

Koncepcja Szkoły Promującej Zdrowie

Koncepcja szkoły promującej zdrowie wynika bezpośrednio z założeń promocji zdrowia. Ze względu na bardzo szeroki zakres działań, różnorodność potrzeb i priorytetów szkół funkcjonujących w odmiennych kulturach i warunkach trudno ustalić jedną definicję SzPZ. Obecnie w sieci Szkół dla Zdrowia w Europie (*Schools for Health In Europe – SHE*) przyjmuje się **eko-holistyczny model szkoły promującej zdrowie**. Zakłada on istnienie powiązanych wzajemnie ze sobą pięciu kluczowych elementów „wewnątrz” szkoły oraz oddziaływanie czynników zewnętrznych, związanych z legislacją, polityką i inicjatywami w resorcie zdrowia i edukacji na poziomie międzynarodowym, krajowym, regionalnym i lokalnym. Wskazuje to, że działania dla tworzenia SzPZ nie mogą ograniczać się do samej szkoły, lecz muszą być powiązane i wspierane przez resorty edukacji i zdrowia na różnych poziomach. Aktualnie w krajach należących do SHE istnieje zróżnicowane podejście i różnorodne modele SzPZ. Szkoła promująca zdrowie jest raczej **procesem** dokonującym się w określonym kontekście, a nie efektem wdrażania ogólnie ustalonych zasad. Każdy kraj wypracowuje swój model SzPZ w zależności od uznawanych wartości oraz własnych doświadczeń. W Polsce koncepcja szkoły promującej zdrowie stale się rozwija i ulega modyfikacjom. Przyjęto, że:

Szkoła

- Jest środowiskiem, którego społeczność nie tylko uczy się i pracuje, ale także żyje – nawiązuje kontakty z innymi, przeżywa porażki i sukcesy, odpoczywa, bawi się itp. Szkoła jest więc miejscem, w którym społeczność ma nie tylko wywiązywać się z obowiązków, ale także powinna dobrze się czuć.
- Jest elementem środowiska lokalnego: oba te środowiska wzajemnie na siebie oddziałują.
- Jest miejscem, które przygotowuje młodych ludzi nie tylko do następnego etapu edukacji, ale również do życia, w tym do dokonywania „zdrowych” wyborów.

Promująca

- Tworząca warunki (fizyczne i społeczne), sprzyjające ochronie i pomnażaniu zdrowia.
- Umożliwiająca aktywne uczestnictwo społeczności szkolnej w działaniach na rzecz zdrowia.

- **Zdrowie**

- Ma cztery wymiary: fizyczny, psychiczny, społeczny i duchowy, które powinny być w harmonii.
- Decyduje o jakości życia ludzi obok wykształcenia i warunków ekonomicznych.

Na podstawie opracowanych standardów przyjęto polską definicję Szkoły Promującej Zdrowie oraz opracowano nowy model takiej szkoły.

Definicja szkoły promującej zdrowie

Szkoła promująca zdrowie to szkoła, która we współpracy z 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.

Standardy Szkoły Promującej Zdrowie

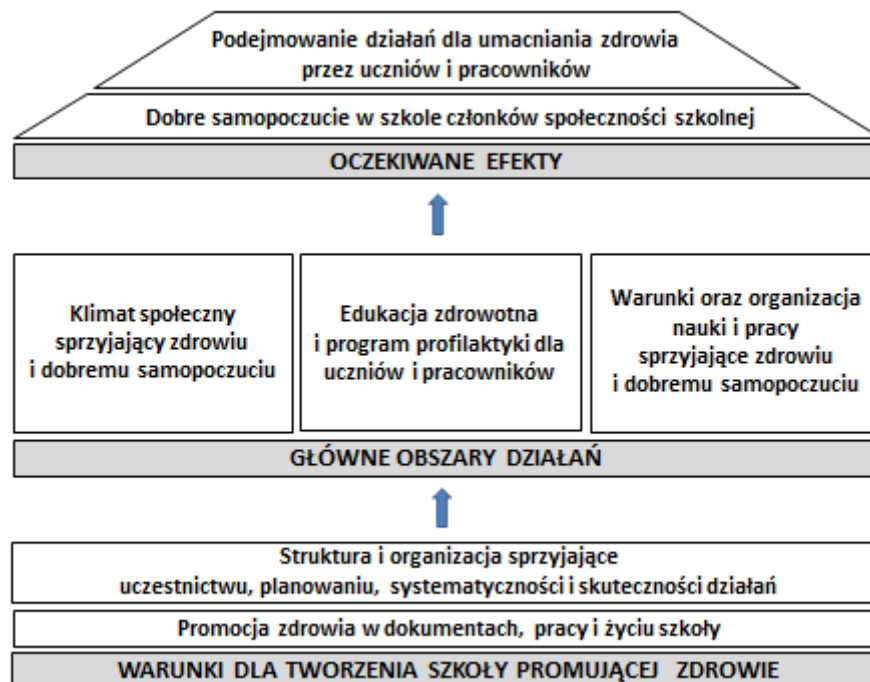
Przyjęty model SzPZ stanowił punkt wyjścia do opracowania czterech standardów.

Standardy szkoły promującej zdrowie

Szkoła promująca zdrowie dąży do osiągnięcia celów i realizuje zadania określone w podstawach programowych kształcenia ogólnego i innych obowiązujących aktach prawnych i ponadto:

1. Koncepcja pracy szkoły, jej struktura i organizacja sprzyjają uczestnictwu społeczności szkolnej w realizacji działań w zakresie promocji zdrowia oraz skuteczności i długofalowości tych działań.
2. Klimat społeczny szkoły sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów.
3. Szkoła realizuje edukację zdrowotną i program profilaktyki dla uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz dąży do poprawy skuteczności działań w tym zakresie.
4. Warunki oraz organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz współpracy z rodzicami.

Polski model Szkoły Promującej Zdrowie



Zespół do spraw promocji zdrowia



Szkolny koordynator SzPZ:

Magdalena Danielewicz klasy IV – VIII (m.danielewicz.sp11@o2.pl)

Ewa Sikorska klasy I – III (e.sikorska.sp11@o2.pl)

Skład szkolnego zespołu promocji zdrowia:

S.Dolata, M. Jończak – Lis, P. Kierzek, J. Kowalski, Ż. Moskal – Giel,

J. Pieścicka, K. Pawlicka, M. Piaskowska, E. Polak, M. Szyszka,

pielęgniarka szkolna I. Huk, przedstawiciel rodziców - J. Banasiak, przedstawiciel SU – J. Adamczak

Plan działań Szkoły Promującej Zdrowie

2021/2022

A. Część wstępna planowania

1. Problem priorytetowy do rozwiązania: Osłabiona kondycja fizyczna i psychiczna dzieci spowodowana długotrwałą izolacją społeczną i nauką zdalną.

a) Krótki opis problemu priorytetowego:

Na podstawie obserwacji, rozmów z rodzicami, nauczycielami i uczniami stwierdza się, że problemem wymagającym rozwiązania jest osłabiona kondycja fizyczna i psychiczna dzieci.

Czas epidemii COVID – 19 i związany z nim reżim sanitarny (zwłaszcza aspekt izolacji społecznej i licznych ograniczeń), a także wielomiesięczny okres nauczania zdalnego doprowadził do znaczącego osłabienia kondycji fizycznej i psychicznej uczniów.

b) Uzasadnienie wyboru priorytetu:

Stres i obniżenie kondycji fizycznej i psychicznej są czynnikami sprzyjającymi wzrostowi zaburzeń psychicznych i psychosomatycznych, ale także wzrostowi zachowań problemowych i ryzykownych (w czasie trwania i po epidemii), takich jak : uzależnienia, przemoc, samookaleczenia, itp

2. Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:

- niska świadomość zagrożenia związanego z pandemią koronawirusa,
- długotrwała izolacja społeczna,

- lekceważenie przez uczniów podstawowych zasad higieny,
- konieczność zachowania reżimu sanitarnego przez cały okres trwania pandemii,
- brak poczucia odpowiedzialności społecznej.

3. Rozwiązania dla usunięcia przyczyn/y problemu

- zwiększenie świadomości na temat prawidłowych nawyków higienicznych, bezpieczeństwa, zdrowego stylu życia,
- organizowanie zajęć w ramach pomocy psychologiczno – pedagogicznej,
- organizowanie akcji informacyjnej na temat: właściwych nawyków higienicznych, hartowania organizmu i higienie spożywania posiłków,
- rozwijanie postawy odpowiedzialności za środowisko naturalne, udział w Akcji Sprzątanie Świata, konkursach, projektach,
- realizacja programu „Trzymaj formę”, „Znajdź właściwe rozwiązanie”, „Nie pal przy mnie – proszę!”, „Bieg po zdrowie”, „Zdrowa klasa”
- Udział w zawodach sportowych, rajdach, zajęciach terenowych, wycieczkach edukacyjnych,
- Współpraca z rodzicami i podmiotami zewnętrznymi, m. in. z Poradnią Psychologiczno - Pedagogiczną, Ośrodkiem Profilaktyki i Terapii Uzależnień, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Policją, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, Radą Osiedla, Sanepidem, Strażą Pożarną, Agencją Rynku Rolnego,
- Realizacja zadań w ramach działań samorządu uczniowskiego, wolontariatu.

B. Plan działań w okresie 2021/2022

1. CEL: Zdrowy powrót do szkoły.

2. **Kryterium sukcesu:** Zwiększenie kondycji fizycznej i psychicznej dzieci w granicy 75%

3. **Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):**

a) **Co wskaże, że osiągnięto cel?**

- obserwacja zmiany zachowania dzieci,
- fotorelacje i prezentacje,
- artykuły na stronie szkoły,
- frekwencja w dzienniku elektronicznym,
- wpisy w dzienniku elektronicznym,

b) Jak sprawdzimy czy osiągnięto cel?

- obserwacja,
- wpis do dziennika,

c) Kiedy i kto sprawdzi czy osiągnięto cel?

- dyrektor szkoły,
- koordynatorki SzPZ,
- zespół promocji zdrowia,
- nauczyciele,
- wychowawcy.

Czas trwania: rok szkolny 2021/2022

II Zadania

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/ osoba odpowiedzialna	Środki/ zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1. Pogadanki na temat higieny, bezpieczeństwa, zdrowego stylu życia	Klasy 1-8 90%	Pogadanka, ćwiczenia praktyczne,	Wrzesień / październik 2021r.	Nauczyciele, wychowawcy	Zasoby Internetu, regulaminy, WSO,	Zdjęcia, obserwacje, wpisy w dzienniku
2. Pogadanki na temat higieny osobistej i korzyści z niej płynących	100%, Klasy 1-3	Pogadanka	Wrzesień/październik	Pielęgniarka szkolna	Kolorowanki, ulotki	Fotorelacja
3. Europejski Tydzień Sportu	Klasy 4 - 8	Zajęcia sportowe	Wrzesień 21- 27.09.21r.	n-le wych. fiz	Sprzęt sportowy	Fotorelacja
4. Akcja Sprzątanie Świata – Polska 2021	Klasy 1 - 8	Pogadanki, zajęcia praktyczne	Wrzesień 17.09.21r.	S. Chołuj n – le, wychowawcy	Harmonogram akcji	Wpis w dzienniku, fotorelacja
5. Światowy Dzień Mycia Rąk	Klasy 1-8 95%	Akcja ogólnoszkolna	15 października 2021r.	S. Dolata, M. Piaskowska, E. Polak, n - le, wychowawcy	Środki higieny osobistej, artykuły plastyczne	Fotorelacja
6. Akcja plakatowa „Zdrowy styl życia”	Klasy 4-8 80%	Wykonanie plakatów przez uczniów	Listopad	J. Pieścicka K. Pawlicka wychowawcy	Artykuły plastyczne	Plakaty na terenie szkoły

7. Seria lekcji wychowania fizycznego „HartuJEMY- o hartowaniu organizmu i higienie spożywania posiłku”	Klasy 7-8 95%	Lekcje prowadzone przez nauczycieli WF	Listopad	Zespół nauczycieli wychowania fizycznego	Sprzęt sportowy	Odnotowanie zajęć w dzienniku lekcyjnym
8. Savoir vivre- zajęcia warsztatowe	Klasy 1-3 i klasy 4 - 8 95%	Warsztaty	Listopad/ Grudzień	Wychowawcy klas 1-3 i 4 - 8	Artykuły spożywcze, nakrycie stołu i dekoracja- „Śniadanie daje moc”, „Wigilie klasowe”	Zdjęcia, wpisy w dzienniku
9. Dbamy o odpowiedni ubiór dostosowany do pory roku	Klasy 1-3 100%	Pogadanka	Styczeń/luty	Wychowawcy klas 1-3	Ubrania adekwatne do warunków atmosferycznych	Obserwacja, fotorelacja
10. Higiena okresu dojrzewania	Klasy 7-8 80%	Pogadanka	Marzec	Pielęgniarka szkolna, n-l biologii, wdż	Prezentacja	Zapis w dzienniku
11. Światowy Dzień Zdrowia	Klasy 1-8 100%	Prezentacje	Kwiecień 7.04.22r.	M. Jończak – Lis M. Szyszka	Sprzęt multimedialny	Fotorelacja
12. Realizacja projektu „Jak chronić środowisko?” Uniwersytet Dzieci w klasie dla klas II i III	Klasy 2-3 95%	Program	Cały rok	Wychowawcy klas 2 i 3	Scenariusze	Fotorelacja, artykuły

13. Realizacja programu: „Trzymaj formę”	Klasy 5-8 100%	Program, konkurs	Cały rok	Koordinator: Ż. Moskal- Giel	Harmonogram	Fotorelacja, artykuły
14. Realizacja programu: „Zdrowa klasa”	Klasy 6 - 8	Program	Cały rok	Dietetyk, wychowawcy, K. Pawlicka	Harmonogram	Fotorelacja, artykuły
15. Dzień Bezpiecznego Internetu	Klasy 1 - 8	Pogadanki, prezentacje	Luty	Nauczyciel informatyki, wychowawcy	Sprzęt multimedialny	Fotorelacja, zapis w dzienniku
16. Międzynarodowy Dzień Ziemi	Klasy 1 - 8	Pogadanki, prezentacje	22 kwietnia 2022r.	Nauczyciele, wychowawcy	Sprzęt multimedialny	Fotorelacja, zapis w dzienniku
17. Niwelowanie strachu przed egzaminem - warsztaty	Klasy 8	Prezentacja	Marzec/ kwiecień	Wychowawcy, psycholog, pedagog	Sprzęt multimedialny	Zapis w dzienniku
18. Realizacja projektu edukacyjnego „Przystań w sieci”	Klasy 7 - 8	Projekt	Cały rok	E. Gil	Harmonogram	Fotorelacja, artykuły
19. Realizacja programu „Szkoła pozytywnego myślenia”	Klasy 1 – 8	Program	Cały rok	D. Siudy	Harmonogram	Zapis w dzienniku
20. Rerealizacja programu „Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej”	Klasy 2 - 6	Program	Cały rok	K. Urbaniak, D. Siudy	Wg. potrzeb	Zapis w dzienniku
21. Realizacja rajdów, zajęć terenowych, integracyjnych pod hasłem: „Ruch to zdrowie”	Klasy 1 - 8	Rajdy, wycieczki	Cały rok	Wychowawcy, nauczyciele	Harmonogram	Zapis w dzienniku, fotorelacja

22.Realizacja programu: „Poznaj Polskę”	Klasy 1-8	Program	Cały rok	wychowawcy	Harmonogram	Fotorelacja, artykuły
---	-----------	---------	----------	------------	-------------	-----------------------

Plan może ulec zmianom i modyfikacjom w trakcie jego realizacji

Opracowanie: M. Danielewicz, E. Sikorska

Skład zespołu SPZ: S.Dolata, M. Jończak – Lis, P. Kierzek, J. Kowalski, Ż. Moskal – Giel, J. Pieścicka, K. Pawlicka, M. Piaskowska, E. Polak, M.Szyszka, I. Huk, J. Banasiak, przedstawiciel SU – J. Adamczak

