

# SZKOŁA PODSTAWOWA W WAWRZEŃCZYCACH IM. TADEUSZA KOŚCIUSZKI



Sprawozdanie z działań podjętych w ramach  
ubiegania się naszej placówki o Wojewódzki  
Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie 2013-2016



# Szkoła Podstawowa im. T. Kościuszki w Wawrzeńczycach

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



## NASZ CEL:



- Rozszerzanie u uczniów wiedzy na temat zdrowego stylu życia oraz kształtowanie umiejętności dbania o własne zdrowie i innych

## NASZE ZADANIA:



- Planowanie wszechstronnej edukacji zdrowotnej
- Umożliwianie uczniom rozwoju ich potencjału fizycznego i społecznego
- Wyposażanie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania wyborów dla poprawy własnego zdrowia w każdym aspekcie
- Kształtowanie u uczniów odpowiedzialności za zdrowie
- Wykorzystywanie wszelkich dostępnych środków w społeczności lokalnej dla wspierania działań w zakresie promocji zdrowia

# Obszary naszych działań:

- Promowanie zdrowego stylu życia
- Promowanie aktywności ruchowej
- Profilaktyka uzależnień
- Promocja zachowań zdrowotnych w szkole i w środowisku lokalnym



# Promowanie zdrowego stylu życia

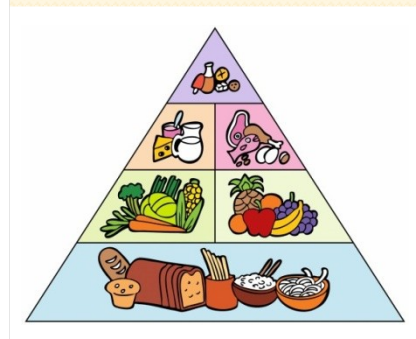
# Organizacja eventu promującego zdrowy styl życia pt. „Żyjmy zdrowo, kolorowo i na sportowo” – 22.10.2015



**ZDROWO  
i  
SPORTOWO**



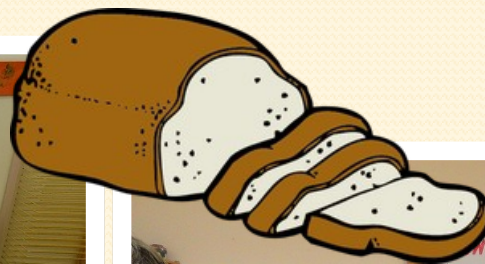
# Warsztaty z „eligo” – Instytut Żywienia i Rozwoju z Gdyni

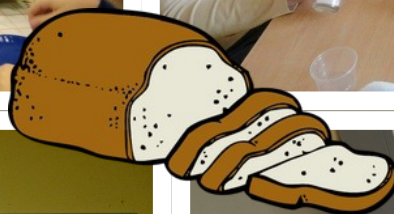




# Udział w ogólnopolskiej akcji organizowanej przez Fundację „Dobre życie”

pt. „Tydzień dobrego chleba i zdrowego stylu życia”

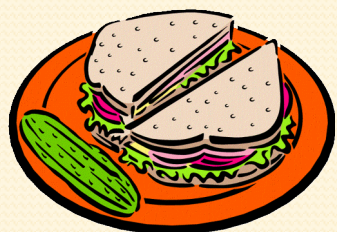




# Udział w ogólnopolskiej akcji pt. „Śniadanie daje moc”



# Dzień zdrowego śniadania – wykonanie kanapek i wspólne ich spożywanie – raz w miesiącu





# Klasowy projekt dotyczący prawidłowego odżywiania

- Spotkanie dietetyka z uczniami i rodzicami
- Udział uczniów w konkursie wiedzy na temat zdrowia „Meditest”



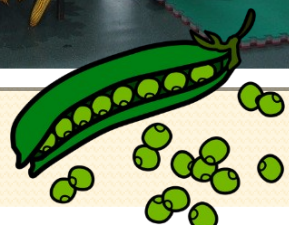
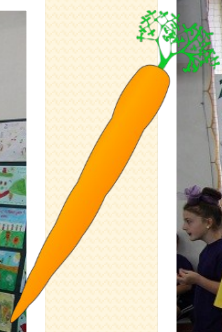
## KONKURSY DLA UCZNIÓW KLAS I - VI:



- Konkurs na logo szkoły promującej zdrowie
- Pt. „Najbardziej estetyczne i pomysłowe stoisko owocowo-warzywne”
- Plakat pt. „Zdrowy styl życia”
- Konkurs plastyczny pt. „Mój kolorowy jadłospis”







# Konkurs plastyczny i poetycki dla uczniów klas I - VI pt. „Owoce i warzywa na wesoło”



## INNE DZIAŁANIA:



- Realizacja programów:
  - „Owoc i warzywa w szkole”
  - „Szlanka mleka”
  - „Trzymaj formę”
  - „Książki moich marzeń”
- Realizacja „Kodeksu Zdrowego Życia” – na lekcjach wychowawczych
- Lekcje i zajęcia profilaktyczne z przyrody:
  - „Jak dbać o układ ruchu”
  - „Zasady zdrowego odżywiania”
- Prelekcje pielęgniarki szkolnej
- Zdrowe przekąski w sklepiku szkolnym
- Organizacja posiłków szkolnych
- Gazetki tematyczne w klasach i na korytarzu szkolnym
- Organizacja kiermaszów ze zdrową żywności

# Promowanie aktywności ruchowej

# Organizacja Gminnego Dnia Sportu w 2014 roku



Otwarcie nowego boiska sportowego

# Organizacja Gminnego Dnia Sportu w 2014 roku



**Spotkanie z Rafałem Sonikiem  
– zwycięzcą rajdu Dakar oraz wielokrotnym  
zdobywcą Pucharu Świata w jeździe quadem**

## Organizacja:

- Szkolnego turnieju piłki nożnej
- Szkolnego turnieju piłki ręcznej



# Rywalizacje sportowe i prezentacje w myśl zasady „Ruch to zdrowie”



## Konkurs sportowy – „Owocowo-warzywny tor przeszkód”

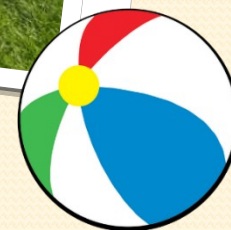




# Wyjazd uczniów na basen – realizacja projektu „Już pływam”



# Organizacja aktywnej przerwy dla uczniów klas I - III



# Zajęcia taneczne dla uczniów I - III



# Organizacja wycieczek krajoznawczych i zielonych szkół





## INNE DZIAŁANIA:



- Udział uczniów w zajęciach UKS
- Zajęcia fakultatywne z piłki ręcznej i piłki nożnej
- Udział w zawodach sportowych na terenie gminy, powiatu i województwa
- Wyjazd na mecze siatkówki i hokeja podczas mistrzostw świata
- Udział w turnieju piłki nożnej o „Puchar Wójta”
- Udział w corocznym Gminnym Dniu Sportu
- Realizacja elementów projektów „Małopolskie SOS w edukacji i w sporcie”
- Organizacja koloni profilaktycznych

# Profilaktyka uzależnień

# Programy promujące bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą:

- „Odblaskowa szkoła” – klasy I – III
- „Klub Bezpiecznego Puchatka” – klasa I
- „Odblaskowa gmina” – klasy I – VI
- „Owce w sieci” – klasy I – III
- „Sieciaki.pl” – klasy IV – IV
- „Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą” – klasy I – VI
- „Stop agresji” – klasy IV – VI
- „Szkolny program profilaktyczny”





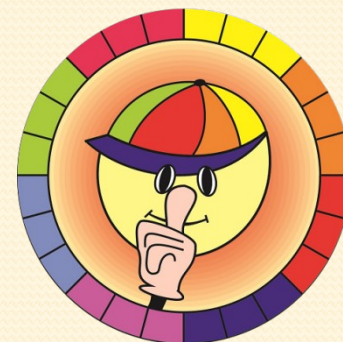


## **NASZ CEL WYNIKAJĄCY Z POTRZEB SZKOŁY:**

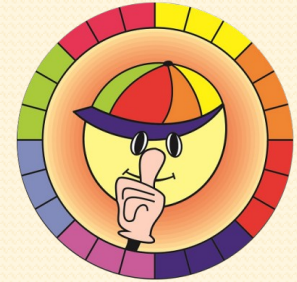
- **Obniżenie poziomu hałasu w szkole**

## Szkolny projekt walki z hałasem:

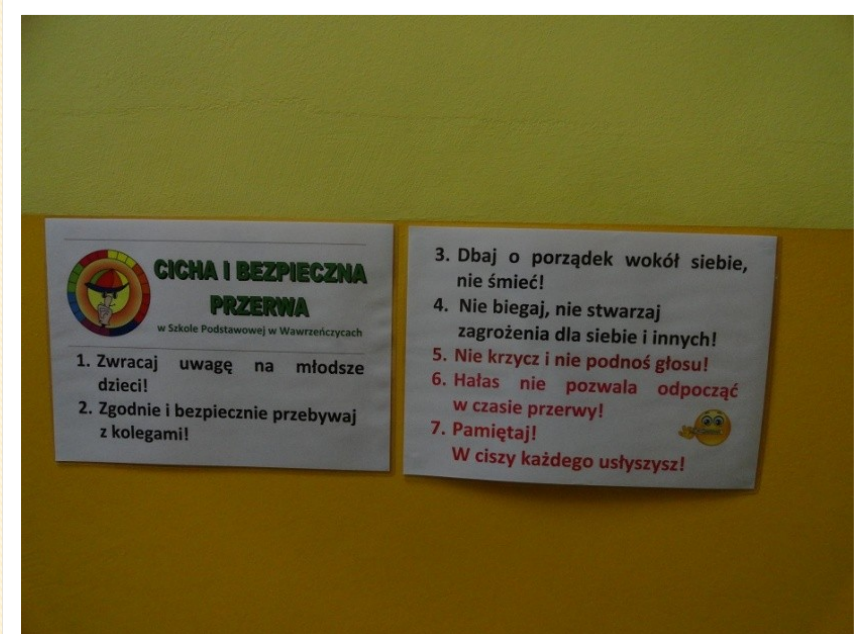
- „Dbamy o nasze zdrowie – walczymy z hałasem, prosimy o ciszę” (2013/2014)
- „W ciszy każdego usłyszysz” (2014/2015)
- „Hałas to nasz wróg – dbajmy o ciszę” (2015/2016)



## Nasze działania:



- Powołanie „strażników ciszy” w klasach I - VI
- Utworzenie szkolnej strefy ciszy
- Opracowanie zasad funkcjonowania uczniów podczas przerw pt. „Cicha i bezpieczna przerwa”



# Nasze działania:

- Organizacja happeningu dla uczniów I - VI



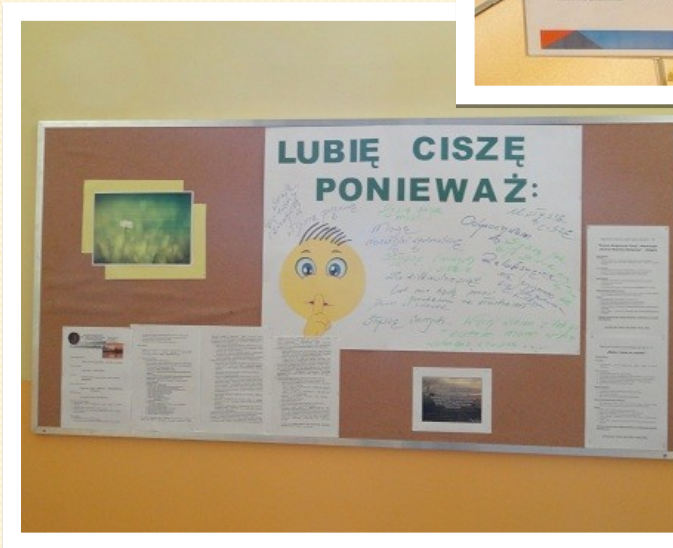
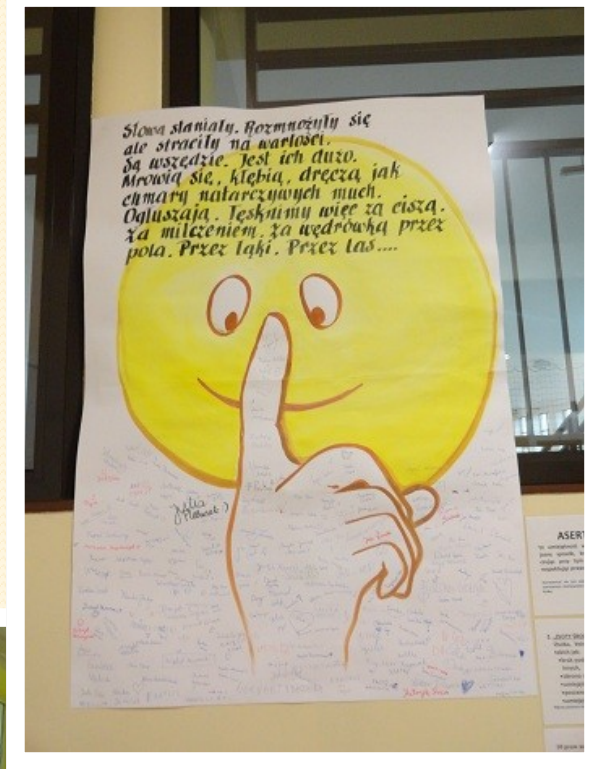
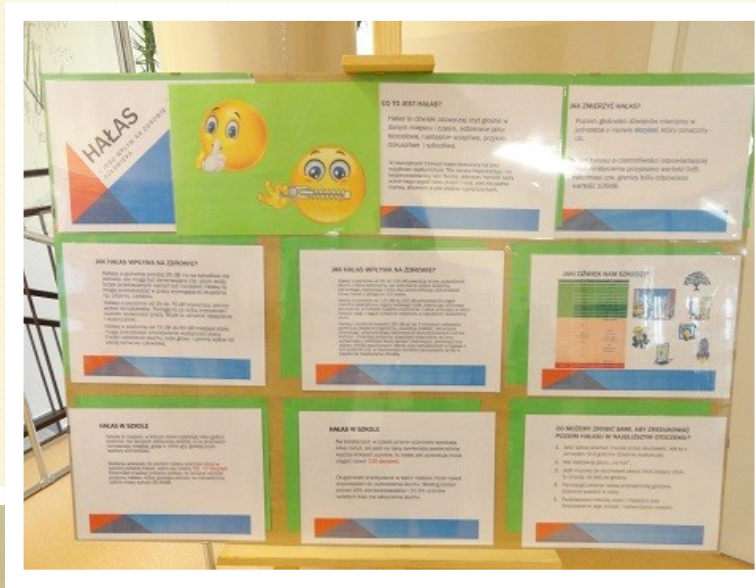
## Nasze działania:



- **Organizacja konkursów:**

- „Portret Stworka Hałasorka” – dla chłopców klas I - III
- „Portret Księżniczki Ciszy” – dla dziewczynek klas I - III
- Na hasło lub wierszyk reklamujący ciszę – uczniowie klas IV - VI
- „Szkołą bez hałasu” – uczniowie klas o – III
- „Logo promujące ciszę na terenie szkoły” – uczniowie klas IV – VI





## NASZE DZIAŁANIA:



- Przeprowadzenie tygodnia, miesiąca bez hałasu na przerwach śródlekcyjnych
- Spotkanie z pielęgniarką szkolną
- Pogadanka nt. „Niewidzialny wróg – hałas” – prezentacja multimedialna
- Przygotowanie przedstawień pt. „Dbamy o nasze zdrowie – walczymy z hałasem i prosimy o ciszę” i „Hałas w szkole”
- Udział uczniów w praktycznym pomiarze hałasu zorganizowanego przez SANEPID
- Opracowanie gazetek szkolnych w klasach nt. szkodliwości hałasu na zdrowie człowieka

# Nasze działania:



- **Szkolny Dzień Profilaktyki:**

- Przedstawienia profilaktyczne dla uczniów klas I – III, IV - VI
- Spotkanie z pracownikami Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Krakowie – prelekcja i prezentacja nt. „Oswoić ciszę”





# Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem – od 2012 roku

- Udział w wojewódzkim konkursie promującym zalecenia EKWzR
- Rozdawanie ulotek wśród rodziców i bezpłatnych egzemplarzy kodeksu
- Prezentacje i pogadanki nt. unikania nadmiernej ekspozycji na słońce i solarium
- Współpraca z pielęgniarką szkolną
- Program zdrowotny profilaktyki zagrożeń wirusem brodawczaka ludzkiego w Małopolsce – oprac. przez Szpital Dziecięcy w Krakowie



## Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem



- Realizacja programów profilaktycznych przeciwko uzależnieniom:
  - „Czyste powietrze wokół nas”
  - „Nie pal przy mnie proszę”
  - „Znajdź właściwe rozwiązanie”
- Zajęcia warsztatowe w ramach profilaktyki palenia papierosów:
  - „Poznajmy się bliżej”
  - „Naucz się mówić nie”
  - „Znajdź właściwe rozwiązanie”
  - „Uwierz w siebie”

**Realizacja zaleceń  
Europejskiego  
Kodeksu  
Walki z Rakiem**



- Udział w konferencjach
- „Kalendarz szczepień na rok 2015” –  
bezpłatne ulotki dla rodziców  
przygotowane przez WSSE  
w Krakowie
- Konkurs plastyczny pt. „Chemia  
w rolnictwie”
- Gazetki szkolne na korytarzu szkolnym  
nt. profilaktyki wybranych  
nowotworów złośliwych oraz  
bezpłatnych badań

## Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem



- Prelekcja dla rodziców nt. wykrywalności raka piersi i raka szyjki macicy poprowadzona przez przedstawicieli Wojewódzkiego Ośrodka Koordynującego wczesne wykrywanie raka piersi – 17.11.2015



# Realizacja zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem



Prelekcja nt. szkodliwości azbestu

# Udział w akcji „No promil – no problem”



## Marsz środowiskowy



# Realizacja programu „Ratujemy i uczymy ratować”



## NASZE DZIAŁANIA:



- Aktywne uczestnictwo w:
  - Światowym Dniu Udzielania Pierwszej Pomocy
  - Światowym Dniu Rzucania Palenia Tytoniu – 15.11.2015
  - Międzynarodowym Dniu Walki z Rakiem – 06.02.2016
  - Międzynarodowym Dniu Świadomości Zagrożenia Hałasem – 25.04.2016
  - Dniu bez Papierosa – 31.05.2016



## Prezentacje profilaktyczne dla uczniów

- „Stop agresji, stop przemocy” – klasy I – III
- „Uwaga na Internet” – klasy IV – VI
- „Świąteczna paczka” – klasy I – VI
- „Z miłości do serduszka” – klasy I – III
- „Nie jesteś sam” – klasy IV - VI



# Przedstawienia profilaktyczne dla rodziców

- „Jeszcze nie jest za późno”
- „Zamieńmy się miejscami”





## Prelekcje dla rodziców

- Odpowiedzialność karna nieletnich
- Hałas niszczy zdrowie
- Czyste powietrze wokół nas
- Zdrowy styl życia dziecka i rodziny
- Wpływ zdrowego odżywiania na styl życia. Domowe sposoby na zdrowie
- Higiena pracy umysłowej dziecka
- Popularyzacja haseł Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem
- Zdrowe odżywianie dzieci
- Jak przeciwdziałać agresji?
- Wpływ odżywiania się na nasze samopoczucie, zdrowie, wygląd
- Planowanie dnia dziecka: czas nauki, organizacja czasu wolnego, sen

## Udział nauczycieli w konferencjach i szkoleniach:

- „Żywnienie w szkołach według nowych przepisów prawa”
- „Upowszechnianie zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem. Rola nauczyciela w realizacji zaleceń kodeksu”
- „Cisza w przestrzeni szkoły”
- Szkoleniowa Rada Pedagogiczna z udziałem gościa honorowego prof. nadzw. dr hab. Teresy Olearczyk – „Cisza we współczesnym środowisku szkolnym – psychologiczne i pedagogiczne uwarunkowania skutecznego wychowania”
- „Szkoła wspierająca – edukacja i poczucie bezpieczeństwa najmłodszych”

## Udział nauczycieli w konferencjach i szkoleniach:

- „Nie pal przy mnie, proszę” - szkolenie dot. programu edukacji antytytoniowej dla uczniów I-III szkół podstawowych
- „Czyste powietrze wokół nas” – szkolenie dot. ogólnopolskiego programu edukacji antytytoniowej
- „Ruch, który rozwija umysł. Znaczenie wychowania fizycznego w edukacji wczesnoszkolnej”
- Konferencja „Owoce w szkole”
- „Radzenie sobie z agresją u dzieci w wieku szkolnym w szkole i poza szkołą. Trudny uczeń”
- „Pierwsza pomoc przedlekarska”

**Promocja zachowań**  
**zdrowotnych w szkole**  
**i w środowisku lokalnym**



Szkołę promującą zdrowie tworzą wspólnie uczniowie, nauczyciele i pracownicy szkoły, rodzice oraz przyjaciele szkoły – przedstawiciele społeczności lokalnej.



## NASZ CEL WYNIKAJĄCY Z POTRZEB SZKOŁY:

- Rozbudzanie wśród uczniów empatii w celu kształtowania właściwych relacji z rówieśnikami. Podejmowanie działań, mających na celu organizowanie i wspieranie różnych akcji społecznych



# Organizacja i udział w akcjach charytatywnych

- „Góra grosza”
- Zbiórka plastikowych nakrętek
- Zbiórka odzieży używanej i zabawek
- Kiermasze słodkości
- Pisanie życzeń do niepełnosprawnych dzieci
- Zbiórka artykułów szkolnych dla dzieci z Afryki
- Zbiórka pieniędzy dla Hospicjum św. Łazarza w Krakowie



# ● Kolednicy misyjni



# BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

## ● Dzień Babci i Dziadka



# BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

## ● Jasełka



# BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM



- Dzień Dziecka



# BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM

## ● Dzień Mamy i Dzień Rodziny



# BUDOWANIE ZDROWEGO KLIMATU WSPÓŁPRACY ZE ŚRODOWISKIEM LOKALNYM



- Wycieczki integracyjne z rodzicami



**Dziękujemy za uwagę**



**Szkoła Podstawowa  
im. Tadeusza Kościuszki  
w Wawrzeńczycach**

