PLAN PRACY SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE

pod hasłem: *“Uważam, że największym darem, jaki możesz dać swojej rodzinie i światu, jest zdrowy Ty.”*

w Zespole Szkół Ogólnokształcących w Gubinie na rok szkolny 2021/2022 (marzec - czerwiec)

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

1. Nieumiejętność radzenia sobie ze stresem.

2. Nieumiejętność rozwiązywania konfliktów rówieśniczych.

3. Potrzeba zdobycia wiedzy na temat zdrowego stylu życia.

4. Racjonalne korzystanie z urządzeń mobilnych.

5. Aktywność fizyczna w szkole i poza nią.

6. Dbałość o środowisko.

W roku szkolnym 2021/2022 SzPZ będzie realizować działania dotyczące:

* zdrowego odżywiania wśród uczniów, rodziców i pracowników szkoły
* informowanie i promowanie działań podejmowanych w szkole na stronie internetowej szkoły
* aktywizowania społeczności szkolnej do podejmowania działań propagujących odpowiedzialną postawę wobec siebie oraz innych
* prowadzenie przez cały rok szkolny różnych akcji propagujących zdrowy styl życia

Cel główny: poprawić poziom prawidłowych zachowań prozdrowotnych w zakresie odżywiania, radzenia sobie ze stresem, aktywności fizycznej wśród uczniów, rodziców, pracowników szkoły, nauczycieli

| **motto** | **zadanie** | **forma realizacji** | **odpowiedzialny** | **termin** | **sposób dokumentowania** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Przygotowanie planu pracy na rok szkolny 2021/2022 (marzec-czerwiec) | Przedstawienie przez koordynatora planu działań opracowanego przez zespół - Przyjęcie przez Radę Pedagogiczną planu pracy na miesiące marzec - czerwiec w roku szkolnym 2021/2022 | koordynator oraz zespół SzPZ | marzec | plan pracy SzPZ |
| **działania całoroczne**  ,,Twoje zdrowie zależy od tego, co z tego zrobisz. Wszystko, co robisz i myślisz, dodaje witalności, energii i ducha, które posiadasz, lub je odbiera.” | Promowanie postawy rozsądnego korzystania z technologii | Wyloguj się, podnieś głowę znad telefonu, świat jest taki piękny - wtorki bez telefonu na przerwie | wszyscy nauczyciele | cały rok | dokumentacja szkolna, zdjęcia, |
| Zwiększenie wiedzy na temat depresji wśród uczniów, nauczycieli i wszystkich pracowników szkoły | Program profilaktyczny „Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej” - klasa IV i V SP  Warsztaty dla rodziców „Depresja”  Lekcje tematyczne z zakresu radzenia sobie ze stresem i emocjami prowadzone we współpracy z psychologiem | pedagog szkolny, wychowawcy | cały rok | zdjęcia, dokumentacja szkolna |
| Promowanie zdrowego odżywiania się w szkole i poza nią | Konkurs „Zdrowa kanapka, zdrowa sałatka” - klasy 1-3 SP  udział klas 1-5 SP w “Programie dla szkół”  “Daję radę bez energetyków” - nie spożywam na terenie szkoły napoi energetycznych | nauczyciele wychowawcy  wychowawcy, samorząd szkolny | cały rok | dokumentacja szkolna, zdjęcia |
| Kształtowanie odpowiedzialności za siebie i środowisko naturalne | udział w akcji “zbieramy nakrętki”  promowanie rezygnacji z transportu samochodowego na rzecz rowerowego/pieszego | wychowawcy, samorząd szkolny  wychowawcy, nauczyciele wychowania fizycznego | cały rok | dokumentacja szkolna |
| Odkrywanie swoich mocnych stron, budowanie wiary we własne siły, promowanie różnorodnych form relaksu | zajęcia taneczne | nauczyciel świetlicy - Kinga Adamska | cały rok | dokumentacja szkolna |
| Promowanie postawy odpowiedzialności za siebie, radzenia sobie ze stresem oraz empatii | Dzień bez pytania -, dzień, w którym odpowiadają tylko ochotnicy, uczniowie przygotowują ciekawostki, promują swoje zainteresowania | wszyscy nauczyciele | cały rok | dokumentacja szkolna |
| **marzec**  “Życie to nie jest bajka….ale może być kolorowo” | Promowanie postaw radzenia sobie ze stresem oraz zwiększenie wiedzy na temat depresji wśród uczniów, nauczycieli i wszystkich pracowników szkoły | projekt pod hasłem “Życie to nie bajka”   * wystawa | Renata Franczak | 21 - 31 marca | zdjęcia, dokumentacja szkolna |
| Spektakl edukacyjno-profilaktyczny pod hasłem „Żyj zdrowo” w wykonaniu uczniów klas młodszych SP | pedagog szkolny | marzec | dokumentacja szkolna, zdjęcia |
| Zwiększenie wiedzy na temat swojego regionu oraz kształtowanie postawy poznania swoich korzeni | “Moja mała ojczyzna” | Żanetta Cichosz  Teresa Grajek | marzec | dokumentacja szkolna  zdjęcia |
| Promowanie zdrowego odżywiania się w szkole i poza nią | projekt pod hasłem “Bajecznie smacznie, zdrowo i kolorowo. Czyli matematyka w kuchni.” | nauczyciele matematyki | marzec - czerwiec | dokumentacja szkolna  zdjęcia |
| **kwiecień**  “W kwietniu jestem niebieski” | Zwiększenie wiedzy o autyzmie | Obchody Światowego Dnia Świadomości Autyzmu - udział w cyklicznej gubińskiej akcji “Gubin na niebiesko”  Udział w Rajdzie dla Autyzmu zorganizowanym przez Gubiński Klub Rowerowy “Bidon” | wychowawcy,  pedagog  Robert Woszak | kwiecień  09 kwietnia | dokumentacja szkolna, zdjęcia  zdjęcia |
| Propagowanie postawy odpowiedzialności za siebie i innych, wzbudzanie empatii | Udział uczniów w akcji „Psu na budę”  działalność koła wolontariatu | wychowawcy, pedagog szkolny, samorząd szkolny  koordynator szkolny | cały rok | dokumentacja szkolna, zdjęcia, indywidualne prace uczniów |
| Kształtowanie umiejętności rozpoznawania swoich emocji, budowania przyjaźni i rozwiązywania konfliktów | Zakończenie programu edukacyjno-profilaktycznego dla dzieci młodszych „Przyjaciele Zippiego” | pedagog szkolny - trener programu | wrzesień - kwiecień | dokumentacja szkolna, zdjęcia, indywidualne prace uczniów |
| **maj**  “Zielono mi” | Kształtowanie odpowiedzialności za siebie i środowisko naturalne | przeprowadzenie lekcji wychowawczych na temat istoty segregacji śmieci  Teatrzyk kamishibai w klasach I - III SP :  - Przygody pingwina Pingo cz.1 Nieznośne śmieci w oceanach,  Przygody Pingwina Pingo cz. 2 Kreatywny recykling i tajemnicza skrzynia  wycieczki rowerowe  “Rowerowy tor przeszkód” dla klas 1-3 SP zorganizowany przy współpracy z Gubińskim Klubem Rowerowym “Bidon”  “Wietrzymy szafy” - jak wykorzystać rzeczy, których już nie chcemy. | wychowawcy  nauczyciel bibliotekarz, wychowawcy  wychowawcy  Robert Woszak  wychowawcy | maj  kwiecień - maj  maj - czerwiec  maj  maj | dokumentacja szkolna, zdjęcia |
| **czerwiec**  “Każdy jakiś talent ma, mam i ja” | Odkrywanie swoich mocnych stron, budowanie wiary we własne siły, promowanie różnorodnych form relaksu | Konkurs artystyczny „Talenty na start!  Dzień Sportu  taneczny challenge  szkolna przerwa inaczej - cała szkoła ćwiczy | wychowawcy  nauczyciele wf-u  wychowawcy  nauczyciele wf-u | czerwiec  czerwiec  czerwiec  pierwszy piątek miesiąca | dokumentacja szkolna, zdjęcia, film |