

**Plan Pracy Szkoły Podstawowej  
im. Królowej Jadwigi w Wielbarku  
w ramach Szkoły Promującej Zdrowie  
w roku szkolnym 2020/2021**

*„Dbając o klimat i zdrowie budujemy zrównoważoną  
przyszłość”.*

## **PROBLEM PRIORYTETOWY: Potrafimy świadomie kształtować klimat i dbać o swoje zdrowie.**

**CEL GŁÓWNY: Kształtowanie właściwego podejścia do zmian klimatycznych i utrzymania zdrowia.**

### **CELE SZCZEGÓŁOWE:**

- Stałe podnoszenie poziomu świadomości uczniów oraz osób dorosłych w zakresie indywidualnej odpowiedzialności za zdrowy styl życia.
- Kształtowanie zdrowych nawyków w zakresie żywienia, dbania o higienę, unikania nałogów.
- Promowanie aktywności fizycznej.
- Podniesienie świadomości w zakresie wpływu jednostki na klimat.

### **KRYTERIUM SUKCESU:**

Szkoła Promująca Zdrowie poprzez działania zawarte w planie pracy na rok szkolny 2020/2021 kształtuje zdrowy styl życia, a ponad 80 % uczniów i rodziców ocenia pozytywnie prowadzone działania.

### **ADRESACI:**

Uczniowie, rodzice i nauczyciele.

### **EWALUACJA:**

Miernikiem efektywności zaplanowanych działań są:

1. Wywiad przeprowadzony wśród uczniów, nauczycieli i rodziców (wrzesień/październik 2020).
2. Test ewaluacyjny dla uczniów, nauczycieli i rodziców (maj 2021).

## I Zdrowie fizyczne i higiena osobista.

| <b>Zadania<br/>Termin wykonania</b>   | <b>Metody realizacji</b>   | <b>Wykonawcy</b>  | <b>Monitorowanie</b> | <b>Potwierdzenie</b>   |
|---|--|---|----------------------|--|
| <b>1. Zapoznanie społeczności szkolnej z priorytetem SzPZ w roku szkolnym 2020/2021.<br/>(październik/listopad)</b> | <p>Przedstawienie na RP i podczas zebrań z rodzicami oraz na godzinach wychowawczych harmonogramu działań.</p> <p>Przedstawienie na zebraniu z rodzicami koncepcji i strategii SzPZ.</p>     | Zespół SzPZ<br>Wychowawcy<br>klas 1- 8 .                      | Zespół SzPZ          | Informacja o realizacji zadania.                                     |
| <b>2. Badanie klimatu szkoły<br/>(wrzesień)</b>   | Ankietowanie uczniów   | Zespół ewaluacyjny.   | Zespół SzPZ          | Wyniki ankiet  |
| <b>3. II Bieg po Zdrowie – Bieg Leśnika (Bieg charytatywny “Dla Lenki”)<br/>(październik)</b>                       | <p>Wielbarski Bieg Leśny - zorganizowanie wspólnego biegu dla uczniów, rodziców i mieszkańców gminy Wielbark.</p> <p><b>Idea biegów charytatywnych?</b> – tematyka godzin wychowawczych.</p> | Nadleśnictwo Wielbark.<br>Zespół ds.PZ<br>Uczniowie i rodzice | Zespół SzPZ          | <p>Zdjęcia, informacja na Instagramie</p> <p>Zapisy w dzienniku.</p> |

|  |  |  |   |  |
|--|--|--|---|--|
| <p><b>4. KAMPANIA-<br/>“Koronawirus”</b></p> <p><b><u>(cały rok szkolny)</u></b></p> | <p>Hasła i piktogramy w łazienkach i na korytarzach namawiające do mycia i dezynfekcji rąk, noszenia maseczek.</p> <p>Tematycznie wypoziomowane prezentacje, filmy i pogadanki na godzinach wychowawczych.<br/>( Moje postępowanie- szacunek do zdrowia własnego i innych).<br/>Przygotowanie i prezentacja plakatów na korytarzach szkolnych.</p> | <p>Zespół SzPZ</p> <p>Zespół SzPZ</p> <p>Wychowawcy klas</p> | <p>Zespół SzPZ</p> <p>Dyrektor</p> <p>Zespół SzPZ</p> | <p>Zdjęcia,</p> <p>Zdjęcia, informacje<br/>Zdjęcia</p> <p>Zapisy w<br/>dzienniku</p> |
| <p><b>5. Marsz<br/>po zdrowie</b></p> <p><b><u>(kwiecień, maj 2021)</u></b></p>      | <p>Wspólny spacer na trasie 5 i 15 km promujący miejsca odpowiednie do wypoczynku.</p>   | <p>Zespół SzPZ</p> <p>Uczniowie,<br/>rodzice</p>             | <p>Zespół SzPZ</p>                                    | <p>Zdjęcia,<br/>informacje</p>   |
| <p><b>6. Sportowe przerwy</b></p> <p><b><u>cały rok)</u></b></p>                     | <p>Propagowanie spędzania przerw na boisku szkolnym.<br/>Gry i zabawy dla najmłodszych uczniów.</p>  | <p>Zespół SzPZ</p> <p>Uczniowie</p> <p>Wychowawcy</p>        | <p>Zespół SzPZ</p> <p>Dyrektor,</p>                   | <p>Zdjęcia,<br/>informacje</p>   |

|  |  |   |             |                     |
|--|--|---|-------------|---------------------|
| <b>7. Higiena osobista – moja wizytówka</b><br><u>(cały rok szkolny)</u> | Spotkania z pielęgniarką szkolną ( klasy 6-8).<br>Tematyka godzin wychowawczych. | Pielęgniarka szkolna<br>Wychowawcy klas | Zespół SzPZ | Zdjęcia, informacje |
|--|--|---|-------------|---------------------|

## **II Zdrowie psychiczne. Unikanie nałogów.**

| <b>Zadania</b><br><b>Termin wykonania</b>   | <b>Metody realizacji</b>   | <b>Wykonawcy</b>   | <b>Monitorowanie</b>        | <b>Potwierdzenie</b>                           |
|---|--|--|-----------------------------|--|
| <b>1. Dzień Kropki</b><br><u>(wrzesień)</u>   | Całodniowe, różnorodne zajęcia poświęcone zdrowiu psychicznemu i kreatywności.   | Uczniowie i nauczyciele klas 1-3   | Dyrektor                    | Zdjęcia  |
| <b>2. Dzień zdrowia psychicznego 9 X .</b><br><b>- Dzień Uśmiechu</b><br><u>(październik)</u> | Problematyka zdrowia psychicznego – gazetka.<br>Ubieramy się kolorowo (czerwony , żółty).<br>Konkurs fotograficzny<br>“Najzabawniejszy uśmiech”<br>Hasła i emotikony propagujące „dobry humor na co dzień” na korytarzach szkolnych. | Zespół SzPZ<br><br>Uczniowie klas 4-8<br><br>Wychowawcy<br>Psycholog szkolny | Zespół SzPZ<br><br>Dyrektor | Zdjęcia,<br><br>Informacje, zapisy w dzienniku |

|   |   |  |             |  |
|---|---|--|-------------|--|
|   | <p>Jak sprawiać sobie radość – spędzanie czasu wolnego. (kl. 4-6)</p> <p>Jak sobie radzić ze złością?(kl. 7-8)</p> <p>– tematyka godzin wychowawczych.</p>  |  |             |  |
| <p><b>3. Tydzień życzliwości.</b><br/><b><u>(16-20 listopad)</u></b></p>                        | <p>Pozdrowienia rozwieszane na korytarzach.</p> <p>Dzień Tolerancji- ubrania niebiesko- zielone. Tworzenie Drzewa Tolerancji</p> <p>Zachęcanie do rozwiązywania konfliktów poprzez komunikację bez użycia siły (problem pokoju na świecie) – przygotowanie plakatów przez klasy na godzinach wychowawczych.</p> | <p>Zespół SzPZ</p> <p>Uczniowie klas 4-8<br/>Samorząd<br/>Uczniowski</p> <p>Wychowawcy<br/>Psycholog szkolny</p> | Zespół SzPZ | Zdjęcia,<br>Instagram                            |
| <p><b>4. „Rób dobro”</b><br/><b>zajęcia edukacyjne</b><br/><b><u>(cały rok szkolny)</u></b></p> | <p>Realizacja całorocznego programu zdrowia psychicznego w klasach 1-3.</p>   | Uczniowie i wychowawcy   | Dyrektor    | Informacje, w<br>zapisy<br>dzienniku<br>Zdjęcia  |
| <p><b>5. Fundacja Uniwersytet Dzieci</b><br/><b><u>(cały rok szkolny)</u></b></p>               | <p>Realizacja zajęć w ramach programu dla klas 1-3 o tematyce „Jak odczytywać emocje „</p>  | Uczniowie i wychowawcy   | Dyrektor    | Informacje, w<br>zapisy<br>dzienniku<br>Zdjęcia. |

|  |  |  |                         |   |
|--|--|--|-------------------------|---|
| <b>6. Światowy dzień autyzmu</b><br><u>( 2 kwietnia)</u>   | Dzień różnych skarpetek.<br>Przechodzenie przez Bramkę Akceptacji<br>Spotkanie i pogadanka z pedagogiem szkolnym dla uczniów klas 4-8. | Uczniowie,<br>nauczyciele,<br>Pedagog                | Zespół SzPZ             | Zdjęcia,                                |
| <b>5. Działania charytatywne</b><br><u>( październik,</u><br><u>grudzień, styczeń, kwiecień)</u> | Zbiórka karmy dla schroniska.<br>WOŚP<br>Szlachetna Paczka<br>Bieg charytatywny dla Lenki  | Uczniowie<br>Nauczyciele<br>Rodzice                  | Zespół SzPZ             | Zdjęcia,<br>informacje                  |
| <b>8. Dzień talentów</b><br><u>(czerwiec)</u>  | Wychwycenie i zaprezentowanie talentów uczniów naszej szkoły.  | Samorząd<br>Uczniowski<br>Wychowawcy,<br>nauczyciele | Zespół SzPZ<br>Dyrektor | Zdjęcia,<br>informacje<br>Prace uczniów |
| <b>9.Nie pal przy mnie, proszę.</b><br><u>(cały rok)</u>   | Realizacja programu profilaktycznego w klasach 1.  | A. Stadlewska<br>B. Kucińska                         | Dyrektor                | Zdjęcia,<br>informacje                  |

### III Promujemy właściwe nawyki żywieniowe.

| <b>Zadania<br/>Termin wykonania</b>  | <b>Metody realizacji</b>   | <b>Wykonawcy</b>                                       | <b>Monitorowanie</b> | <b>Potwierdzenie</b>   |
|--|--|--|----------------------|------------------------|
| <b>1. Profilaktyka chorób spowodowanych niewłaściwym odżywianiem<br/>(styczeń)</b> | Tematyka godzin wychowawczych.<br>Pedagogizacja rodziców – prezentacja.  | Wychowawcy   | Zespół SzPZ          | Zdjęcia,<br>informacje |
| <b>2. Pijemy wodę i jemy warzywa<br/>(październik, marzec i kwiecień)</b>          | Promocja warzyw – zdrowe surówki<br>Tydzień warzywny (każdego dnia inny kolor warzyw i ich wartość pokarmowa-<br>prezentacja na korytarzu szkolnym).<br>22 marca Dzień Wody- eksponujemy znaczenie wody. | Zespół SzPZ<br>Uczniowie<br>Wychowawcy,<br>nauczyciele | Zespół SzPZ          | Zdjęcia,<br>informacje |



|  |  |  |             |                        |
|--|--|--|-------------|------------------------|
| <b>3. Promowanie zdrowych potraw.</b><br><u>(cały rok)</u> | Wystawa książek i czasopism przedstawiających zdrowe potrawy w bibliotece szkolnej i na korytarzu w klasach 1-3 ( przygotowanie zdrowych przepisów przez każdą klasę),. Wymiana prostych przepisów.<br>Książka kucharska- przepisy na proste zdrowe śniadania – tematyka godzin wychowawczych<br>Zdrowe przekąski podczas imprez i uroczystości klasowych. | N-1 biblioteki<br>Nauczyciele 1-3<br><br>Uczniowie 1-3<br><br>Uczniowie,<br>wychowawcy | Zespół SzPZ | Zdjęcia,<br>informacje |
| <b>4. Wiosenny piknik na trawie</b><br><u>(maj)</u>        | Przygotowanie przekąsek ( w domu), które będą zjedzone podczas wspólnego pikniku na boisku szkolnym.   | Uczniowie<br>Nauczyciele<br>Wychowawcy   | Zespół SzPZ | Zdjęcia,<br>informacje |

#### **IV Nasz wpływ na klimat.**

| <b>Zadania</b><br><b>Termin wykonania</b> | <b>Metody realizacji</b>   | <b>Wykonawcy</b> | <b>Monitorowanie</b> | <b>Potwierdzenie</b>   |
|---|--|------------------|----------------------|------------------------|
| <b>1.</b> „Dzień pustej klasy”            | Zajęcia z edukacji ekologicznej, ruchowe i prozdrowotne w terenie dla klas 1-3 | Wychowawcy       | Dyrektor             | Zdjęcia,<br>informacje |

|  |   |   |                                 |                            |
|--|---|---|---------------------------------|----------------------------|
| <p><b>2. Dzień Drzewa</b><br/><b><u>(październik)</u></b></p>  | <p>Znaczenie sadzenia drzew, krzewów i roślin dla klimatu – tematyka zajęć lekcyjnych.</p> <p>Spotkanie z przedstawicielami Nadleśnictwa Wielbark .</p> | <p>Nauczyciele różnych przedmiotów</p> <p>Zespół SzPZ</p> | <p>Zespół SzPZ</p>              | <p>Zdjęcia, informacje</p> |
| <p><b>3. Znaczenie energii odnawialnej i czystej dla klimatu na Ziemi</b><br/><b><u>(cały rok szkolny)</u></b></p> | <p>Tematyka zajęć z biologii, geografii, fizyki i chemii i godzin wychowawczych.</p>  | <p>Nauczyciele Wychowawcy</p>                             | <p>Zespół SzPZ</p>              | <p>Zdjęcia, informacje</p> |
| <p><b>4. Dzień Ziemi</b><br/><b><u>(kwiecień)</u></b></p>  | <p>Sprzątanie okolicznych lasów, terenów. Udział w sadzeni drzew. Promowanie sadzenia drzew na podwórkach i w ogrodach.</p>                             | <p>Zespół SzPZ</p> <p>Nauczyciele Wychowawcy</p>          | <p>Dyrektor<br/>Zespół SzPZ</p> | <p>Zdjęcia, informacje</p> |

Opracował Szkolny Zespół ds. PZ

REALIZACJA PROGRAMÓW I AKCJI - cały rok:

1. Program UE „Owoce i warzywa w szkole”
2. Program ARR „Mleko w szkole”
3. Program „Trzymaj formę”