

Plan działań Szkoły Promującej Zdrowie

2016/2017

Załącznik 2a

A. Część wstępna planowania

1. **Problem priorytetowy do rozwiązania:** Nieprawidłowe nawyki żywieniowe u dzieci.

a) **Krótki opis problemu priorytetowego** (wpisać konkretne dane wg wyników autoewaluacji):

Na podstawie badań przesiewowych przeprowadzonych przez pielęgniarkę szkolną w roku szkolnym 2015/2016 oraz obserwacji, wywiadów z rodzicami, nauczycielami i uczniami stwierdza się, że problemem wymagającym rozwiązania jest nadwaga u dzieci, która jest często związana ze złymi nawykami żywieniowymi.

b) **Uzasadnienie wyboru priorytetu** (wpisać: dlaczego go wybrano, kto i na jakiej podstawie dokonał tego wyboru):

Z raportu Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) wynika, że w ciągu ostatnich 20 lat w naszym kraju trzykrotnie wzrosła liczba dzieci z nadwagą. Polskie 11-latki są grubsze niż ich rówieśnicy w Europie i USA. Skala problemu narasta – naukowcy mówią wręcz o epidemii otyłości wśród młodego pokolenia.

Nieprawidłowe nawyki żywieniowe dzieci są i będą kosztowne. Najwyższy czas, by poprzez eliminację błędów żywieniowych i zwiększenie aktywności fizycznej dzieci poprawić stan ich zdrowia i zapewnić im lepszą przyszłość.

Badania przesiewowe zostały przeprowadzone przez pielęgniarkę szkolną natomiast obserwacje i rozmowy przeprowadzili nauczyciele i wychowawcy.

2. **Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:**

- niska świadomość zagrożeń związanych z nieprawidłowym odżywianiem i piciem zbyt dużej ilości słodkich napojów,
- zaobserwowanie u dzieci otyłych niskiej sprawności fizycznej,
- niska akceptacja w środowisku rówieśniczym,

3. **Rozwiązania dla usunięcia przyczyn/y problemu** (podstawa do ustalenia zadań):

- korzystanie z wody pitnej ogólnie dostępnej na korytarzach szkolnych,
- organizowanie dodatkowych zajęć ruchowych pozalekcyjnych,
- zwiększenie świadomości uczniów nt prawidłowych nawyków żywieniowych u dzieci,
- przeprowadzenie pogadanek na temat "Korzyści zdrowotnych z picia wody",
- "Woda zdrowia doda" - akcja informacyjna z tworzeniem plakatów, które rozmieszczone zostaną w szkole,
- udział w Ogólnopolskim konkursie "Racjonalnie się odżywasz, zdrowie wygrywasz",

- udział w Ogólnopolskim Programie "Śniadanie daje moc",
- zorganizowanie spotkania z dietetykiem,
- obchody Światowego Dnia Wody,
- zorganizowanie szkolnych konkursów: "Jem zdrowo kolorowo", "Warto zdrowo żyć",
- realizacja programu "Trzymaj formę"

1. CEL: Zdrowo jemy i dużo wody pijemy!

2. **Kryterium sukcesu:** Zwiększenie świadomości dotyczącej prawidłowych nawyków żywieniowych w granicy 10 %

3. Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):

a) **Co wskaże, że osiągnięto cel?**

- wpis do dziennika,
- badanie ankietowe,
- liczba zawieszonych znaków i symboli,
- obserwacja zmiany zachowania dzieci,
- fotorelacja, frekwencja w dzienniku elektronicznym.

b) **Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?**

- wyniki ankiety ewaluacyjnej,
- obserwacja,
- wpis do dziennika,

c) **Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?**

- dyrekcja,
- koordynatorki SzPZ,
- zespół promocji zdrowia,
- nauczyciele,
- wychowawcy,

Czas trwania: rok szkolny 2016/2017

II. ZADANIA

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/osoba odpowiedzialna	Środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
---------------	-------------------	-------------------	-------------------------	--------------------------------	---------------	--------------------------------------

1. Udostępnienie źródełek wody przez firmę WODKAN	95 % uczniów ki I - VI korzysta ze źródełek wody	Zamontowanie źródełek wody przez firmę WODKAN	IX 2016 r.	Firma WODKAN dyrektor	Źródełka wody	Ankieta, obserwacje prowadzone przez nauczycieli
2. Przeprowadzenie pogadanki oraz instruktażu dotyczącego korzystania ze źródełek wody	100 % uczniów uczestniczy w zajęciach	Przekaz ustny oraz ćwiczenia praktyczne	IX 2016 r.	Wychowawcy klas I - VI	Tablica interaktywna, źródełka	Obserwacja oraz wpis do dziennika
3. Ankieta dotycząca prawidłowych nawyków żywieniowych dzieci	80% uczniów z klas II – VI udziela prawidłowych odpowiedzi	Ankieta dla uczniów klas II - VI	IX/X 2016 r. V 2017 r.	Po jednej klasie z każdego poziomu. M. Danielewicz, K. Herbiak W. Marcińczak	Ankieta	Wyniki ankiety
4. Udział w Ogólnopolskim konkursie pt. „Racjonalnie się odżywasz, zdrowie wygrywasz”	Uczniowie z klas IV – VI biorą udział w konkursie	Wykonanie przez uczniów danej klasy pracy plastycznej pt „Racjonalnie się odżywasz, zdrowie wygrywasz”	IX 2016 r.	M. Danielewicz L. Nawrot A. Wikło Wychowawcy klas	Artykuły plastyczno - techniczne	Praca i ocena komisji, wyłonienie jednej pracy konkursowej
5. „Woda zdrowia doda” – akcja plakatowa	90 % uczniów klas II – VI uczestniczy w zajęciach	Uczniowie klas II – VI wykonują prace plastyczno - techniczne	X/ XI 2016 r.	Wychowawcy klas II – VI M. Kowalska G. Małuszek A. Torzewska	Środki plastyczne	Praca i ocena komisji, wystawa prac
6. Pogadanka przeprowadzona przez pielęgniarkę szkolną nt. „Korzyści zdrowotne z picia wody”	100 % uczniów klas I - VI uczestniczy w zajęciach	Pogadanka	X/ XI 2016 r.	Pielęgniarka szkolna	Film edukacyjny	Wyniki ankiety ewaluacyjnej przeprowadzonej w maju 2017 r.
7. „Śniadanie daje moc” – spożywanie dań wykonanych z owoców i warzyw	90 % uczniów klas I – III uczestniczy w zajęciach	Przygotowanie śniadania, degustacja	7/8 XI 2016 r.	Koordynator SzPZ – K. Herbiak, nauczyciele klas I – III	Artykuły spożywcze, woda	Zdjęcia, artykuł na stronę szkoły i do UM
8. Apel dla klas I – III oraz pogadanki, warsztaty przeprowadzone przez wychowawców klas IV - VI	100 % uczniów klas I - III uczestniczy w zajęciach	Pogadanka, prezentacja multimedialna	7/8 XI 2016 r.	Koordynatorki SzPZ – K. Herbiak M. Danielewicz, wychowawcy klas	Internet, tablica interaktywna, komputer	Podniesienie świadomości uczniów na temat prawidłowych nawyków żywieniowych

9.Spotkanie z dietetykiem	80 % rodziców uczniów klas I – VI i nauczycieli uczestniczy w zajęciach	Pogadanka	I 2017 r.	Dietetyk W. Lesiczka	Prezentacja multimedialna	Lista obecności i zapis w dzienniku, fotorelacja
10.Światowy Dzień Wody	90 % uczniów klas I – VI uczestniczy w przedsięwzięciu	Prezentacja, transparenty na temat wody	22.03.2017 r.	E. Sikorska , Wolontariat, wychowawcy klas, uczniowie	Transparenty, środki plastyczne	Fotorelacja, frekwencja w dzienniku elektronicznym
11. „Warto zdrowo żyć” kl. III	95 % uczniów klas III uczestniczy w konkursie	Zgodnie z regulaminem, działania praktyczne	III 2017 r.	K. Herbiak i wychowawcy klas I - III	Artykuły spożywcze	Wyniki konkursu, fotorelacja
12.”Jem zdrowo kolorowo” – szkolny konkurs dla klas I - III	90 % uczniów z klas I – III uczestniczy w konkursie	Zgodnie z regulaminem, działania praktyczne	II/III 2017 r.	K. Herbiak, A. Torzewska, nauczyciele klas I - III	Artykuły spożywcze	Wyniki konkursu, fotorelacja
13. Światowy Dzień Zdrowia	90 % uczniów klas IV – VI uczestniczy w zajęciach	Apel dla uczniów klas IV – VI	7 IV 2017 r.	K. Kaźmierowski, L. Nawrot, M. Danielewicz	Prezentacja multimedialna	Lista obecności i zapis w dzienniku, fotorelacja
14.”Trzymaj formę”	Uczniowie klas V	Projekt edukacyjny	II – V 2017 r.	J. Kowalski, P. Kierzek, M. Danielewicz	Internet, tablica interaktywna, sprzęt sportowy	Lista obecności i zapis w dzienniku, fotorelacja

*Plan może ulec zmianom.

Opracowanie: M. Danielewicz, K. Herbiak, I. Huk, M. Kowalska, G. Małuszek, A. Torzewska, W. Lesiczka