

**Program Szkoły Promującej Zdrowie
w Zespole Szkół Specjalnych nr 4 w Krakowie
na lata 2021-2023
„W zdrowym ciele zdrowy duch”**

I Wstęp

Według Światowej Organizacji Zdrowia: „Zdrowie, to nie tylko brak choroby; to stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego organizmu. W ostatnich latach poszukuje się na świecie wspólnej płaszczyzny dla działań w zakresie profilaktyki i promocji zdrowia dzieci i młodzieży.” Nasza szkoła podejmuje od wielu lat działania promujące zdrowie. Edukacja zdrowotna jest ważnym elementem zarówno programu nauczania, wychowania oraz szkolnego planu profilaktyki. Bierzymy czynny udział w ogólnopolskich programach, projektach i kampaniach promujących zdrowy styl życia. Chcemy, aby nasza szkoła była przyjazna, bezpieczna i stwarzała warunki do wszechstronnego rozwoju całej społeczności szkolnej i pozaszkolnej.

Szkoła

- Jest środowiskiem, którego społeczność nie tylko uczy się i pracuje, ale także żyje -nawiązuje kontakty z innymi, przeżywa porażki i sukcesy, odpoczywa, bawi się itp. Szkoła jest więc miejscem, w którym społeczność ma nie tylko wywiązywać się z obowiązków, ale także powinna dobrze się czuć.
- Jest elementem środowiska lokalnego: oba te środowiska wzajemnie na siebie oddziałują.
- Jest miejscem, które przygotowuje młodych ludzi nie tylko do następnego etapu edukacji, ale również do życia, w tym do dokonywania „zdrowych” wyborów.

Promująca

- Tworząca warunki (fizyczne i społeczne), sprzyjające ochronie i pomnażaniu zdrowia.
- Umożliwiająca aktywne uczestnictwo społeczności szkolnej w działaniach na rzecz zdrowia.

Zdrowie

- Ma cztery wymiary: fizyczny, psychiczny, społeczny i duchowy, które powinny być w harmonii.
- Decyduje o jakości życia ludzi obok wykształcenia i warunków ekonomicznych

Obszarami naszych oddziaływań będzie promocja zdrowego odżywiania, aktywności fizycznej oraz zdrowia psychicznego. Program będzie realizowany w ciągu 3 lat.

II Cele programu

Cel ogólny:

Wychowanie człowieka świadomie dbającego o swoje zdrowie i kondycję fizyczną, psychiczną oraz troszczącego się o otaczające go środowisko przyrodnicze.

Cele szczegółowe:

- > propagowanie zdrowego odżywiania;
- > zwracanie uwagi na potrzebę dbania o własne zdrowie: prawidłowe odżywianie, higienę osobistą, zdrowie psychiczne, aktywność ruchową;
- > zapewnienie ciekawych form spędzania wolnego czasu;
- > propagowanie idei Szkoły Promującej Zdrowie wśród uczniów, nauczycieli i rodziców;
- > uświadomienie uczniom bezpośredniego wpływu stylu życia na wygląd zewnętrzny,

- > nabywanie umiejętności radzenia sobie ze stresem i agresją
- > propagowanie zdrowego stylu życia poprzez ograniczenie wykorzystania telefonu komórkowego na terenie szkoły
- > uświadamianie uczniom potrzeby dbania o całą planetę;
- > współpraca ze stowarzyszeniami i fundacjami w działania na rzecz Szkoły Promującej Zdrowie;

III Sposoby realizacji:

- > lekcje przedmiotowe;
- > lekcje wychowawcze:
- > warsztaty;
- > akcje ogólnopolskie: „Owoce dla każdego dziecka”, „Szkłanka mleka”;
- > cało roczne projekty edukacyjne: „Plastik nie taki fantastik, dajemy mu drugie życie”, „Jestem Wege – co to znaczy?”
- > spotkania profilaktyczno-edukacyjne ze specjalistami;
- > realizacja zajęć z hortiterapii w ogrodzie sensorycznym szkoły
- > Urban-farmy – podejmowanie prób hodowli warzyw i owoców w szkolnym ogrodzie
- > „Piję kawę i co dalej” – całoroczna akcja recyklingowa kapsułek po kawie (wykorzystanie jako nawóz, do tworzenia dekoracji, pomocy dydaktycznych, biżuterii)
- > zajęcia rozwijające aktywność fizyczną w ramach całorocznej pracy świetlicy szkolnej;
- > zajęcia rozwijające sprawność fizyczną (basen, hipoterapia);
- > zajęcia pozalekcyjne (bocce, piłka nożna, taniec itd);
- > wycieczki i spacer;
- > trening zastępowania agresji;
- > zawody sportowe;
- > współpraca z pedagogiem szkolnym, terapeutą, psychologiem, specjalistami

IV Realizatorzy i odbiorcy:

- > uczniowie szkoły podstawowej, SPP;
- > rodzice;
- > nauczyciele i pracownicy szkoły;
- > środowisko lokalne;

V Przewidywane efekty oddziaływań:

- > wzrost świadomości potrzeby dbania o zdrowie swoje i innych w zakresie prawidłowego odżywiania;
- > osiągnięcie zamierzonych celów zawartych w programie;
- > poprawa umiejętności współpracy, rozwiązywania konfliktów, podejmowania decyzji, negocjowania oraz radzenia sobie ze stresem;
- > wzbogacenie form współpracy z uczniami, rodzicami, nauczycielami i społecznością lokalną;
- > umiejętność planowania zdrowego stylu życia i podejmowania skutecznych działań w tym zakresie;

- > poprawa bazy estetyki i wyposażenia szkoły
- > poprawa relacji międzyludzkich, bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego uczniów.

VI Monitorowanie i ewaluacja programu

Ewaluacja programu będzie polegała na systematycznym monitorowaniu zaplanowanych zadań. Informacje niezbędne do ewaluacji pozyskiwane będą przez:

- > rozmowy, wywiady z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły;
- > obserwacje uczniów w różnych sytuacjach;
- > analizę dokumentów szkolnych;
- > ankiety;
- > analizę wytworów pracy uczniowskiej;
- > wymianę uwag, spostrzeżeń podczas spotkań zespołu Szkoły Promującej Zdrowie.

VII Dokumentacja programu:

- > informacje na stronie internetowej szkoły; facebook
- > zapisy w dziennikach lekcyjnych;
- > sprawozdania z podejmowanych działań bieżących;
- > sprawozdanie roczne na podsumowującej radzie pedagogicznej w czerwcu;

PLAN PRACY SZKOŁY PROMUJACEJ ZDROWIE NA ROK SZKOLNY 2023/2024

Zespół ds. SZKOŁY PROMUJACEJ ZDROWIE

Przewodnicząca: Agnieszka Haber-Stręk

Anna Kubik

Artur Haras

Katarzyna Kupecek

Agnieszka Machinko – Witek

Andrzej Głuszek

Justyna Marcisz

Anna Świeboda

Krystyna Wal

Projekt całoroczny pt.: **„Plastik nie taki fantastik, dajmy mu drugie życie”**

ma na celu przybliżenie uczniom tematyki tworzyw sztucznych, ich właściwości, znaczenie dla środowiska i człowieka oraz jak je eliminować i ponownie wykorzystywać, aby nie produkować kolejnych.

Projekt będzie realizowany w formie warsztatów stacjonarnych, gier edukacyjnych, wycieczek i warsztatów zewnętrznych.

W ramach projektu będzie realizowany:

projekt „Szopka krakowska z zakrętek” – K. Wal

Małopolski konkurs na Szopkę z tworzyw sztucznych – K. Kupecek i A. Machinko – Witek

Program Kreatywne prace plastyczne – A. Machinko - Witek

Zbiórka materiałów (jeansu, firanek itp.) – szycie toreb na zakupy – A. Świeboda

Lp.	ZADANIA	TERMIN	ODBIORCY	ODPOWIEDZIALNI				
				Przedszkole	Kl. 1-3a,b i d	Kl. 4-8 a, b	Kl. 4-8 d, e, f,	Kl. 1-3 SPP
1.	Skala problem, czyli ile plastiku jest w naszych domach?	Wrzesień	Uczniowie, nauczyciele, rodzice	Wychowawcy	Wychowawcy	Wychowawcy	Wychowawcy	Wychowawcy
2	Jakie mogą być tworzywa?	Październik	Uczniowie, nauczyciele,	Anna Kubik	J. Marcisz, Wychowawcy	A. Haber – Stręk, A. Głuszek, Wychowawcy	A. Machinko- Witek, K. Kupecek, Wychowawcy	A. Haber – Stręk, Wychowawcy
3	Co robić z odpadami tworzyw?	Grudzień	Uczniowie, nauczyciele,	Anna Kubik	J. Marcisz, Wychowawcy	A. Haber – Stręk, Wychowawcy	A. Machinko- Witek, K. Kupecek, Wychowawcy	A. Haber – Stręk, Wychowawcy
4	Tworzywa sztuczne i żywność	Luty	Uczniowie, nauczyciele,	Anna Kubik	J. Marcisz, Wychowawcy	A. Haber – Stręk, A. Głuszek, Wychowawcy	A. Machinko- Witek, K. Kupecek,	A. Haber – Stręk, Wychowawcy
5	Tworzywa sztuczne i hobby	Kwiecień	Uczniowie, nauczyciele,	Anna Kubik	J. Marcisz, Wychowawcy	A. Haber-Stręk, A. Głuszek, Wychowawcy	A. Machinko- Witek, K. Kupecek, Wychowawcy	A. Haber- Stręk, Wychowawcy
6	Podsumowanie projektu	Czerwiec	Uczniowie, nauczyciele,	Anna Kubik	J. Marcisz, Wychowawcy	A. Haber – Stręk, A. Głuszek, Wychowawcy	A. Machinko- Witek, K. Kupecek, Wychowawcy	A. Haber – Stręk, Wychowawcy