**PLAN PRACY**

**Szkoły Promującej Zdrowie w Dąbrówce Wlkp.**

**w roku szkolnym 2020/2021**

Na podstawie przeprowadzonych analiz dotychczasowych działań oraz wyników ankiet wśród uczniów , rodziców oraz obserwacji społeczności szkolnej ustalono priorytetowe problemy dotyczące:

1. Nieprawidłowości w zakresie odżywiania uczniów.

2. Nieumiejętność rozwiązywania konfliktów rówieśniczych, kłopoty uczniów z radzeniem sobie ze stresem

W roku szkolnym 2020/2021 SzPZ będzie realizować działania dotyczące:

• propagowania nawyków związanych ze zdrowym odżywianiem wśród uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników szkoły

• wyposażenie uczniów, nauczycieli i rodziców w wiedzę i umiejętności chroniące dzieci i młodzież przed rozwojem problemów w obszarze zdrowia psychicznego i zaburzeń zdrowia

I Cel strategiczny : poprawić poziom prawidłowych zachowań w zakresie odżywiania wśród uczniów

Kryterium sukcesu: 80% uczniów zna i stosuje zasady prawidłowego odżywiania się

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ZADANIA | FORMA REALIZACJI | ODPOWIEDZIALNY | TERMIN | SPOSÓB DOKUMENTOWANIA |
| 1.Przygotowanie planu pracy na rok szkolny 2020/2021 | Przedstawienie przez koordynatora planu działań opracowanego przez zespół - Przyjęcie przez Radę Pedagogiczną planu pracy na rok szkolny 2020/2021 | koordynator | X 2020 | Plan pracy SzPZ |
| 2. Przekazanie informacji o zadaniach programu społeczności szkolnej | 1.Zamieszczenie i aktualizacja informacji o projektowanych i podejmowanych działaniach na stronie internetowej szkoły 2.”Szkoła promująca zdrowie, co to oznacza?” | koordynator oraz zespół SzPZ | Na bieżąco | Strona szkoły WWW |
| 3. Rozszerzenie wiedzy Rady Pedagogicznej i pracowników szkoły na temat zdrowych nawyków żywieniowych | Szkolenie prowadzone przez dietetyka Spotkanie informacyjne „Dziecko z cukrzycą w szkole” – spotkanie ze specjalistą | dyrektor | X 2020 | Lista obecności ze szkolenia |
| 4.Promowanie zdrowego odżywiania | 1. Prowadzenie pogadanek na lekcjach  2.Propagowanie białej mineralnej niegazowanej wody.  3.Udział klas I – V w programie ”Program dla szkół”( ”Szklanka mleka”, „Owoce w szkole”)  4.Realizacja cyklu zajęć dla klas III „Od ziarenka do bochenka”  5.Realizacja programu „Trzymaj formę” kl. V - VIII  6. Śniadanie Daje Moc -zajęcia edukacyjne, podczas których prowadzący będą mogli przekazać uczniom cenne informacje, w oparciu o 12 zasad zdrowego odżywiania. Wspólne przygotowanie i zjedzenie śniadania. Robienie kanapek i wyciskanie pysznych soków i koktajli.  7.Tydzień zdrowia - „Na tropie witamin” –praca plastyczna. Każda klasa wykonuje 1 pracę ⎫ Witaminy w warzywach i owocach ⎫ formacie A2, w układzie pionowym ⎫ Wykorzystanie materiałów recyklingowych ⎫ Termin oddania do 10 II - witaminowe przerwy - degustacja warzywno – owocowa.  8. Nasza szkolna książka kucharska- siedem dni tygodnia, czyli nasz pomysł na jadłospis. Wydrukowanie przekazanie rodzicom.  9. ,,Leki z domowej apteki” – poznanie naturalnych sposobów na odporność) poznanie roślin leczniczych  (czosnek, imbir, cytryna, miód)- degustacja ,,zdrowej herbatki” | Wychowawcy  Wszyscy nauczyciele  Wychowawcy  Wychowawca kl. III  Pedagog, pielęgniarka  Wychowawcy  Nauczyciel plastyki, wychowawcy  Nauczyciel informatyki, techniki  Wychowawca kl. III | Cały rok  Cały rok  X – V  IX  X-VI  XI  II 2021  V 2021  X 2020 | Wpisy do dziennika librus  Dokumentacja w dzienniku  Zdjęcia na stronie szkoły  Wystawa prac plastycznych,  Zdjęcia na stronie szkoły  Zdjęcia na stronie szkoły  Wpis w dzienniku, zdjęcia  Zdjęcia na stronie szkoły  Wpis w dzienniku |

II cel strategiczny: rozwijanie umiejętności uczniów radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu; budowanie przyjaznych relacji pomiędzy uczniami

Kryterium sukcesu: 80% uczniów radzi sobie ze stresem, potrafi nawiązać przyjazne relacje z kolegami

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Wspieranie samorozwoju ucznia  1.Rozpoznawanie i nazywanie emocji.  2.Poznanie swoich mocnych stron, talentów i zdolności.  Myślenie pozytywne.  Zdobywanie pewności siebie.  3.Pokonywanie stresu.  6.Reagowanie w trudnych sytuacjach.  7.Podejmowanie decyzji i dokonywanie właściwych wyborów.  8.Rozwój zainteresowań i talentów. | - zajęcia wychowawcze z uczniami podczas zajęć szkolnych, wycieczek  ,,Moje mocne strony” – warsztaty na godzinie wychowawczej  ,,Pokonać stres” –zajęcia dla klas IV-VI (scenariusz zajęć ze strony www.myslepozytywnie.pl)  Realizacja programu rekomendowanego ,, Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej”  - indywidualne rozmowy i zajęcia z uczniami,  - zajęcia w ramach pomocy psychologiczno-pedagogicznej.  Udział w zajęciach rozwijających zainteresowania  Udział w konkursach piosenki, recytatorskim, przedmiotowym, zawodach sportowych itp. | Wychowawcy, wszyscy nauczyciele  wychowawcy  pedagog  Nauczyciel WDż  wychowawcy  nauczyciele klas II- VI (z certyfikatem uprawniającym do realizacji programu)  nauczyciele, pedagog  nauczyciele klasy II, III, matematyk, polonista, nauczyciel wychowania fizycznego, | XI  Cały rok  Na bieżąco  Na bieżąco  Cały rok  Na bieżąco | Dokumentacja w dzienniku  Ankiety, dokumentacja w dzienniku  Dokumentacja w dzienniku librus  Wpisy do dziennika  Dokumentacja w dzienniku librus  Zdjęcia na stronie szkoly |
| Dbanie o własne zdrowie  1. Higiena pracy umysłowej.  2. Planowanie czasu pracy i wypoczynku.  3. Aktywny wypoczynek.  4. Życie bez używek. | Warsztaty połączone z prezentacją pt. ,,Higiena pracy i wypoczynku ucznia” klasy VI-VIII  Poznanie różnych sposobów aktywnego wypoczynku – lekcje wychowawcze  Prelekcje i filmy edukacyjne na temat szkodliwości używek. | Koordynator SzPZ  wychowawcy  Wychowawcy klas  Pielęgniarka  pedagog | I 2021  Na bieżąco  VI 2021 | Zdjęcia, krzyżówki  Wpisy w dzienniku  Wpisy w dzienniku |
| Kształcenie umiejętności interpersonal  nych  1.Komunikowanie się.  2. Zachowania  Asertywne.  3. Tolerancja wobec odmienności innych.    4.Rozwiązywanie konfliktów: bez przemocy i agresji. | Realizacja zajęć wychowawczych zgodnych z programem ,,Poznaję siebie i innych”  Pogadanki oraz filmy edukacyjne na temat bycia asertywnym.  Realizacja programu ,,Spójrz inaczej” (zapobieganie nieprawidłowym zachowaniom,  rozwijanie tolerancji i umiejętności psychospołecznych)  Cykl lekcji wychowawczych :  - Co to jest przemoc?  - Radzę sobie z sytuacją trudną.  - Tworzymy klasowy kodeks zasad przeciwko przemocy. | Wychowawcy klas I- III  wychowawcy  Wychowawca kl III  Wychowawcy kl IV-VI | Na bieżąco  Na bieżąco  III 2021  W ciągu roku | Dokumentacja szkolna  Karty pracy  Wpisy do dziennika  zdjęcia  dokumentacja w dzienniku, ankiety dla uczniów i rodziców |
|  |  |  |  |  |
| Podnoszenie kompetencji wychowawczych rodziców i nauczycieli  1.Potrzeby rozwojowe dziecka na każdym z etapów edukacyjnych.  2.Stawianie granic dziecku.  3.Kształtowanie odpowiedzialności u dziecka.  4. Samokształcenie nauczycieli | Pedagogizacja rodziców w ramach spotkań klasowych.  (Zachęcanie do korzystania ze szkoleń dla rodziców e- learning www.szkolenia.myslepozytywnie.pl)  Warsztaty dla rodziców i nauczycieli z pracownikiem Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej  Szkolenia e-learning na stronie www.myslepozytywnie.pl  Udział w szkoleniach on –line, e –learning, warsztaty | Wychowawcy  Koordynator, wychowawcy  Psycholog  Chętni nauczyciele, pedagog  Chętni nauczyciele | Na bieżąco  W miarę potrzeb  III 2021  Cały rok  Cały rok | Wpisy w dzienniku  Wpisy w dzienniku librus  Zdjęcia, lista obecności  Zdjęcia certyfikatów  zaświadczenia |
| Niebezpieczeństwo uzależnień | Warsztaty na temat uzależnień od alkoholu, tytoniu, narkotyków, Internetu | Nauczyciel WDŻ,  Pielęgniarka szkolna | Cały rok | dokumentacja w dzienniku, zdjęcia |

Koordynator SzPZ Iwona Utrata