

Sprawozdanie z realizacji Szkoły Promującej Zdrowie II półrocze rok szkolny 2023/2024

W ramach szkoleń, prelekcji i konferencji nauczyciele wzięli udział m. in. na platformie Centrum Kompetencji Vulkan, w następujących szkoleniach: I Pomoc Przedmedyczna, Procedura Niebieskiej Karty, Czy nie lepiej jest „doceniać a nie oceniać- jak to zrobić?” oraz odbyło się szkolenie pani pielęgniarki „Dziecko z padaczką w szkole”, Dla rodziców, w ramach wywiadówek zorganizowano następujące prelekcje:
10.04.24r – „Standardy Ochrony Dzieci przed krzywdzeniem obowiązujące w naszej szkole – prowadzone przez wychowawców
09.01.24r – „bezpieczeństwo uczniów podczas ferii zimowych oraz pogadanka nt: kontroli dzieci przez rodziców po lekcjach w czasie wolnym – również przez wychowawców

W ramach współpracy z ROME „Metis” w Katowicach koordynatorzy PZ wzięli udział w kontynuacji projektu „Schody Zdrowia” a w konsekwencji udział koordynatorów z naszej szkoły w superwizjach z koordynatorami projektu. Ponadto, wzięli udział w Międzynarodowym Webinarze, poświęconemu Physically Active learning, czyli połączenia nauki z aktywnością fizyczną oraz w webinarium o Rozwoju emocjonalnej wśród dzieci i młodzieży szkolnej.

Organizowanie akcji charytatywnych ogólnoszkolnych:

- Zakończyliśmy akcję „Góra grosza”, zbiórkę baterii i plastikowych nakrętek (akcja zorganizowana dla ucznia naszej szkoły),
- Zbiórka słodyczy z okazji Dnia Dziecka, dla dzieci ze szpitali onkologicznych w Zabrze i Chorzowie,

W ramach działań proekologicznych :

- Udział w akcji „Sprzątanie Świata”,
- Szereg działań, akcji, warsztatów mających na celu promowanie ekologicznego styl życia podczas Dni Kultury ph: „Zero Waste”, W tym, dla wszystkich klas 1-8, odbyły się:
 - Warsztaty z Danutą Muras z CEE w Skoczowie - malowanie toreb, robienie świeczek z wosku pszczelego
 - Udział w warsztatach z fundacją ekologiczną „Arka” z B-B, oraz w warsztatach „Czym jest Zero West”.
 - Akcja wymiany książek „Bookcrossing”,
 - Pokaz eko-mody oraz robienie eko-instrumentów
 - Dodatkowo w kl.1 przygotowanie prac plastycznych na konkurs "Mamy misję: zatrzymać niską emisję" (org. CEE w Skoczowie) oraz realizacja projektu "Misja: czyste powietrze" (org.przez ESA)
 - Udział klas 1-3 w apelu o tematyce ekologicznej nawiązujący do projektu „ESA”,
 - Dodatkowo w kl. 2a – cykl zajęć – nt: „ Dbamy o nasze środowisko” oraz udział w żywej lekcji biologii,

Dbając o zdrowie psychiczne i fizyczne uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły i rodziców, zorganizowano:

I. –

- przeprowadzono trzecią edycję i zakończono Turniej Badmintona, z udziałem uczniów i rodziców,
- udział uczniów w różnorodnych gminnych zawodach sportowych,
- w okresie letnio-jesienno-zimowym (zwłaszcza uczniowie klas 1-3, i świetlica) mieli okazję spędzać przerwy na świeżym powietrzu,
- klasy 1-3 często wychodziły na spacer po najbliższej okolicy szkoły,
- w ramach Biesiady Rodzinnej zorganizowano zabawę terenową „Bieg na orientację” dla uczniów i rodziców,
- w klasach IV-tych zorganizowano ogniska klasowe z udziałem rodziców, uczniów i wychowawców, gdzie dodatkowo w kl. 4a przeprowadzono zabawę biegową i tańce integracyjne, a w klasie 4b połączono ognisko z rajdem rowerowym,
- w ramach I Dniach Wiosny – zorganizowano tańce na placu apelowym oraz bieg sztafetowy z Marzanną wokół szkoły,
- W ramach Tygodnia Zdrowia : Odbył się Rajd ogólnoszkolny ph; „Dzień bez samochodu” z udziałem klas 4-8 , trasa Ustroń Zdrój - Równica, kl. 1-3 wyruszyły na spacer po okolicach Pierścica
- w ramach udziału szkoły w Dniu Dziecka, kl. 1-3 – zorganizowały zabawy i zawody ruchowe, natomiast kl. 4-8, wzięły udział w Szkolnej Spartakiadzie LA
- organizacja Pikniku szkolnego, w ramach którego klasy z wychowawcami i nauczycielami: spędzili aktywnie czas na świeżym powietrzu, organizowali krótkie spacery oraz grali w gry dydaktyczne.
- prelekcja dzielnicowego, nt: bezpieczeństwa podczas wszelkiej aktywności wakacyjnych.

II. W ramach dbania o prawidłową postawę naszych uczniów:

- prowadzono zajęcia z gimnastyki korekcyjnej w klasach 1-3, oraz krótkie instruktaże ćwiczeń domowych i omówienie wady postawy ciała dla chętnych rodziców z propozycją ćwiczeń domowych,
- cała kl. 8 i 6 wzięła udział w kolejnych warsztatach zorganizowanych w ramach projektu „Schody Zdrowia” nt: "Edukacja w zakresie objawów, przyczyn i sposobów reagowania w przypadkach depresji nastoletniej" oraz „Profilaktyka nowotworowa”.
- w ramach powyższego projektu przeprowadzono badania postawy ciała dla chętnych uczniów kl. 1-3 przez pracowników Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, oraz krótkie warsztaty dla chętnych rodziców ph: „Mój zdrowy kręgosłup”. Omówiono m.in prawidłową technikę siedzenia, leżenia oraz zasady właściwego pakowania plecaków do szkoły,
- pomiar wzrostu uczniów i dostosowanie wysokości stolików do ich wzrostu,
- udział niektórych klas w ćwiczeniach śródlekcyjnych, dbając o prawidłową postawę ciała w szkolnej ławce, zwłaszcza w kl. 4 a

III. Realizacja PZ w klasach 1-3 w ramach zajęć zintegrowanych:

- udział w programach „Owoce i warzywa w szkole”, „Szkłanka mleka”, fluoryzacja zębów,
- wspólne spożywanie II śniadań przy herbacie,
- przygotowywanie sałatek owocowych,
- W ramach Dni Nauki w kl. 1-3 przeprowadzono pokaz udzielania I pomocy przedmedycznej, podczas którego uczniowie mieli okazję przeciwżyć w praktyce resuscytację krążeniowo-oddechową na fantomie,
- w kl. 1 – tematy związane z bezpieczeństwem wynikające z programu zajęć, realizacja programu „Akademia Bezpiecznego Puchatka”,
- w kl. 2 a – ze względu na obecność w zespole klasowym uczniów z niepełnosprawnością ruchową zwracano uwagę na bezpieczeństwo podczas zajęć zintegrowanych, przerw oraz zajęć wychowania fizycznego,

W klasach 4-8 tematyka z zakresu PZ, przedstawia się następująco:

- W ramach Tygodnia Zdrowia – w klasach 1-8 przeprowadzono prelekcję pani pielęgniarki szkolnej, nt: „Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy”,
- ponadto, w kl. 4-8, odbyła się prelekcja połączona z aktywnym pokazem, instruktora personalnego i instruktora fitness , Roberta Gwóźdź nt: „Doboru odpowiednich ćwiczeń do konkretnych partii mięśniowych”
- w klasach 4-8 odbyły się zajęcia profilaktyczne nt: „Jak filmiki z TikToka wpływają na nasz mózg?”, „Pokolenie alfa – jak radzimy sobie z ekranami”.
- w kl. 4a każda lekcja wychowawcza rozpoczynała się zabawą integracyjną zaproponowaną przez uczniów lub nauczyciela, natomiast tematyka na l. wych. to m.in.: „Nauczmy dzieci wartości – odwaga, odpowiedzialność” (zajęcia prowadzone techniką dramy), wspólne przygotowywanie się do wszystkich przedsięwzięć klasowych, uroczyste obchodzenie urodzin, analiza mocnych i słabych stron klasy. Ponadto, akcją ph: Jedzmy zdrowo! Klasa przygotowała wiosenne kanapki na II śniadanie. Omówiła temat „Jak nie marnować jedzenia”.
- ponadto, w kl. 4a rozmowa na temat przesłania sztuki teatralnej, która opowiadała o trudnych relacjach dziecko – rodzic w depresji; jak wyjść z tej choroby, której symbolem jest gęstwina poplątanych włosów mamy, rozmowa na podstawie sztuki teatralnej „Włosy mamy”, w której uczestniczyły klasa 4 i 5.
- w kl. 4b – pogadanka nt: „jak powitać, przyjąć i zaakceptować nową koleżankę w klasie”, oraz w pracy warsztatowej opracowano Model Zdrowego Stylu Życia.

Kształtując wśród uczniów umiejętności wzajemnego poszanowania i tolerancji, ograniczenia negatywnych zachowań:

- we wszystkich klasach zapoznanie się z procedurami Polityki Ochrony Dzieci przed Krzywdzeniem obowiązujące w naszej szkole,
- na co dzień zwracanie uwagi na kulturę słowa i szybkie reagowanie na zaistniałe konflikty, zwłaszcza w relacjach uczeń-uczeń
- w klasie 2 a przeprowadzono rozmowy na tematy zdrowotne koleżanki i kolegi związanych z ich niepełnosprawnością,

Współpraca z rodzicami odbywała się w następujący sposób:

- rozmowy indywidualne, kontakty przez dziennik elektroniczny,
- w niektórych klasach organizacja spotkań w ramach wywiadówek, przy ciastku i kawie, przy okrągłym stole,

Sprawozdania organizacji Uczniowskich:

Zadania wynikające z realizacji programu STTK zostały ujęte w punkcie „Dbanie o zdrowie fizyczne i psychiczne uczniów.....”

