

**Raport z działań zespołu ds. promocji zdrowia
w roku szkolnym 2021/2022**

Nazwa szkoły: Szkoła Podstawowa nr 12 im. I. J. Paderewskiego w Zespole Szkół i Placówek nr 1

Adres: ul. Paderewskiego 46, 40-282 Katowice

Telefon: Tel./fax 32-255-50-36

Adres strony www: zsip1katowice.edu.pl

Adres e-mail: sekretariat@zsip1katowice.edu.pl

Szkolny koordynator: Aneta Gasz

Nazwa zadania	Opis	Osiągnięte efekty	Osoby zaangażowane
1. „W szkole się dowiem, jak dbać mam o zdrowie”.	Kontynuacja innowacji pedagogicznej dla uczniów klas I uczęszczających do świetlicy szkolnej.	Uczniowie klas I biorący udział w zajęciach kształtowali prawidłowe nawyki zdrowotne, poznali zasady zdrowego odżywiania, dbania o prawidłowe nawyki higieniczne, brali udział w zajęciach rekreacyjno-ruchowych oraz profilaktycznych związanych z ograniczeniem hałasu i jego negatywnymi skutkami dla zdrowia.	Wychowawcy świetlicy
2. „Odoczynek i relaks”.	Zorganizowanie zajęć wyciszających dla uczniów klas IV-VIII podczas przerwy międzylekcyjnej 11:20-11:40 w Sali relaksu.	Uczniowie potrafili wyciszyć się i zrelaksować podczas przerwy.	Zespół ds. promocji zdrowia dyżurujący w Sali relaksu
3. „Wybieraj bezpieczną żywność”.	Zorganizowanie szkolenia online dla rodziców, nauczycieli oraz pracowników ZSiP nr 1 przeprowadzonego przez Powiatową Stację Sanitarno- Epidemiologiczną w Katowicach.	Uczestnicy szkolenia zostali zaznajomieni z zasadami bezpiecznego wybierania, przetwarzania oraz odpowiedniego przechowywania żywności.	Zespół ds. promocji zdrowia Pracownicy sekcji Oświaty Zdrowotnej PSSE w Katowicach

4. „Dzieci nie jedzą śmieci”.	Zajęcia edukacyjne dla uczniów klas I-III.	Uczniowie utrwalili wiedzę na temat zdrowego odżywiania się oraz szkodliwości spożywania fast foodów.	Pielęgniarka szkolna Wychowawcy świetlicy
5. „Wiemy co jemy”.	Zajęcia edukacyjne w grupie Misie i Pszczółki w MP 55.	Dzieci dowiedziały się czym są witaminy, jakie produkty służą ich zdrowiu.	Wychowawcy przedszkola
6. „Klub Zdrowego Przedszkolaka”.	Realizacja projektu w MP 55.	Dzieci zostały zaznajomione z tematyką dotyczącą żywienia, roli czystego powietrza, szkodliwości palenia papierosów oraz pozytywnych skutków szczepienia się.	Wychowawcy przedszkola
7. „Quiz o zdrowiu”.	Zorganizowanie konkursu wiedzy dla uczniów klas VII.	Uczniowie wykazali się wiedzą na temat zdrowego trybu życia.	Nauczyciel biologii i przyrody
8. „Dbamy o swoje zdrowie i bezpieczeństwo”.	Zajęcia dla uczniów klas I-III.	Uczniowie utrwalili zasady dotyczące dbania o swoje zdrowie.	Pielęgniarka szkolna
9. „Świetlicowy turniej sportowy”.	Zorganizowanie zawodów sportowych dla uczniów klas III.	Uczniowie rywalizowali zgodnie z zasadą fair play w konkurencjach sprawdzających ich umiejętności sportowe.	Wychowawca świetlicy Nauczyciel WF

10. „Gimnastyka na wesoło”.	Cykliczne zajęcia ruchowe dla uczniów klas I-III w świetlicy szkolnej.	Uczniowie przebywający w świetlicy szkolnej mieli możliwość aktywnego spędzania czasu po skończonych lekcjach.	Wychowawcy świetlicy
11. „Ruch to zdrowie”.	Zajęcia rekreacyjno- ruchowe w MP 55.	Prowadzenie cyklicznych zajęć ruchowych, gimnastycznych, spacerów, zabaw wyciszających i relaksujących przy muzyce oraz zapobiegającym wadom postawy.	Wychowawcy przedszkola
12. „Zdrowo i sportowo”.	Cykliczne zajęcia prozdrowotne dla dzieci z MP55.	Zaznajomienie dzieci z piramidą aktywności fizycznej, higieną mycia rąk, zdrowymi nawykami, zdrowymi przekąskami oraz wpływem ćwiczeń na zdrowie.	Wychowawcy przedszkola
13. Aktywny MOS.	Organizacja zajęć sportowych w różnych sekcjach Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego: pływanie, lekka atletyka, koszykówka dla dzieci i młodzieży ze szkół katowickich.	Uczniowie rozwijali swoją sprawność oraz poprawiali kondycję fizyczną, aktywnie spędzali swój czas wolny.	Trenerzy MOS

14. „Światowy Dzień Zdrowia”.	Zorganizowanie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-VIII oraz szkolnej gazetki informacyjnej.	Uczniowie pogłębili wiedzę na temat zagadnień prozdrowotnych.	Nauczyciel biologii, Wychowawcy świetlicy
15. „Koronawirus nadal groźny!”.	Zajęcia profilaktyczne dla uczniów klas IV-VIII podczas lekcji wychowawczych.	Uczniowie kształtowali prawidłowe nawyki higieny ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki zapobiegania zakażeniom koronawirusem.	Wychowawcy klas
16. „Niewidzialne zarazki i wirusy w koronie”.	Zajęcia edukacyjne dla uczniów klas I-III.	Uczniowie utrwalili prawidłowe nawyki dbania o swoją higienę oraz zasady zapobiegania zakażeniom.	Wychowawcy świetlicy Pielęgniarka szkolna
17. „O szkodliwości palenia papierosów”.	Prelekcja dla uczniów klas I-III.	Uczniowie zdobyli wiedzę na temat szkodliwości palenia tytoniu oraz papierosów elektronicznych.	Pielęgniarka szkolna
18. „Dbamy o higienę”.	Zajęcia edukacyjne w MP 55.	Dzieci poznały podstawowe zasady dbania o swoją higienę osobistą.	Wychowawcy przedszkola
19. „Poznajemy zawód lekarza”.	Zajęcia edukacyjne w MP 55.	Dzieci zostały zaznajomione z zawodem lekarza oraz jego znaczeniem dla zdrowia.	Wychowawcy przedszkola
20. „Emocje- czym są i jak na nas działają?”.	Zajęcia edukacyjne dla klas V i VI.	Uczniowie dowiedzieli się jak rozpoznawać emocje i umiejętnie sobie z nimi radzić.	Pedagog szkolny

21."Sposoby na złość".	Zajęcia edukacyjne dla uczniów klas II-III.	Uczniowie poznali sposoby odpowiedniego radzenia sobie ze złością.	Pedagog szkolny
22."Poczucie własnej wartości".	Zajęcia edukacyjne dla uczniów klas VII.	Uczniowie kształtowali poczucie własnej wartości oraz sposoby samorealizacji.	Pedagog szkolny
23."Zagrożenia związane z używkami-alkohol, papierosy".	Zajęcia edukacyjne dla klas VIII.	Uczniowie zostali uświadomieni o zagrożeniach związanych z używkami i poznali skutki zdrowotne stosowania ich.	Pedagog szkolny
24.„Edukacja zdrowotna z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej”.	Zajęcia dla uczniów klas II i III przeprowadzone przez Fundację Pomoc Maltańska.	Uczniowie zostali zapoznani z podstawowymi zagadnieniami udzielania pierwszej pomocy.	Ratownik medyczny oraz pielęgniarka z Fundacji Pomoc Maltańska
25. „Bezpieczeństwo w szkole i poza nią”.	Zajęcia profilaktyczne dla uczniów klas I-IV.	Uczniowie utrwalili zasady bezpiecznego zachowania się oraz dowiedzieli gdzie mogą szukać pomocy.	Pedagog szkolny

26. "Akcja segregacja".	Ogólnoszkolna akcja segregacji śmieci oraz odpadów w specjalnie przygotowanych w tym celu pojemnikach.	Uczniowie poznali zasady segregacji odpadów i stosują je w szkole.	Nauczyciele biologii i przyrody Sponsorzy pojemników
27. „Działaj z ImPETem”.	Udział dzieci z MP 55 w zajęciach tematycznych: „Wiem co wyrzucać do żółtego pojemnika”, „Przedszkolaki świat sprzątają do żółtego wyrzucają”, „Raz, dwa, trzy Miecia patrzy”, „Drugie życie opakowań”.	Dzieci poznały sposoby prawidłowej segregacji odpadów.	Wychowawcy przedszkola
28. „Przedszkolaki świat sprzątają, do żółtego wyrzucają”.	Udział w konkursie plastyczno-technicznym na stworzenie pojemnika do segregacji śmieci.	Dzieci wykorzystały zdobytą wcześniej wiedzę i wykonały pojemniki do segregacji odpadów.	Wychowawcy przedszkola
29. Udział w ogólnopolskich oraz regionalnych programach, prozdrowotnych.	1. Udział SP 12 oraz MP 55 w akcji edukacyjno-informacyjnej „Wirusochrona” zorganizowanej przez Śląski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny w Katowicach (przygotowanie przez wychowawców klas I- III oraz wychowawców przedszkola różnorodnych zajęć profilaktycznych, lekcji higieny, eksperymentów, nakręcenie filmu przez klasę 1a, nakręcenie przez dzieci przedszkolne teledysku do piosenki pt. „Mydło	Uczniowie biorąc udział w akcjach i programach poszerzali swoją wiedzę na temat dbania o swoje zdrowie, utrwalali prawidłowe nawyki higieniczne oraz postawy proekologiczne.	Zespół ds. promocji zdrowia Wychowawcy klas Wychowawcy świetlicy Wychowawcy przedszkola

<p>i woda tak się zaczyna wirusoochrona”, wykonanie gazetek klasowych oraz wspólnie z MP 55 gazetki szkolnej.</p> <p>2. Udział w obchodach Światowego Dnia Mycia Rąk- zorganizowanie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III.</p> <p>3. Udział w obchodach Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach, zorganizowanie wystawy informacyjno- edukacyjnej udostępnionej przez Państwową Stację Sanitarno- Epidemiologiczną w Katowicach, przygotowanie zajęć profilaktycznych „Superbakterie oporniaki-problem narastającej oporności na antybiotyki” dla uczniów klas I-III oraz fotorelacji z obchodów na stronę internetową szkoły.</p> <p>4. Udział w obchodach „Dnia Dobrego Wzroku” – w kl. VII-VIII odbyły się zajęcia edukacyjne oraz konkurs plastyczny na plakat informacyjny, przygotowana została wystawa najlepszych prac na korytarzu szkoły.</p> <p>5. Udział dzieci z MP 55 w akcji edukacyjno- informacyjnej „Dzieciaki Mleczaki” sfinansowanej przez Funduszu Promocji Mleka (z wykorzystaniem filmów, bajek edukacyjnych, konkursów, piosenek, zabaw ruchowych, zajęcia badawczych, prezentacji multimedialnych).</p> <p>6. Udział dzieci z MP 55 w programie „Czyściochowe Przedszkole” (filmy i bajki</p>		
---	--	--

<p>edukacyjne, konkursy, piosenki, zabawy ruchowe, zajęcia badawcze).</p> <p>7. Pomoc szkoły w akcji szczepień uczniów przeciwko COVID-19 w Przychodni Zdrowia przy ul. Granicznej 45.</p> <p>8. Udział w obchodach Światowego Dnia Walki z AIDS- udział w konkursie „HIV/AIDS- chcę wiedzieć więcej” organizowanym przez Państwową Stację Sanitarno- Epidemiologiczną w Katowicach.</p> <p>9. Udział w ogólnopolskich obchodach „Dnia Bezpiecznego Internetu”-przeprowadzenie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III pt. „Poznaj Bezpieczny Internet”.</p> <p>10. Udział w kolejnej edycji wojewódzkiej akcji informacyjno- edukacyjnej Stacji Sanitarno- Epidemiologicznej „Wirusochrona”-przygotowanie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III „Chrońmy się przed wirusami”.</p> <p>11. Udział w obchodach „Światowego Dnia Wody”- przygotowanie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III pt. „Szanuj wodę, ratuj przyrodę”.</p> <p>12. Udział w obchodach „Światowego Dnia Zdrowia”- zorganizowanie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III pt. „Nasza planeta, nasze zdrowie”(SP12 oraz MP55).</p>		
---	--	--

	<p>13. Udział w obchodach „Światowego Dnia Ziemi”- przeprowadzenie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III pt. „Inwestujemy w Naszą Planetę”.</p> <p>14. Udział w obchodach obchodów „Światowego Dnia bez Tytoniu”- przygotowanie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III pt. „Nie pal przy mnie, nie truj mnie”.</p> <p>15. Udział w obchodach „Światowego Dnia Wody”- przygotowanie zajęć edukacyjnych dla uczniów klas I-III pt. „Szanuj wodę, ratuj przyrodę!”.</p> <p>16. Udział w obchodach „Światowego Dnia Higieny”- przygotowanie cyklicznych zajęć w MP55.</p>		
--	--	--	--

Wnioski

1.Korzyści z naszych działań:

W roku szkolnym 2021/2022 do zespołu ds. promocji zdrowia dołączyło Miejskie Przedszkole nr 55 oraz Międzyszkolny Ośrodek Sportowy, znajdujące się w Zespole Szkół i Placówek nr 1, w skład którego wchodzi nasza szkoła. Pozwoliło to na wspólne zaplanowanie i usystematyzowanie działań prozdrowotnych w całej placówce.

Realizacja programu „Szkoła Promująca Zdrowie” zaktywizowała naszych uczniów do uczestnictwa w różnorodnych działaniach prozdrowotnych. Proponowane zagadnienia związane były przede wszystkim z prawidłowym odżywianiem, aktywnością fizyczną, ograniczeniem hałasu w szkole, postawami proekologicznymi oraz dbaniem o bezpieczeństwo własne i innych.

Udział w ogólnopolskich programach, akcjach oraz obchodach m.in. „Światowego Dnia Zdrowia”, „Dnia Czystego Powietrza”, „Światowego Dnia bez Tytoniu”, „Dnia Bezpiecznego Internetu” czy też akcji „Wirusochrona”, pogłębił wiedzę uczniów na temat zagadnień zdrowotnych, konieczności z dbania o higienę oraz unikania nałogów. Podczas zajęć edukacyjnych zwracana była uwaga na zjawisko cyberprzemocy i zagrożenia związane z korzystaniem z Internetu.

Uczniowie SP nr 12 i dzieci z przedszkola dzięki proponowanym zajęciom sportowym, nauce pływania, uczestnictwu w licznych grach i zabawach ruchowych rozwijali sprawność fizyczną i poprawiali swoją kondycję. Na zajęciach prowadzonych przez pedagoga i psychologa szkolnego doskonalili kompetencje emocjonalno- społeczne, ucząc się współpracy w grupie i dbania o bezpieczeństwo.

W edukowaniu uczniów z zakresu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej pomogli nam specjaliści z Fundacji Pomoc Maltańska, natomiast pracownicy sekcji Oświaty Zdrowotnej Państwowej Powiatowej Stacji Sanitarno- Epidemiologicznej w Katowicach w zorganizowaniu szkolnej wystawy informacyjno- edukacyjnej z okazji Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach.

Mając na uwadze efekty, jakie udało się nam osiągnąć w poprzednim roku szkolnym, zdecydowaliśmy się na kontynuację innowacji pedagogicznej dla uczniów klas I uczęszczających do świetlicy szkolnej. Jej rezultatem jest widoczny wpływ na kształtowanie prawidłowych nawyków zdrowotnych naszych najmłodszych podopiecznych.

2. Trudności w realizacji naszych działań:

Pomimo odczuwalnego zmniejszenia hałasu w szkole, w dalszym ciągu niezbędne jest edukowanie uczniów na temat jego szkodliwości i negatywnego wpływu na zdrowie i samopoczucie.

Szkolny koordynator zespołu ds. promocji zdrowia: Aneta Gasz