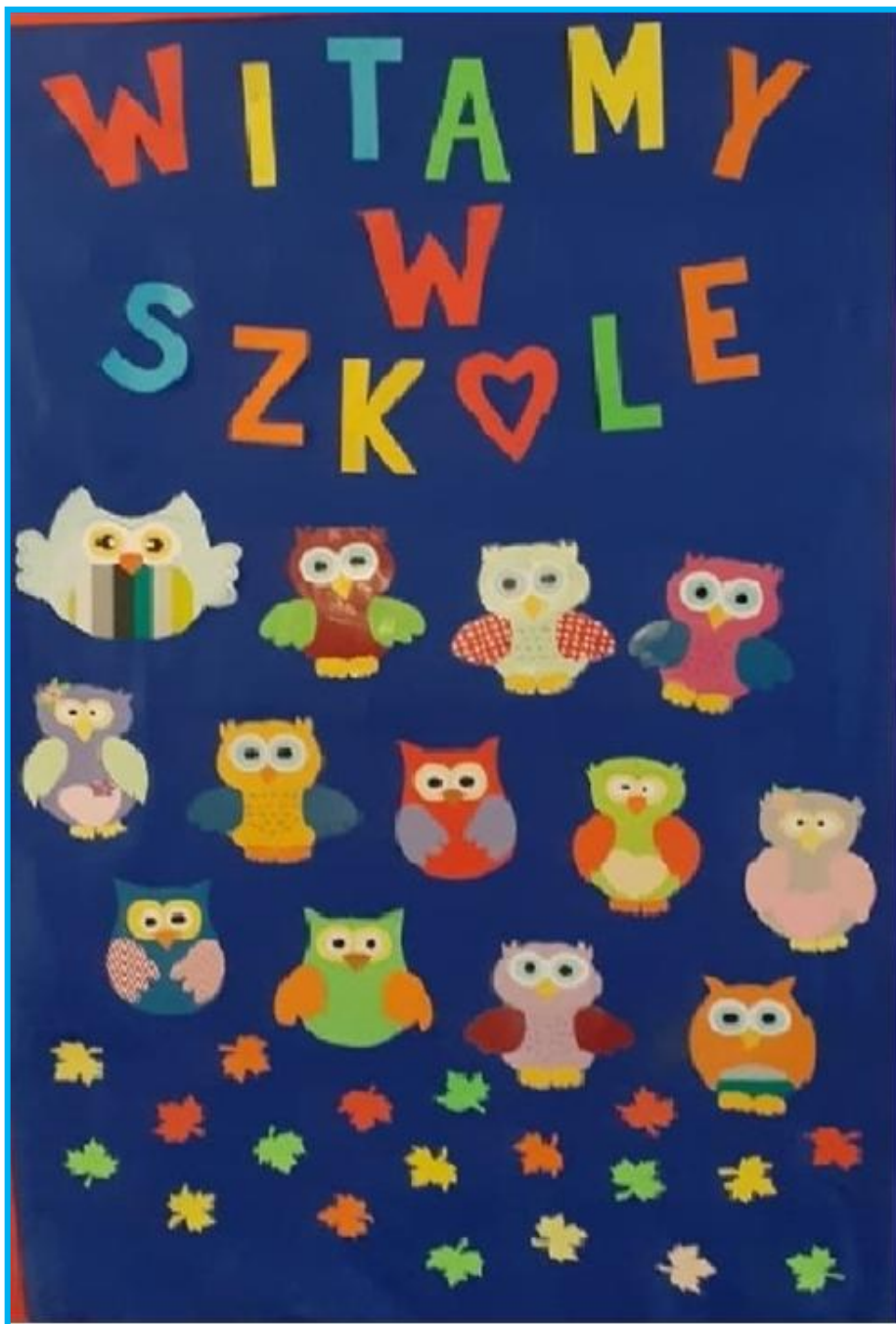




SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1 W OLSZYNIE



**CAŁA SPOŁECZNOŚĆ
SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 1 W OLSZYNIE
SKŁADA SERDECZNE PODZIĘKOWANIA
PANI URSZULI TKACZYK-
WOJEWÓDZKIEMU KOORDYNATOROWI
SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE
ZA ŻYCZLIWOŚĆ I OGROMNE WSPARCIE
MERYTORYCZNE I FORMALNE
W ZAKRESIE REALIZACJI ZADAŃ
SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE.**





Szkoła Podstawowa nr 1 w Olszynie funkcjonuje od 1945 roku, zajmuje budynek przy ulicy Wolności 17 b.

W szkole uczy się obecnie 217 uczniów, w 12 oddziałach. W placówce pracuje 23 nauczycieli, oraz 7 pracowników obsługi i administracji.

Misją naszej szkoły jest „uczenie przez doświadczenie i aktywne działanie”. Konsekwentne wdrażanie misji do codziennej pracy szkoły przyczynia się do kształtowania świadomości uczniów w zakresie twórczego podejścia do różnych potrzeb, w tym potrzeby dbania o szeroko rozumiane zdrowie i o zdrowy styl życia.

Nauka poprzez doświadczenie i aktywne działanie sprzyja rozwojowi szeroko rozumianej aktywności poznawczej uczniów, o czym świadczy udział w różnych programach zakończonych uzyskaniem stosownego certyfikatu, czy tytułu. Na przestrzeni ostatnich kilku lat zdobyliśmy m. in.:

- **Certyfikat Szkoły Wspierającej Uzdolnienia (po raz drugi),**
- **Wojewódzki Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie,**
- **Certyfikat Dobrze Zaprojektowanej Szkoły,**
- **Certyfikat Szkoły Przyjaznej Rodzinie,**
- **Certyfikat Szkoły Otwartej na Wielokulturowość,**
- **Certyfikaty Szkoły Dbającej o Bezpieczeństwo,**
- **Tytuł Szkoły Przyjaznej Uczniom przyznany w plebiscycie Gazety Wrocławskiej- dwa razy-w roku 2018 i 2022,**
- **Tytuł Naukowej Szkoły Ignacego,**
- **Tytuł Szkoły Odkrywców Talentów.**

<https://sp1olszyna.pl/certyfikaty/>

JAK STALIŚMY SIĘ SZKOŁĄ PROMUJĄCĄ ZDROWIE?

1. Realizacja działań na rzecz zdrowia- w ramach programu wychowawczego i programu profilaktycznego.

2. Pozyskanie informacji o koncepcji szkoły promującej zdrowie.

3. Refleksja i podjęcie decyzji przez społeczność szkolną o przystąpieniu do sieci szkół promujących zdrowie.

4. Zapoznanie społeczności szkolnej z koncepcją Szkoły Promującej Zdrowie. Stworzenie warunków, struktury dla realizacji działań Szkoły Promującej Zdrowie, wyznaczenie obszarów działania, określenie efektów- według zasad Szkoły Promującej Zdrowie.

5. Oficjalne zgłoszenie szkoły do Dolnośląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie- luty 2016 rok.



JAK STALIŚMY SIĘ SZKOŁĄ PROMUJĄCĄ ZDROWIE?

6. Realizacja przyjętych działań promujących zdrowie- diagnoza, planowanie działań, działania, ewaluacja. Angażowanie wszystkich podmiotów szkolnych, współpraca z instytucjami. Dokumentowanie działań według zasad Szkoły Promującej Zdrowie.

7. Złożenie wniosku o nadanie Wojewódzkiego Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie- październik 2019r.

8. Uzyskanie Wojewódzkiego Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie- listopad 2019 r. Kontynuacja działań promujących zdrowie i zdrowy styl życia według standardów i zasad Szkoły Promującej Zdrowie.

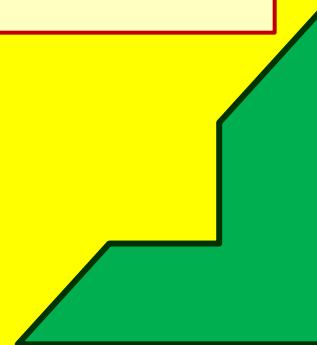
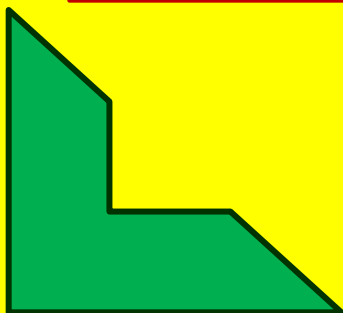


JAK PRACUJEMY NAD ZDROWIEM?

Mając na względzie fakt, iż promocja zdrowia jest procesem, umożliwiającym ludziom zwiększenie kontroli nad ich własnym zdrowiem i jego poprawę, koncentrujemy się na takich działaniach, które wyposażą odbiorców w wiedzę i umiejętności, zmieniające dotychczasowy styl życia i nawyki na prozdrowotne, połączone ze świadomością, że zdrowie jest wartością, o którą należy dbać i zabiegać.

Realizację dotychczasowych działań można podzielić na trzy etapy:

- 1.Działania prozdrowotne do lutego 2020 roku,
- 2.Działania od marca 2020 roku do lutego 2022 roku,
- 3.Działania od marca 2022 do chwili obecnej.



DZIAŁANIA PROZDROWOTNE DO LUTEGO 2020 ROKU

Rok szkolny 2018-2019

Problem priorytetowy:

- Integracja społeczności szkolnej, stwarzanie atmosfery sprzyjającej dobremu samopoczuciu i współpracy,**
- Upowszechnianie idei szkoły promującej zdrowie wśród społeczności szkolnej**

Wybrane działania:

- Utworzenie strefy ciszy/relaksu,**
- Realizacja działań zaplanowanych w ramach ogólnopolskiego programu-konkursu- „Być jak Ignacy”- zadania poświęcone Kazimierzowi Funkowi**
- opracowanie, wdrożenie i realizacja „Bieg po zdrowie z przyjemnością”**

PROGRAM „BYĆ JAK IGNACY”- BLOK TEMATYCZNY KAZIMIERZ FUNK

- Kazimierz Funk - polski odkrywca witamin
- Witamina źródłem naszego zdrowia.
- Dlaczego warto jeść owoce i warzywa?
- O witaminach wszystko wiem!

Działania towarzyszące:

- Owocowy dzień
- Wystawa „ZIMOWY STRAGAN WITAMINOWY”
- Wystawa „ZIOŁA NASZEJ KUCHNI”
- Wizyta w aptece
- Konkurs wiedzy o witaminach



INNOWACJA „BIEG PO ZDROWIE Z PRZYJEMNOŚCIĄ”

- 1. Opracowanie, wdrożenie i realizacja projektów edukacyjnych w zespołach klasowych.**
- 2. Wykonanie gazetki ściennej w klasie „Bieg po zdrowie z przyjemnością”.**
- 3. Wystawa „Zdrowie w książkach i ulotkach”.**
- 4. Szkolenie dla rodziców.**
- 5. Szkolenie dla Rady Pedagogicznej oraz innych pracowników szkoły- „Jak dbać o zdrowie psychiczne?”**
- 6. Spotkania z ekspertami- Targi zdrowia (ortodonta, logopeda, pielęgniarka, pediatra, inspektor ds. oświaty zdrowotnej i promocji zdrowia, położna, dietetyk, prezes Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym „Amazonki”, psycholog, kosmetolog, fryzjer).**
- 7. Promocja zdrowia i zdrowego stylu życia- pośrednia, we współpracy z Przychodnią wielospecjalistyczna w Olszynie.**
- 8. Dzień dla zdrowia, podsumowanie i zakończenie innowacji, gra terenowa.**



Obszary tematyczne innowacji :

- rozwijanie umiejętności wychowawczych w zakresie programowania własnego rozwoju, kształtowania nawyków dbania o zdrowie,
- prowadzenia zdrowego stylu życia, w tym aktywności ruchowej,
- wykorzystanie edukacji rówieśniczej w kształtowaniu umiejętności wychowawczych uczniów, treści prozdrowotne wynikające z realizowanej podstawy przedmiotowej.

Innowacja dotyczy zajęć edukacji społecznej, zajęć wychowawczych wynikających ze Szkolnego programu wychowawczo - profilaktycznego, w tym programu szkoły promującej zdrowie, przyrody, biologii, wychowania do życia w rodzinie, wychowania fizycznego.

Nowatorstwo rozwiązań programowych, metodycznych, organizacyjnych

- udział podmiotów zewnętrznych, w tym rodziców, stowarzyszeń,
- zajęcia z ekspertami,
- praca uczniów metodą projektów z wykorzystaniem edukacji rówieśniczej,
- zajęcia w grupach zróżnicowanych wiekowo,
- zajęcia poza terenem szkoły,
- gra terenowa.

Efekty mierzalne:

- co najmniej 95% uczniów weźmie aktywny udział w innowacji,
- 100% nauczycieli oraz pracowników obsługi i administracji weźmie udział w szkoleniu,
- co najmniej 80% rodziców weźmie udział w szkoleniach,
- wystawa „Zdrowie w książkach i ulotkach”,
- gazetki ściennie „Bieg po zdrowie z przyjemnością” w klasach,
- artykuły na stronie internetowej szkoły poświęcone promocji zdrowia.



DZIAŁANIA PROZDROWOTNE DO LUTEGO 2020 ROKU

Rok szkolny 2019-2020

Problem priorytetowy:

- Integracja społeczności uczniowskiej,
- Utrwalanie wśród uczniów właściwych nawyków żywieniowych;
uświadamianie rodzicom roli odżywiania dla prawidłowego rozwoju dziecka;

Wybrane działania:

- Realizacja projektu „Niezwykłe przygody z kropelką wody”
- Realizacja działań wynikających z zewnętrznego programu „Wybieram zdrowie”.

DZIAŁANIA PROZDROWOTNE DO LUTEGO 2020 ROKU

Rok szkolny 2019-2020

Projekt „Niezwykłe przygody z kropelką wody”

PRZYGODA nr 1 - Woda, czyli co? H₂O

PRZYGODA nr 2 - Od źródła do kranu

PRZYGODA nr 3 - Co żyje w wodzie?

PRZYGODA nr 4 - Śladami zbiorników wodnych w gminie Olszyna i okolicy

PRZYGODA nr 5 -Woda i człowiek – pierwsze starcie

PRZYGODA nr 6 - Kto pracuje z wodą?

PRZYGODA nr 7 - Czy woda biega?

PRZYGODA nr 8 - „Wody, wody dla zdrowia i urody”

PRZYGODA nr 9- Śladami artystów, którzy zamknęli wodę w obrazie i muzyce, woda naturalnym rzeźbiarzem

PRZYGODA nr 10 -Woda i matematyka

PRZYGODA nr 11 - Czy istnieje przyjaźń człowieka z wodą ?

DZIAŁANIA PROZDROWOTNE DO LUTEGO 2020 ROKU

Rok szkolny 2019-2020

Projekt „Wybieram zdrowie”

- Udział Rady Pedagogicznej w szkoleniu prowadzonym przez eksperta-dietetyka na temat współczesnych problemów dzieci związanych z niewłaściwym odżywianiem - otyłości dzieci i młodzieży;
- Spotkanie rodziców z ekspertem-dietetykiem (problem otyłości dzieci i młodzieży) w ramach realizacji programu profilaktycznego "Wybieram zdrowie" ;



DZIAŁANIA PROZDROWOTNE OD MARCA 2020 ROKU DO LUTEGO 2022

Rok szkolny 2019-2020

Problem priorytetowy:

- Kształtowanie nawyków sprzyjających zdrowiu podczas nauki zdalnej;
- Wsparcie psychiczne uczniów, rodziców podczas nauki zdalnej;

Wybrane działania:

- działania podyktowane sytuacją nauki zdalnej,
- projekty edukacyjne, realizowane z wykorzystaniem komunikatorów internetowych, portali społecznościowych- szkolnego Fb.

DZIAŁANIA PROZDROWOTNE MARCA 2020 ROKU DO LUTEGO 2022 ROKU

Rok szkolny 2019-2020

- Opracowanie, wdrożenie i realizacja szkolnego projektu edukacyjnego „Bezpieczny Internet” (netykieta, bezpieczne korzystanie z komputera i Internetu)

- Wprowadzenie kart aktywności fizycznej ucznia

- Projekt skierowany do uczniów- Jak radzić sobie z izolacją rówieśniczą w czasie ogólnonarodowej kwarantanny?

- Projekt skierowany do rodziców-Świat realny kontra wirtualny, czyli dziecko wobec zagrożenia cyberprzemocą.

- Zorganizowanie Internetowej Grupy Wsparcia dla uczniów i rodziców

KRÓTKIE PROJEKTY I AKCJE

Cele:

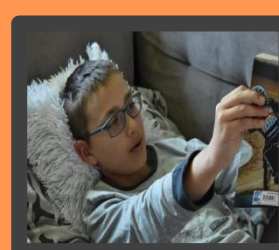
- Motywowanie uczniów do podejmowania aktywności poznawczej,
- wzmacnianie kondycji psychicznej uczniów

Nasi czworonożni przyjaciele

- Domowe uprawy warzyw- uprawy fasoli, rzeżuchy i szczypiorku
- Projektowanie i zakładanie domowych ogródków

„Podziel się swoją pasją”

Sportowe Mistrzostwa Szkoły W Skakaniu Na Skakance i Żonglerce
Piłką odbyły się w Dniu Dziecka



DZIAŁANIA PROZDROWOTNE MARCA 2020 ROKU DO LUTEGO 2022 ROKU

Rok szkolny 2020-2021

Problem priorytetowy:

- Kształtowanie nawyków sprzyjających zdrowiu podczas nauki zdalnej;**
- Motywowanie uczniów do podejmowania aktywności poznawczej,**
- Wzmacnianie kondycji psychicznej uczniów**

Ewaluacja zjawiska „Bezpieczeństwo psychospołeczne uczniów po powrocie do szkoły po okresie zawieszenia zajęć w roku szkolnym 2019/2020” w obszarze zjawiska cyberprzemocy – luty 2021

Badanie obciążenia psychofizycznego nauczycieli podczas pracy zdalnej – maj 2021

Wybrane działania:

- projekty, akcje realizowane z wykorzystaniem komunikatorów internetowych, portali społecznościowych- szkolnego Fb.

Zabawa z nauką, czyli jak się uczyć efektywnie?

Tajemnice i historie zamknięte w pamiątkach rodzinnych

Dobranocka z pluszakami

Wirtualna Galeria Szkolnych Artystów

Mikołajkowe wspomnienia

Asystenci Mikołaja

Bezpieczne ferie, czyli jak się zresetować i zregenerować swoje zdrowie fizyczne & psychiczne

Z Antonio Vivaldim przez cztery pory roku

Dbaj o Ziemię tak, jakby zawsze było jej święto!!!

Cudze chwalimy, ale swoje też chcemy poznać-polskie muzea

WNIOSKI Z OKRESU NAUKI I PRACY ZDALNEJ- OKRESU IZOLACJI SPOŁECZNEJ:

1. Zdalna forma nauki wyeliminowała z planów wiele działań wychowawczych i profilaktycznych, w tym działań promujących zdrowie i zdrowy styl życia; zasady reżimu sanitarnego uniemożliwiły spotkania ze specjalistami, z lokalnymi producentami żywności, wycieczki tematyczne; 
2. Wychowawcy, szkolni specjaliści, nauczyciele, dostosowywali sposób przekazu treści wychowawczych i profilaktycznych do poziomu percepcyjnego uczniów w warunkach nauki zdalnej.
3. Szczególną uwagę skoncentrowano na działaniach związanych z sytuacją nauki zdalnej i izolacją- bezpieczne korzystanie z Internetu, Cyberprzemoc, zasady zdrowego odżywiania się, zdrowie psychiczne, aktywność ruchowa.
4. Trudności z realizacją napotykały te treści, które dotyczyły relacji rówieśniczych, umiejętności społecznych, w tym umiejętności komunikowania się, rozwiązywania konfliktów. Portale społecznościowe nie są właściwą przestrzenią do realizacji tego typu treści.
5. Uczniowie, mimo zdalnego systemu nauki i pracy, angażowali się w działania wychowawcze i profilaktyczne, choć ich indywidualna aktywność w tym zakresie miała różną częstotliwość. 
6. Zaangażowanie uczniów można określić jako przeciętne; poziom aktywności okazał się niższy niż w roku szkolnym 2019-2020. Świadczy to o zmęczeniu psychicznym uczniów.
7. Obniżenie poziomu aktywności związane jest z niepewnością determinowaną przez sytuację panującą w kraju, zbyt długą izolacją i zbyt długo trwającym nauczaniem na odległość, zmieniającymi się wciąż obostrzeniami, zakazami, itp.
8. Działania na rzecz zdrowia psychicznego przyniosły pewne, oczekiwane efekty, ale nie są one jednak wysoko satysfakcjonujące w indywidualnym odniesieniu do ucznia. Dość duża grupa uczniów wycofała się z bieżącego, zdalnego życia szkoły, przejawiając obniżenie motywacji do podejmowania aktywności, obniżenie samooceny, brak sensu podejmowania działań.
9. Praca wychowawcza z uczniami prowadzona przez długi okres w systemie zdalnym nie sprzyja osiągnięciu pożądanej jakości i efektywności; obniża wręcz poziom umiejętności społecznych nabytych wcześniej przez uczniów. Nie sprzyja też kondycji psychofizycznej nauczycieli i rodziców.
10. Przeprowadzona ewaluacja zjawiska „Bezpieczeństwo psychospołeczne uczniów po powrocie do szkoły po okresie zawieszenia zajęć w roku szkolnym 2019/2020” w obszarze zjawiska cyberprzemocy” ujawniła wzrost liczby incydentów związanych z cyberprzemocą.
11. Badanie obciążenia psychofizycznego nauczycieli podczas pracy zdalnej wykazało, że praca zdalna była obciążeniem dla kondycji psychofizycznej nauczycieli; badani odczuwali dolegliwości fizyczne oraz objawy pogorszenia stanu psychicznego, które wskazują na epizody depresyjne lub subdepresyjne. Odczuwali także dyskomfort z powodu zatarcia granicy między życiem zawodowym a prywatnym, a także przy organizacji wypoczynku po dniu pracy. Największy wpływ na obciążenie psychiczne według ankietowanych miała nadmierna ilość czasu spędzanego przed komputerem, ograniczone relacje z uczniami, świadomość, że nie wszyscy uczniowie poradzą sobie z systemem nauki zdalnej, przekroczenie granicy prywatności nauczyciela przez rodziców.

DZIAŁANIA PROZDROWOTNE MARCA 2020 ROKU DO LUTEGO 2022 ROKU

Rok szkolny 2021-2022

Problem priorytetowy:

- Wzmacnianie kondycji psychicznej uczniów, nauczycieli, rodziców
- Integracja wewnętrzna zespołów klasowych, odbudowywanie relacji rówieśniczych

Wybrane działania:

- Zmiana charakteru niektórych imprez ze szkolnego na klasowy- Dzień Chłopaka, Mikołajki, klasowa wigilia, Walentynki, Dzień Dziewcząt, Dzień Dziecka;
wprowadzenie w działania wychowawcze bajek terapeutycznych

- Powrót do realizacji programu adaptacyjnego dla uczniów klas pierwszych
„Szkolni przyjaciele”

- Organizacja Nocy Nauki jako ogólnoszkolnego przedsięwzięcia- wycieczka w godzinach popołudniowo- wieczornych do zamku Grodziec; w grupach międzyklasowych

Realizacja innowacji pedagogicznej „Wszyscy dla wszystkich- każdy zawód jest ważny”

Zajęcia warsztatowe z psychoterapeutą -"Moje zdrowie psychiczne jest ważne - czy mój smutek powinien mnie niepokoić? Jak dbać o siebie, swoje emocje i relacje?

Szkolenie dla nauczycieli „Zdrowie psychiczne i stres nauczycieli”

Udział nauczycieli i pozostałych pracowników szkoły w uroczystościach szkolnych, spotkaniach integracyjnych,

Organizacja zajęć warsztatowych dla rodziców z psychoterapeutą- „Budowanie zdrowej relacji z dorastającym dzieckiem. Jak wspierać jego zdrowie psychiczne na drodze do stawania się szczęśliwym dorosłym?”

**Organizacja jesiennych rajdów w ramach cyklu „Turystyka łączy pokolenia”
(w soboty)**

Organizacja rodzinnych warsztatów wielkanocnych

Organizacja spotkania- niespodzianki dla rodziców- „Mamo, Tato, co Ty na to?”



DZIAŁANIA PROZDROWOTNE MARCA 2022 ROKU DO CHWILI OBECNEJ

ROK SZKOLNY 2022/2023

REKOMENDACJE

1. W roku szkolnym 2022/2023 należy kontynuować działania sprzyjające integracji, odbudowie relacji rówieśniczych, wsparciu psychicznemu uczniów.
2. Podejmować działania angażujące rodziców w życie szkoły, ułatwiające im pokonanie bariery nieśmiałości i oporu.
3. Wzmocnić działania sprzyjające dobrej atmosferze w pracy i relacjom między poszczególnymi grupami pracowniczymi w szkole.
4. Kontynuować działania promujące aktywność ruchową, dbałość o odporność organizmu i zdrowie.
5. Wzmocnić działania upowszechniające ideę szkoły promującej zdrowie wśród nowych uczniów i ich rodziców.

Problem priorytetowy:

- **właściwa postawa i kultura w relacjach rówieśniczych**



OCENY W POSZCZEGÓLNYCH STANDARDACH

Lp.	Standard	Średnia ocena	
		Przed pand. X 2019	Po pand. V 2023
1.	Koncepcja pracy szkoły, jej struktura i organizacja sprzyjają uczestnictwu społeczności szkolnej w realizacji działań w zakresie promocji zdrowia oraz ich skuteczności i długofalowości	4,8	4,9
2.	Klimat społeczny szkoły sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów	4,7	4,65
3.	Szkoła realizuje edukację zdrowotną i program profilaktyki dla uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz dąży do poprawy skuteczności działań w tym zakresie	4,9	4,8
4.	Warunki oraz organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz współpracy z rodzicami	4,58	4,8





DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

**Szkolny koordynator-
Iwona Obrębska**