



**Plan działań Szkoły Podstawowej nr 23 we Włocławku
„SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE”
Realizacja problemu priorytetowego w roku szkolnym 2023/2024**

1. Problem priorytetowy do rozwiązania:

Zmiana nawyków żywieniowych oraz stylu życia wśród społeczności szkolnej.

a) Krótki opis problemu priorytetowego:

Uczniowie nie mają utrwalonych prawidłowych nawyków żywieniowych. W ich diecie pojawiają się w nadmiarze słodkie oraz słodkie napoje. Zapominają o spożyciu pierwszego śniadania w domu oraz drugiego podczas pobytu w szkole, co utrwala złe wybory żywieniowe. Tematy dotyczące zdrowia i dobrego samopoczucia nie są podejmowane w domu rodzinnym, rzadko na lekcjach przedmiotowych.

b) Uzasadnienie wyboru priorytetu:

W wyniku obserwacji, rozmów z wychowawcami klas i rodzicami oraz analizy ankiet sprawdzających samopoczucie w szkole placówka zajmie się problematyką kształtowania właściwych nawyków żywieniowych i uświadamiania uczniom znaczenia odżywiania dla zdrowia i prawidłowego funkcjonowania organizmu.

2. Przyczyny główne istnienia problemu:

- niewłaściwe nawyki żywieniowe wyniesione z domu rodzinnego i otoczenia,
- brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów w zakresie produktów żywnościowych niezbędnych dla prawidłowego rozwoju dziecka w wieku szkolnym,
- nieznanostwo produktów żywnościowych wartościowych dla organizmu,
- brak świadomości na temat wpływu właściwego odżywiania na zdrowie i pracę umysłową,
- czerpanie wiedzy i wzorów żywieniowych z reklam.

3. Rozwiązania dla usunięcia przyczyn problemu:

- przekazywanie uczniom rzetelnej wiedzy na temat znaczenia odpowiedniego odżywiania dla zdrowia i pracy umysłowej młodego człowieka,
- propagowanie rozmaitych form aktywności fizycznej oraz zdrowego stylu życia (bez nałogów),
- promowanie właściwych wyborów dotyczących zdrowego żywienia oraz aktywnego stylu życia,
- analizowanie problemu w gronie szkolnych zespołów klasowych,
- poruszanie tematyki związanej z problemem priorytetowym podczas spotkań z rodzicami,
- uczestnictwo uczniów w spotkaniach, konkursach mających na celu promocję zdrowia,
- praktyczne wykorzystywanie zdobytej wiedzy do komponowania zdrowych posiłków,
- sumienna realizacja programu profilaktyki i programu edukacji zdrowotnej.

Rok szkolny 2023/24				
Działanie	Formy realizacji	Osoby odpowiedzialne	Termin realizacji	Dokumentacja
Dokonanie wstępnej diagnozy potrzeb i zasobów środowiska szkolnego mającej na celu ustalenie problemów priorytetowych	Uczniowie, nauczyciele, rodzice, pracownicy niepedagogiczni wypełniają anonimowe ankiety tematyczne	Szkolny zespół ds. promocji zdrowia	III-V 2023	Ankiety
Kampania informacyjna zapoznanie z projektem Szkoły Promującej Zdrowie	Przekazywanie wiedzy o projekcie za pomocą spotkań, zebrań, dziennika elektronicznego, strony internetowej oraz gazetek szkolnych	Szkolny zespół ds. promocji zdrowia, wychowawcy klas	I semestr 2023/2024	- strona internetowa szkoły - zapisy w dzienniku elektronicznym - gazetka szkolna - protokół zebrania z rodzicami, posiedzenia rady pedagogicznej
Szkolenia dotyczące edukacji zdrowotnej	Udział w konferencjach z promocji zdrowia oraz warsztatach edukacji żywieniowo - kulinarnej	Szkolny zespół ds. promocji zdrowia	Cały rok szkolny	Zaświadczenie uczestnictwa w szkoleniu
Pedagogizacja rodziców	Podnoszenie tematyki zdrowego odżywiania na spotkaniach z rodzicami	Wychowawcy klas	Cały rok szkolny	Zapis w planie spotkania lub sprawozdaniu z zebrania
Propagowanie zasad zdrowego żywienia	- „Zdrowo jem, więcej wiem” (gazetka szkolna) - udział w akcji „Szkłanka mleka” - udział w akcji „Owoce i warzywa w szkole” - pogadanki na temat zasad racjonalnego odżywiania się podczas godzin wychowawczych - wyeksponowanie na korytarzy szkolnym „Piramidy żywieniowej” - układanie jadłospisów zgodnie z zasadami zdrowego żywienia, - walka z napojami gazowanymi i energetykami - propagowanie wiedzy na temat ich szkodliwości	Szkolny zespół ds. promocji zdrowia, wychowawcy, nauczyciele	Cały rok szkolny	- gazetka szkolna - strona internetowa - zapisy w dzienniku elektronicznym - protokoły z udziału z akcjach promujących zdrowie

<p>Propagowanie aktywności fizycznej</p>	<ul style="list-style-type: none"> - pogadanki na godzinach wychowawczych na temat aktywnego spędzania czasu wolnego - spacery na świeżym powietrzu - udział uczniów w dodatkowych, pozalekcyjnych zajęciach sportowych - zawody sportowe organizowane w ramach bieżącej działalności szkoły - „Dbajmy o zielen wokół nas” - promowanie spędzania czasu na świeżym powietrzu poprzez udział w pracach ogrodowych - kółko taneczne - poprawa postawy, poszerzanie zainteresowań tanecznych i muzycznych - zorganizowanie Dnia Sportu - pozalekcyjne zajęcia karate - pozalekcyjne zajęcia z tenisa stołowego - zajęcia z gimnastyki korekcyjnej dla uczniów z wadami postawy - organizowanie wycieczek klasowych - angażowanie uczniów w różne formy wolontariatu szkolnego 	<p>Szkolny zespół ds. promocji zdrowia, szkolny zespół do spraw wolontariatu, wychowawcy, nauczyciele w-f</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<ul style="list-style-type: none"> - gazetka szkolna - strona internetowa - zapisy w dzienniku elektronicznym - protokoły z udziału z akcjach promujących aktywność fizyczną
<p>Dbanie o higienę</p>	<ul style="list-style-type: none"> - udział uczniów w akcji „Fluoryzacja zębów w szkole” - konkurs plastyczny „Zasady higieny znamy więc o zdrowie dbamy” - pogadanki na godzinie wychowawczej na temat dbania o higienę - pogadanki na godzinie wychowawczej na temat chorób wynikających z braku higieny 	<p>Szkolny zespół ds. promocji zdrowia, wychowawcy, pielęgniarka szkolna</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<ul style="list-style-type: none"> - protokół z akcji - dokumentacja fotograficzna - zapisy w dzienniku elektronicznym
<p>Ewaluacja</p>	<p>Uczniowie, nauczyciele i</p>	<p>Szkolny zespół ds.</p>	<p>V 2024</p>	<p>Wyniki testu</p>

Test ewaluacyjny dla uczniów, nauczycieli i rodziców dotyczący zdrowego odżywiania	rodzice wypełniają anonimowy test dotyczący znajomości zasad zdrowego odżywiania.	promocji zdrowia		Wnioski
--	---	------------------	--	---------