

**Sprawozdanie z realizacji zadań w ramach  
Programu Szkoła Promująca Zdrowie  
za rok szkolny 2021/2022.**

Czeladź 23.06.2022 r.

W roku szkolnym 2021/2022 w ramach realizacji programu Szkoła Promująca Zdrowie „*Zdrowo jem, sportowo się czuję, życie ludzkie uratuje*” wszystkie działania zaplanowane w harmonogramie były realizowane stacjonarnie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa w walce z koronawirusem.

Zostały zrealizowane następujące działania:

### **Moduł I- Zachowania prozdrowotne**

#### **Zdrowy styl życia:**

Zrealizowano poprzez:

#### **Utrwalanie pozytywnych nawyków higienicznych w najbliższym otoczeniu.**

1. Stworzenie możliwości utrzymywania higieny na terenie szkoły – dostępność i możliwość korzystania z natrysków, zapewnienie mydła i papieru toaletowego w ubikacjach.
2. Zabezpieczenie w środki dezynfekujące i odkażające w każdej klasie, zapewnienie mydła i papieru toaletowego w ubikacjach. Wdrożenie procedur związanych z zapobieganiem COVID 19.
3. Organizacja posiłków w stołówce szkolnej zgodnie z zaleceniami GIS.
4. Prelekcje profilaktyczne zgodnie z tematyką zalecaną przez Sanepid- (przeprowadzane w klasach z zachowaniem zasad bezpieczeństwa w walce z koronawirusem)  
- Jak chronić się przed ryzykiem zarażenia wirusem COVID 19, grypą i innymi chorobami zakaźnymi.
5. Systematyczna obserwacja higieny osobistej uczniów prowadzona przez nauczycieli, współpraca ze środowiskiem rodzinnym ucznia
6. Udział w akcji „Sprzątanie świata”- „*Myślę, więc nie śmieczę*” oraz konkurs plastyczno-ekologiczny ramach akcji Sprzątanie świata „*Nie śmiecimy, nie brudzimy- o przyrodę się troszczymy*”
7. Prowadzenie akcji zbierania plastikowych nakrętek.
8. Gazetka ścienna " Jak chronić się przed ryzykiem zarażenia się różnymi chorobami"
9. Szkolenie dla rodziców w formie zdalnej “ Wspieranie dzieci w czasie trwania pandemii Covid - 19”.
10. W naszej szkole jest realizowany projekt „Zdrowo jem, więcej wiem”, który jest częścią prozdrowotnego programu edukacyjnego prowadzonego przez Fundację Banku Ochrony Środowiska.

W ramach projektu Zdrowo Jem, Więcej Wiem!” w roku szkolnym 2021/2022 zrealizowane następujące działania:

- Lekcja: co należy jeść, aby być zdrowym.
- Konkurs: plakat „Dbam o zdrowie”.
- Lekcja: w białej krainie – ostrożnie z cukrem i solą.
- Konkurs: najlepszy rysunek zdrowych słodczy.
- Forum zdrowia dla rodziców: jak skutecznie zmienić złe nawyki żywieniowe.
- Dzielimy się wiedzą: zasady zdrowego żywienia,
- Czytajmy uważnie etykiety produktów- warsztaty.

W ramach tego zadania uczniowie naszego zespołu prezentowali w młodszych klasach albumy z rysunkami zdrowych zamienników słodkich i słonych przekąsek. Z pomocą nauczycieli wykonali w pracowni gospodarstwa domowego smaczne i zdrowe zamienniki słodczy. Plakaty wykonane przez zespoły uczniów zostały wyeksponowane na korytarzach.

11. Szkolenie WDN “Współczesne uzależnienia młodzieży. Ich wpływ na zachowanie i sposoby radzenia sobie z nimi”. XI 2021
12. Szkolenie WDN „Profilaktyka e-uzależnień. Bezpieczny internet. Smartfon”. XI 2021
13. Gazetki ściennie, prelekcje profilaktyczne - Znamię! Znam je i Kleszcz - wróg czy przyjaciel - 20.06.2022

### **Choroby cywilizacyjne:**

#### **Nadwaga - Pogłębienie świadomości istnienia patologii odżywiania**

1. Realizacja programu: „Owoce i warzywa w szkole”- współpraca z Agencją Rynku Rolnego
2. Realizacja programu Mleko w szkole
3. Przygotowanie prezentacji multimedialnej i przesłanie do uczniów zdalnie - Cukrzyca choroba cywilizacyjna XI. 2021
4. Propagowanie aktywnego spędzania czasu wolnego poprzez zachęcanie do wykonywania różnych aktywności fizycznych w domu.

#### **Choroby układu krążeniowo-oddechowego**

1. Cykliczne zajęcia profilaktyczne dotyczące szkodliwości palenia papierosów
2. Prezentacja dla uczniów na temat skutków uzależnienia od nikotyny
3. Obchody „Dnia rzucania palenia”- prezentacja multimedialna przesłana zdalnie- XI 2021 i V 2022
4. Prowadzenie pogadanek profilaktycznych na temat chorób cywilizacyjnych, szkodliwości zanieczyszczeń środowiska oraz konieczności dbania o zdrowie własne i innych na lekcjach biologii i chemii.

### **Nowotwory**

1. Dzień dawcy szpiku kostnego-pogadanka gazetka ścienna X 2021
2. Prowadzenie pogadanek profilaktycznych na temat chorób nowotworowych, ich zapobieganiu i profilaktyce na lekcjach biologii i chemii.

## **Moduł II Bezpieczeństwo w życiu codziennym- Pierwsza pomoc przedmedyczna**

Realizowano poprzez:

W pierwszym semestrze zwrócono uwagę na kształtowaniu postaw dbania o swoje bezpieczeństwo oraz bezpieczeństwo innych, dlatego podjęto szereg działań, które obejmowały:

1. Zapoznanie uczniów z regulaminami dotyczącymi bezpieczeństwa w szkole.
2. Przypomnienie uczniom drogi ewakuacyjnej przez wychowawców z zachowaniem wytycznych sanitarnych.
3. Realizacja programu edukacyjnego „Akademia Bezpiecznego Puchatka”
4. Kształtowanie prawidłowych zachowań uczniów na lekcjach, przerwach międzylekcyjnych, podczas uroczystości szkolnych, wycieczek i imprez organizowanych na terenie szkoły i poza nią.
5. Organizacja konkursu „Bezpieczna droga do szkoły i przedszkola” - konkurs wiedzy - sprawnościowy o bezpieczeństwie w ruchu drogowym.
6. Prowadzenie zajęć z wychowania komunikacyjnego na lekcjach techniki.
7. Pogadanki na lekcjach wychowawczych dotyczące bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię, odpowiedniego zachowania w czasie dowozu.
8. Prelekcja, prezentacja multimedialna- Numery Alarmowe, znaczenie pierwszej pomocy.
9. Warsztaty - resuscytacja krążeniowo-oddechowa - przeprowadzane w klasach w czasie nauki hybrydowej z zachowaniem ścisłego reżimu sanitarnego. - XII 2021
10. Szkolenie WDN – przypomnienie procedury ewakuacji uczniów i pracowników naszej szkoły IX 2021
11. Przypomnienie uczniom instrukcji alarmowej i zasad ewakuacji IX 2021
12. Droga ewakuacyjna w naszej szkole. Próbną ewakuacją. Konkurs z znajomości zagrożeń ogłaszanych alarmami. IX 2021
13. Szkolenie WDN “Zdrowie psychiczne i fizyczne naszych uczniów” - zapoznanie grona pedagogicznego ze stanem zdrowia każdego ucznia. XI 2021
14. Szkolenie WDN „Bezpieczeństwo uczniów w środowisku szkolnym. Jestem dobrym kolegą i koleżanką”. X 2021
15. Światowy Dzień Zdrowia - Szkolny Konkurs wiedzy i umiejętności

udzielania pierwszej pomocy.- kwiecień 2022

16. Organizacja akcji Dzień Wody, Dzień Ziemi - Przygotowanie gazetki ściennej o treściach ekologicznych, współpraca z fundacją Nasza Ziemia - III-IV 2022

### **Moduł III - Zdrowie ciała i ducha daje sportowy i aktywny tryb życia**

1. Organizacja Szkolnych Zawodów Sportowych (Mikołajkowe Zawody Sportowe- 07.12.2021
2. Udział uczniów w Międzyszkolnych Zawodach Sportowych
3. Realizacja dodatkowych godzin z wychowania fizycznego zgodnie z zainteresowaniami uczniów.
4. Wsparcie psychologiczne dla uczniów i ich rodziców poprzez: spotkania, warsztaty, rozmowy i konsultacje indywidualne.
5. Organizacja integrującego PIKNIKU RODZINNEGO - 10.06.2022
6. organizacja wycieczek szkolnych:
  - a. do KM Państwowej Straży Pożarnej w Sosnowcu - 05.2022
  - b. na Zamek w Będzinie - 05.2022
  - c. do Wrocławia - 05.2022
  - d. do Ogrodzieńca - 05.2022
  - e. do Pszczyny - 06.2022
  - f. do Warszawy - 06.2022
7. Organizacja wyjść szkolnych do kina, teatru, biblioteki, muzeum - cały rok szkolny.
8. Organizacja zajęć poza salą lekcyjną (w terenie) - cały rok szkolny.

### **Działania dodatkowe nie ujęte w harmonogramie**

Członkowie zespołu promocji zdrowia odbyli szkolenie „ Przygotowanie szkoły specjalnej kształcącej dzieci i młodzież z niepełnosprawnością intelektualną do ubiegania się o Krajowy Certyfikat Szkoła Specjalna Promująca Zdrowie” oraz “ Zaburzenia emocjonalne u dzieci i młodzieży w kontekście pandemii” organizowane przez METIS w Katowicach.

Rada Pedagogiczna brała również udział w szkoleniach:

1. „Ochrona danych osobowych”, „Bezpieczeństwo cyberprzestrzeni oraz bezpiecznego korzystania ze sprzętu komputerowego lub innych mobilnych narzędzi mających funkcje komputera”, „Wymogi Dyrektywy Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) w sprawie ochrony osób zgłaszających naruszenie praw Unii (tzw. dyrektywy o ochronie sygnalistów)”- grono pedagogiczne - XII 2021
2. Alternatywne sposoby komunikacji ACC - XII 2021

Ponadto w celu integracji całej społeczności szkolnej organizowano liczne konkursy, akcje i warsztaty:

1. Moja kartka bożonarodzeniowa - 12.2021
2. Dzień górnika - 12.2021
3. Dzień Pluszowego Misia - 11.2021
4. Akcja "Szkola Pamięta" - 11.2021
5. CodeWeek - 10.2021
6. Konkurs plastyczny propagujący bezpieczeństwo w Internecie "BRAK HEJTU" - 10.2021
7. Akcja "Dzień pustej klasy" - 25.09.2021r.
8. Warsztaty kulinarne "Kuchnie świata" organizowane przez wykładowców Akademii Medycznej w Katowicach. - 5.01.2022r.
9. Konkurs plastyczny "W zdrowym ciele, zdrowy duch" - 04.2022
10. Konkurs plastyczny "Zainwestuj w naszą planetę" - 04.2022
11. Konkurs międzyszkolny "Wiosenna łąka" - 05.2022
12. IX ogólnopolski konkurs plastyczny – Oligoimpresje - wizja nieba i piekła - 04.2022