - Kl. 4-8 – Higiena cyfrowa, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie. <p>Udział w projektach i przedsięwzięciach podejmowanych przez szkołę:</p> <ul style="list-style-type: none"> - program profilaktyczny „Godzina dla młodych głów” - „Dzieciństwo Mocy bez przemocy - Tydzień o przeciwdziałaniu 		<p>Pedagog, psycholog, koordynatorzy projektów.</p>	<p>Materiały plastyczne, muzyczne, sportowe, bajki,</p>	
--	---	---	--	---	---	--

		<p>Przemocy Rówieśniczej</p> <ul style="list-style-type: none"> - edukacja dla rodziców, ścieżki pomocy związane z przemocą/kryzysem psychicznym - diagnoza – ankieta dla uczniów, nauczycieli i rodziców. 		Zespół Promocji Zdrowia	Ankieta	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</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>

	40% uczniów 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, -Taniec, zabawy ruchowe, ćwiczenia	Październik-czerwiec 2025/2026	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, - 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. „Zdrowo i sportowo” - projekt edukacyjny	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

		realizowany na świetlicy szkolnej. - Zaopatrywanie sklepiku szkolnego w zdrową żywność		Opiekun sklepiku i koordynator promocji zdrowia		
7. Działania prozdrowotne wzmacniające właściwe nawyki i postawy żywieniowe.	90% dzieci, będzie bardziej wyedukowanych z zakresu zdrowego odżywiania	-przeprowadzenie akcji „Wspólne drugie śniadanie” - udział w programie edukacyjnym „Akademia Lubella” - program „Trzymaj formę” - program „Skąd się biorą produkty ekologiczne?” - przedszkole -udział uczniów w konkursach plastycznych, przyrodniczych, biologicznych, polonistycznych, muzycznych i profilaktycznych o tematyce prozdrowotnej	Październik / listopad 2025 Według harmonogramu	Dyrektor szkoły, Szkolny Zespół Promocji Zdrowia, Wychowawcy klas Koordynator programu Organizatorzy konkursów	Artykuły spożywcze, naczynia plastikowe, serwetki, owoce, artykuły biurowe, pastele,	Sprawozdanie z realizacji zadań Szkoły Promującej Zdrowie. Zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, na Facebooku szkolnym i w kronice Szkoły Promującej Zdrowie.
8. Przeprowadzenie szkoleń, warsztatów dla	80% nauczycieli i pracowników obsługi będzie uczestniczyło w	Szkolenia w ramach Wewnątrzszkolnego Doskonalenia Nauczycieli oraz pracowników obsługi	Cały rok	Dyrektor szkoły	Materiały biurowe i środki audiowizualne	Lista obecności

nauczycieli i pracowników obsługi	szkoleniach					
9. Prowadzenie edukacji w zakresie bezpieczeństwa i profilaktyki	60% dzieci i rodziców będzie bardziej wyedukowanych w zakresie profilaktyki i bezpieczeństwa	<p>Jarosławski Dzień Profilaktyki. Impreza plenerowa na rynku w Jarosławiu</p> <p>Rozpowszechnianie wśród uczniów i rodziców procedur i zadań z zakresu bezpieczeństwa i profilaktyki</p> <p>Dzień zdrowia psychicznego Dzień życzliwości, Dzień bezpiecznego Internetu, Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją, Światowy Dzień Zespołu Downa, Światowy Dzień Świadomości Autyzmu</p>	<p>wrzesień</p> <p>Cały rok</p> <p>gazetki ścienne, inicjatywy klasowe</p>	<p>Koordynator, Psycholog, Pedagog szkolny</p> <p>Pedagog, psycholog, wychowawcy</p>	<p>Ulotki Plakaty Pogadanki</p>	<p>Zaświadczenia, informację na stornie szkoły i na Facebooku szkolnym</p> <p>Sprawozdania pedagoga, psychologa, zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły, na Facebooku szkolnym Lista obecności</p>
10. Tydzień Promocji Zdrowia		<ul style="list-style-type: none"> - Aktywne przerwy - nauka tańca przeprowadzona przez rodzica naszej szkoły, - „Warsztaty z sanepidem” 	19-26 marca 2026r.	Zespół Promocji Zdrowia Nauczyciele Rodzice Pracownicy		Sprawozdanie z przeprowadzonych działań, zamieszczenie informacji na

		<p>- Warsztaty taneczne Warsztaty z pedagogiem: - Bajkorapia – przedszkola - „Stresory i potrzeby w życiu dziecka – jak sobie radzić i szukać pomocy” – kl. I- VI - „Stresory i potrzeby – jak sobie radzić z rozwiązywaniem sytuacji trudnych” – kl. VII-VIII - Zajęcia sportowe Warsztaty dietetyczne</p> <p>Konkurs plastyczny „Wylepiany Mazurek” (przedszkola) Konkurs polonistyczny - „Rymowanki o zdrowiu” (klasy 1-3) Konkurs matematyczny „ Z matematyką po zdrowie ” (klasy 4-8)</p> <p>Rodzinny konkurs cukierniczy</p> <p>Uroczysty Apel podsumowujący – Tydzień Promocji Zdrowia</p>		<p>Pedagog, Zaproszeni goście</p> <p>Zespół Promocji Zdrowia</p> <p>Wyznaczeni nauczyciele</p> <p>Zespół Promocji Zdrowia</p>	<p>stronie internetowej szkoły, na Facebooku szkolnym i w kronice Szkoły Promującej Zdrowie.</p>
--	--	---	--	---	--

		Bazarek soków i przekąsek – degustacja				
Ewaluacja działań	95% nauczycieli weźmie udział w Radzie Pedagogicznej	Przedstawienie rezultatów podjętych działań. Złożenie dokumentacji na krajowy certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie.	Kwiecień/maj 2026r.	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 podanych harmonogramem działań na rok szkolny 2025/2026.

Opracował Szkolny Zespół

Promocji Zdrowia