

O SZKOLE , O SZKOLNYM PROGRAMIE SzPZ, O KRAJOWYM CERTYFIKACIE



O szkole.

Szkoła promująca zdrowie to szkoła, która we współpracy rodzicami uczniów i społecznością lokalną:

- systematycznie i planowo tworzy środowisko społeczne i fizyczne sprzyjające zdrowiu i dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej
- wspiera rozwój kompetencji uczniów i pracowników w zakresie dbałości o zdrowie przez całe życie

Szkoła Podstawowa im. A. Mickiewicza we Wręczycy Wielkiej jest placówką prężnie działającą, ambitną i realizującą wiele projektów i programów mających na celu poprawę efektywności kształcenia i wychowania uczniów naszej szkoły. Od wielu lat szkoła prowadzi również szeroką działalność prozdrowotną, antyuzależnieniową i proekologiczną.

Nasza szkoła to partnerstwo, przyjaźń, szacunek i wzajemna pomoc, a także zaangażowanie uczniów, rodziców i pracowników w kształtowanie jej wizerunku. Stwarza warunki do wszechstronnego rozwoju uczniów czego dowodem są wysokie wyniki w nauce, wysokie lokaty w konkursach i w zawodach na różnych szczeblach. Szkoła ma charakter otwarty i jest silnie związana ze środowiskiem lokalnym, współpracuje z placówkami znajdującymi się na terenie gminy, powiatu, województwa. Promuje swoje osiągnięcia, uczestniczy w programach międzynarodowych, a wysoko wykwalifikowana kadra pedagogiczna oraz ciągle rozwijająca się baza dydaktyczno- wychowawcza zapewnia pełną realizację zadań szkoły.

„**Quo Vadis** „ - **DO DOBRA , DO MIŁOŚCI, DO SZCZĘŚCIA....** to hasło przewodnie wizji szkoły, jednak żeby je w pełni zrealizować niewątpliwie potrzebne jest **ZDROWIE** i na pewno szeroko pojęta w tym zakresie edukacja prozdrowotna. Jesteśmy promotorami zdrowia już długi czas czego dowodem jest m.in. Konwencja Fitness organizowana przez naszą szkołę od 2005 r. pod hasłem Fitness Day, a od roku 2007 – Fitness Day – „Trzymaj Formę w zdrowym stylu.” Ponadto organizujemy dla młodzieży szereg zajęć o charakterze sportowym tj. : piłka siatkowa, piłka koszykowa, piłka ręczna, piłka nożna , cheerleaders, zajęcia taneczno-gimnastyczne, gry i zabawy dla dzieci, a dla społeczności lokalnej cieszące się dużym zainteresowaniem zajęcia fitness. W roku szkolnym 2006/2007 wtedy jeszcze Gimnazjum przy Zespole Szkół im. Adama Mickiewicza przystąpiło do Programu Trzymaj formę i wraz z uczniami został opracowany projekt „Trzymaj formę w zdrowym stylu”, a w roku szkolnym 2007/2008 powyższy projekt został rozbudowany o zadania dla Szkoły Podstawowej.

Wszystkie nasze działania od lat mają na celu popularyzację zdrowego, aktywnego stylu życia i walkę z ujemnymi skutkami postępu cywilizacyjnego jakimi są przede wszystkim nadmierne przesiadywanie przed komputerem oraz złe nawyki żywieniowe prowadzące do otyłości i bezruchu wśród dzieci, młodzieży i dorosłych.

Program „Szkoła Promująca Zdrowie” stał się od roku 2008 naszym kolejnym wyzwaniem, krokiem do udoskonalenia naszych przedsięwzięć na rzecz zdrowia.

O programie.

Program „W trosce o zdrowie 4- komfort i bezpieczeństwo pracy i nauki” jest zmodyfikowanym Szkolnym Programem Promocji Zdrowia „W trosce o zdrowie”.

Stworzenie programu „W trosce o zdrowie” i jego realizacja umożliwiło nam włączenie się do Śląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie. Wstępna diagnoza przeprowadzona zarówno wśród uczniów szkoły podstawowej jak i wówczas gimnazjum, pozwoliła nam ustanowić główny cel programu tj:

Promowanie zdrowego stylu życia przez aktywność i prawidłowe odżywianie; rozumiane jako poszerzenie wiedzy dotyczącej zdrowego żywienia, zbilansowanej diety, aktywności fizycznej, zachowań konsumenckich oraz kształtowanie umiejętności niezbędnych do utrzymania zdrowia i kondycji fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem odpowiedzialności indywidualnej i świadomego wyboru.

Ponadto wyniki ankiet wskazały nam wtedy trzy obszary, na które powinniśmy ukierunkować nasze działania :

- **Zmiana złych nawyków żywieniowych**
- **Poprawa sprawności fizycznej uczniów i promowanie aktywnego spędzania wolnego czasu.**
- **Tworzenie przyjaznej atmosfery w klasie i w szkole.**

Przeprowadzane działania zgodnie z wytyczonymi priorytetami odnosiły mniejsze i większe sukcesy, ale co najważniejsze pozostawiały trwałe zmiany w zachowaniach prozdrowotnych dzieci, młodzieży i dorosłych.

24 marca 2010r.zostaliśmy przyjęci do Wojewódzkiej sieci szkół promujących zdrowie, a 10 grudnia 2013r. uhonorowani Krajowym Certyfikatem Szkoły Promującej Zdrowie .

Po diagnozie i ewaluacji (wrzesień 2011-maj 2012) rozszerzyliśmy nasz program o obszar

- **Troska o bezpieczeństwo swoje i innych**

oraz zmodyfikowaliśmy nasze działania i cel główny programu uwypuklając w nim poczucie bezpieczeństwa jako istotnej roli dla prawidłowego rozwoju i zdrowego stylu życia . Jego brak jest przyczyną pojawienia się stanów lękowych, depresyjnych czy agresywnych, co powoduje zaburzenia w prawidłowym rozwoju i funkcjonowaniu.

Kolejna ewaluacja przeprowadzona po trzech latach (maj 2016), a następnie diagnoza utwierdziła nas w przekonaniu, że planując dalsze działania na rzecz zdrowia powinniśmy pozostać przy wytyczonych priorytetach i kontynuować zadania, aby efekty działań były trwalsze i rozszerzały się na kolejne środowiska.

Walczyliśmy, więc z nawykami złego odżywiania, jedzeniem w pośpiechu lub zaniechaniem przygotowywania posiłków. Nieustająco zachęcaliśmy do ruchu, by w ten sposób konkurować z rozwojem medialnym, który często odbiera dzieciom i młodzieży aktywną młodzież. W dalszym ciągu zwracaliśmy uwagę na bezpieczeństwo i tworzenie

przyjaznej atmosfery, a przy tym poszerzyliśmy program o kolejny obszar

- **Działanie na rzecz potrzebujących**

by w ten sposób kształtować takie cechy jak wrażliwość, dobroć i bezinteresowność oraz zaangażować młodzież do pomocy innym, zarówno ludziom jak i zwierzętom.

W roku 2019 po raz drugi zostaliśmy uhonorowani Krajowym Certyfikatem Szkoły Promującej Zdrowie .

Nasze działania w 5 obszarach pozostawiły trwałe, pozytywne zmiany w zachowaniach dzieci młodzieży i dorosłych. Ewaluacja i diagnoza pozwoliła nam zrozumieć, że nie należy rezygnować z tego co udało nam się osiągnąć ale trwać w swoich przedsięwzięciach i dodatkowo zadbać o komfort i bezpieczeństwo pracy i nauki eliminując m.in. hałas w szkole.

Rozszerzyliśmy więc nasz program o działania, które mają zapobiegać negatywnym skutkom hałasu w szkole.

Natomiast pojawienie się pandemii spowodowanej wirusem SARS Cov-2 zmusiło nas do zaplanowania zadań z myślą o bezpieczeństwie uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły z uwzględnieniem różnych sposobów ich realizacji w zależności od warunków, w których będziemy się znajdować(w systemie stacjonarnym lub on-line)

Niewielkie zmiany pojawiły się w wytyczonych celach. **Cele szczegółowe programu zachowały swoje kierunki lecz zmieniły swoje brzmienie, by w ten sposób wskazać, na główną rolę jednostki w trosce o zdrowie własne i innych. Podążając za myślą:**

„Chcesz zmieniać świat zacznij od siebie”

Po dokonanej modyfikacji Szkolny Program Promocji Zdrowia na lata 2019-2026 to program:

„W trosce o zdrowie 4-komfort i bezpieczeństwo pracy i nauki”

Cel główny to ;

Promowanie zdrowego stylu życia przez troskę o bezpieczeństwo swoje i innych, poprawę sprawności fizycznej i kondycji psychicznej oraz prawidłowe odżywianie.

Cele szczegółowe:

- 1. Bezpieczeństwo moje i innych na co dzień i w okresie pandemii.**
- 2. Dbam o przyjazną atmosferę w szkole - przyjazna atmosfera w szkole, lepsze samopoczucie uczniów, nauczycieli i pracowników.**
- 3. Pomagam, nie jestem obojętny - działanie na rzecz potrzebujących.**
- 4. Jestem aktywny na co dzień - popularyzacja aktywności fizycznej.**
- 5. Zdrowo się odżywiam - zmiana złych nawyków żywi**