

**PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA
SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 11
W ZESPOLE EDUKACYJNYM NR 9 W ZIELONEJ GÓRZE
NA ROK SZKOLNY 2024/2025**



PRIORYTETY NA ROK SZKOLNY 2024/2025

1. Przeciwdziałanie hałasowi - podniesienie świadomości całego środowiska szkolnego w zakresie szkodliwego wpływu hałasu na zdrowie człowieka.
2. Działania profilaktyczne przeciwdziałające powstawaniu wad postawy z uwzględnieniem akcji "Lekki plecak"

3. Stosujemy zasady zdrowego stylu życia na co dzień.
4. W naszej szkole jest bezpiecznie (wspieramy uczniów w wieku adolescencji).
5. Przeciwdziałamy agresji i przemocy, również w cyberprzestrzeni.
6. Jesteśmy kulturalni na co dzień (integracja i koleżeństwo).
7. Jesteśmy otwarci na wielokulturowość.

Harmonogram realizacji Programu Szkoły Promującej Zdrowie na rok szkolny 2024/2025

Lp.	Nazwa zadania / sposób realizacji	Kryteria sukcesu	Koordynatorzy i osoby odpowiedzialne	Termin realizacji	Uwagi dotyczące realizacji
1.	Akcja „Bezpieczny powrót do szkoły”: - pogadanki z wychowawcami, - praktyczna nauka przechodzenia przez jezdnię, - niebezpieczne miejsca na terenie szkoły, przedszkola, - quizy, krzyżówki, konkursy plastyczne.	Wychowanek/uczeń zna zasady bezpiecznego zachowania się w ruchu drogowym. Wychowanek/uczeń zna zasady bezpieczeństwa obowiązujące w domu, w przedszkolu/szkole, na przedszkolnym/skolnym placu zabaw, zna miejsca niebezpieczne w szkole.	W. Woś Wychowawcy klas oraz wychowawcy świetlicy	3 września 2024	
2.	Przeprowadzenie ankiety dotyczącej natężenia hałasu w szkole.	Uczniowie potrafią wskazać miejsca o zbyt dużym natężeniu hałasu w szkole. Uczniowie mają świadomość o szkodliwym działaniu hałasu na ich zdrowie.	E. Domagała M. Czajka-Gulczyńska	Październik 2024	

3.	Badanie samopoczucie uczniów klas 1-3	Przeprowadzenie ankiety dotyczącej samopoczucia i dobrostanu uczniów.	K. Jarzębska-Hryno H. Kurmanajevska Zespół pomocy psych.-ped.	Wrzesień 2024r.	
4.	„Szkoła bezpiecznym miejscem nauki, zabawy i wypoczynku“: - stworzenie odpowiednich warunków do nauki, zabawy i odpoczynku dla uczniów klas pierwszych oraz uczniów klas IV i VIII.	Uczniowie klas pierwszych i czwartych szybciej adaptują się do warunków szkolnych.	Wychowawcy klas I, IV, wychowawcy świetlicy	Wrzesień/październik 2024	
5.	Poznajemy zasady bezpiecznej ewakuacji z budynku szkolnego w reżimie sanitarnym (zajęcia praktyczne w klasach I-VIII).	Uczeń zna zasady bezpiecznego poruszania się po szkole, czuje się bezpiecznie w szkole. Uczeń potrafi bezpiecznie przejść drogę ewakuacji i właściwie zachować na miejscu zbiórki.	Wychowawcy klas, specjalista BHP.	Wrzesień 2024	
8.	Aktywny powrót do szkoły “Mały mistrz”	Uczeń uczestniczy w formach aktywności fizycznej w sali gimnastycznej i na boisku szkolnym.	M. Gierasimowicz T. Witosławski D. Kurzawa J. Drozd	Cały rok	
9.	Zajęcia taneczne.	Uczeń poznaje układy taneczne i potrafi je realizować. Potrafi improwizować ruch do danej muzyki. Kształci umiejętność poczucia rytmu i swobody ruchu. Potrafi efektywnie współdziałać w grupie.	P. Prządka	Cały rok	
10.	“Aktywny do kwadratu”	Uczeń uczestniczy w zajęciach sportowych dba o swoją sprawność fizyczną.	P. Prządka Ł. Dzikowski	Cały rok	

10.	„Biegi przełajowe“ – lekkoatletyka dla każdego. Wykorzystanie terenu naturalnego.	Uczeń uczestniczy w formach aktywności fizycznej na świeżym powietrzu.	J.Drozd J.Koszela Nauczyciele WF	Wrzesień/październik 2024	
11.	Przesiewowe badania logopedyczne w oddziałach przedszkolnych i klasach pierwszych.	Zdiagnozowanie stanu mowy u nowych wychowanków/uczniów przedszkola i szkoły, zakwalifikowanie do terapii logopedycznej.	<u>B. Wziętek</u> A.Kołątaj	Wrzesień 2024	
12.	Badanie przesiewowe w klasach pierwszych pod kątem ryzyka dysleksji, sprawdzenie dojrzałości szkolnej dziecka sześciolatniego.	Wyłonienie uczniów do zajęć korekcyjno - kompensacyjnych.	<u>M.Luch</u> , B. Kosowicz	Wrzesień 2024	
13.	Projekt „Tydzień szczęścia w szkole”	Przeżywanie pozytywnych emocji, wzmacnianie relacji, odkrywanie mocnych stron, talentów.	<u>A.Harla</u> <u>B.Wziętek</u> <u>K. Jarzębska-Hryno</u> <u>M. Luch</u>	Wrzesień 2024	
14.	Profilaktyka przeciw próchnicy Fluoryzacja.	Uczniowie poznają techniki szczotkowania zębów i wyrabiają właściwe nawyki higieniczne dotyczące jamy ustnej.	<u>K. Chodkiewicz</u> Wychowawcy przedszkola i klas	Cały rok szkolny	
15.	Analiza i ocena zdrowia nowych członków społeczności przedszkolnej/szkolnej.	Diagnoza stanu zdrowia uczniów/wychowanków i objęcie ich opieką medyczną.	<u>K. Chodkiewicz</u> Wychowawcy klas I	Wrzesień 2024	
17.	Akcja „Psu na budę” – pomoc zwierzętom ze schroniska, zbiórka karmy i potrzebnych darów na rzecz zwierząt w reżimie sanitarnym.	Uwrażliwienie wychowanków na pomoc zwierzętom. Rozwijanie empatii wśród przedszkolaków i uczniów.	<u>J.Klose</u>	Wrzesień/listopad 2024	

18.	Kształtowanie nawyku regularnego, kulturalnego i zdrowego spożywania posiłków . Realizacja programu dla szkół: „ Program dla szkół”, „Owoce i warzywa w szkole” dla klas I-V.	Uczeń cicho i kulturalnie spożywa zdrowe posiłki w stołówce. Potrafi przygotować posiłek, dobierając zdrowe składniki.	<u>I. Sobków</u> wychowawcy klas I-V pracownicy obsługi, wychowawcy świetlicy	Cały rok	
19.	Uczniowie z niepełnosprawnościami w naszej szkole: - pogadanki w klasach nt. obecności dzieci z niepełnosprawnościami w szkole, - udział uczniów z niepełnosprawnościami w konkursach szkolnych i międzyszkolnych.	Uczniowie uczą się współdziałać z osobami z niepełnosprawnością.	<u>A.Jokiel</u> Wychowawcy klas integracyjnych, zespół ds. pomocy psychologiczno-pedagogicznej, nauczyciele świetlicy, terapeuci	Cały rok	
20.	Uczniowie innej narodowości w naszej szkole: - pogadanki w klasach: - wystawy dotyczące różnych kultur i tradycji, - organizacja dodatkowych zajęć z j. polskiego.	Uczeń zna tradycje i kulturę innych narodów. Uczeń jest tolerancyjny wobec osób o innej narodowości.	Wychowawcy klas. Wychowawcy świetlicy	Cały rok	
21.	Nauka pływania w klasach II.	Uczeń opanowuje umiejętność pływania.	<u>K. Skurzyńska</u> Wychowawcy klas, instruktorzy nauki pływania, rodzice	Cały rok	
22.	Ogólnoszkolna zbiórka surowców wtórnych: zakrętki, baterie.	Uczeń dba o ekologię.	<u>J. Klose</u> nauczyciele biblioteki	Cały rok	

23.	Segregacja odpadów: - pogadanki na lekcjach wychowawczych, - filmiki edukacyjne, - konkursy plastyczne.	Uczeń opanowuje umiejętność segregacji odpadów, jako podstawę działań związanych z recyklingiem. Uczeń poznaje cel recyklingu, wie że w ten sposób chroni nasze środowisko naturalne oraz ogranicza składowiska śmieci.	Wychowawcy klas, wychowawcy świetlicy	Cały rok	
24.	Trening słuchowy Tomatisa, trening słuchowo-głosowy Forbrain oraz Biofeedback prowadzony z uczniami z różnymi dysfunkcjami, praca z uczniami metodą Warnkego.	Poprawa wymowy i płynności mówienia, koncentracji, stanu emocjonalnego, otwarcie dróg do efektywniejszego uczenia się.	<u>B. Wziętek</u> M. Luch A.Kołątaj	Cały rok	
25.	Dopasowanie ławek i krzeseł do wzrostu wychowanków/uczniów – profilaktyka wad postawy.	Wychowanek/uczeń potrafi prawidłowo siedzieć w ławce, potrafi dobrać rozmiar ławki i krzesła do wzrostu.	Wychowawcy klas I-VIII, p.woźny	Wrzesień 2024	
26.	Akcja „Zbieranie kasztanów” – zbiórka kasztanów na rzecz potrzebujących dzieci	Uwrażliwienie uczniów na potrzeby innych.	E. Obuchowicz A. Harla	Wrzesień – październik 2024	
27.	Akcja „Lekki plecak” – z podkreśleniem roli wody w życiu człowieka. Prezentacja dla rodziców dotycząca „Lekkiego plecaka”.	Uczeń potrafi spakować plecak tak, by zabrać to, co niezbędne, świadomie korzysta z szafek szkolnych.	<u>P. Skulska</u> zespół promocji zdrowia, K. Chodkiewicz A. Jokiel B. Wziętek J. Koszela P. Prządka W. Woś	od października 2024 do czerwca 2025	
28.	Świetlicowa Olimpiada Sportowa	Uczeń uczestniczy w różnorodnych formach aktywności fizycznej	J. Koszela Ł. Dzikowski P. Prządka	Październik 2024	

29.	Dzień Edukacji Narodowej 14.10.2023: - integracja pracowników przedszkola i szkoły oraz pracowników administracji. - wyjście do filharmonii	Integracja zespołu, tworzenie przyjaznego klimatu pracy dla wszystkich pracowników szkoły.	L. Dubniewska	Wrzesień 2024	
30.	Akcja „Paczka dla Ciapka“: - zbiórka karmy dla zwierząt, kocy dla schroniska	Uczeń jest wrażliwy na los zwierząt.	<u>P. Skulska</u> J. Klose	Październik 2024	
31.	Dzień Życzliwości: - dzień dobrych uczynków i pozytywnych emocji.	Uczeń integruje się z rówieśnikami z różnych grup wiekowych. Przejawia oznaki: życzliwości i koleżeństwa wobec innych dzieci, gotowości pomocy, chęci służenia innym, empatii.	<u>B. Chwiałkowska</u> <u>J. Czaińska</u>	Listopad 2024	
32.	Światowy Dzień Niepełnosprawnych.	Uczeń jest wrażliwy na ograniczenia kolegów wiążące się z niepełnosprawnością.	<u>A. Jokiela</u> n-le wspomagający	Grudzień 2024	
33.	Konkurs dla uczniów klas 1-3, „Pomagamy, nie czekamy”	Uczeń dba o integrację z osobami niepełnosprawnymi, uwrażliwia otoczenie na pomoc innym.	B. Wziętek	Grudzień 2024	
34.	Akcja „Góra Grosza” – zbiórka pieniędzy dla dzieci z Rodzinnych Domów Dziecka.	Uczeń/wychowanek jest wrażliwy na potrzeby innych. Potrafi dzielić się z potrzebującymi.	<u>J. Klose</u>	Grudzień 2024	
35.	Sprzedaż kalendarzy ze schroniska dla zwierząt.	Pozyskiwanie funduszy na szczepienia ochronne dla zwierząt.	<u>J. Klose</u> <u>I. Purowska</u>	Grudzień 2024	

36.	Bale karnawałowe dla oddziałów uczniów klas I-III i dyskoteki karnawałowe dla uczniów klas IV-VIII.	Wychowanek/uczeń ubiera się pomysłowo i stosownie do sytuacji. Wychowanek/uczeń w sposób kulturalny bawi się z rówieśnikami.	M. Blachowska Wychowawcy klas	Styczeń 2025	
37.	Akcja „Ferie w szkole“.	Uczeń aktywnie i bezpiecznie wypoczywa podczas ferii zimowych.	Wychowawcy świetlicy, nauczyciele przedmiotowcy, asystenci nauczycieli	Styczeń 2025	
38.	Pogadanki na temat higieny jamy ustnej w oddziałach przedszkolnych i klasach I-III.	Uczeń systematycznie dba o higienę jamy ustnej i nabywa nawyków higienicznych.	K. Chodkiewicz nauczyciele grup przedszkolnych i klas I-III	Marzec 2025	
39.	Dzień Otwartych Drzwi.	Środowisko lokalne poznaje działalność Zespołu Edukacyjnego nr 9 jako Szkoły Promującej Zdrowie.	Zespół promocji zdrowia, nauczyciele, pracownicy szkoły, Dyrektor, wychowawcy świetlicy	Marzec / Kwiecień 2025	
40.	Konkurs plastyczny na projekt znaczka dla klas IV-VIII	Uczeń rozumie potrzebę krzewienia kultury zdrowia.	P.Flis	Marzec 2025	
41.	Szkolny Konkurs Recytatorski	. Uczeń dba o poprawną artykulację i właściwy tok wypowiedzi prezentowanych tekstów.	B.Wziętek A.Kołątaj	Marzec 2025	

42.	Wiosenny spacer z Marzanną połączony z poszukiwaniem oznak wiosny.	Wychowanek/uczeń zna tradycje, obcuje z przyrodą.	<u>P.Skulska</u> <u>J.Koszela</u> , Ż. Raczyńska wychowawcy świetlicy	Marzec 2025	
43.	Dzień Kolorowej Skarpetki – prezentacja na temat dzieci z zespołem Downa, - akcja fotograficzna na FB szkoły.	Uczeń jest wrażliwy na ograniczenia kolegów wiążących się z niepełnosprawnością umysłową.	<u>P.Skulska</u> nauczyciele, wychowawcy świetlicy , SU	Marzec 2025	
44	Światowy Dzień Autyzmu -filmy, pogadanki, gazetki.	Uczeń poznaje i rozumie trudności osoby z autyzmem w funkcjonowaniu i postrzeganiu świata.	<u>M.Mielczarek</u> <u>A. Harla</u> <u>A. Nogajczyk</u> Zespół pomocy psychologiczno-pedagogicznej	Kwiecień 2025	
45.	DNI ZDROWIA 9-11. 04. 2025 Współpraca ze słuchaczami ZSiPKU.	Uczeń zdobywa wszechstronną i rozległą wiedzę nt. dbania o zdrowie.	Zespół promocji zdrowia	Kwiecień 2025	
46.	Hałas szkodzi zdrowiu – Konkurs plastyczny – komiks, klasy I-III	Uświadomienie negatywnych wpływów hałasu na samopoczucie i zdrowie człowieka.	<u>P. Skulska</u> <u>D. Lesińska</u> Wychowawcy świetlicy	Kwiecień 2025	
47..	Sportowy turniej dla klas integracyjnych 1-3	Uczeń jest tolerancyjny	Nauczyciele wspomagający, wychowawcy klas	Kwiecień 2025	

48.	Turniej sportowy dla klas I – III „Biegam, bo lubię”	Uczeń aktywnie spędza czas na świeżym powietrzu, rywalizuje z rówieśnikami	<u>P. Prządka</u> <u>Wychowawcy świetlicy</u>	Czerwiec 2025	
49.	Turnieje sportowe z zadaniami uwzględniającymi wiedzę o zdrowiu klas IV-VIII Turniej sportowy „Sport to sposób na zdrowy styl życia” klas I - III	Uczeń ma szeroką wiedzę nt. potrzeby i umiejętności dbania o zdrowie.	<u>J. Drozd</u> <u>D. Kurzawa</u> <u>nauczyciele w-f</u> J.Koszela, P. Skulska, P.Prządka	Kwiecień 2025 Kwiecień 2025	
50.	Konkurs dla klas V – „W zdrowym ciele – zdrowy duch”.	Uczeń ma wszechstronną wiedzę nt. dbania o zdrowie i potrafi ją zastosować w praktyce.	<u>J. Kloś</u>	Kwiecień 2025	
51.	Muzyczne przerwy dla kl. I – III w ramach Dni Zdrowia	Aktywizacja ruchowa podczas przerw uczniów klas I- III	<u>P. Prządka</u> <u>I. Puszkiewicz</u>	Kwiecień 2025	
52.	Dzień Ziemi 22.04.2025 -wycieczki tematyczne, - konkurs „Eko-zabawka” dla klas I-III, - konkurs „Listy do Ziemi“ kl. IV-VIII.	Wychowanek/uczeń widzi potrzebę dbania o swoje środowisko i wdraża w swoje życie poznane zasady (np. segregacja śmieci).	<u>J. Kloś</u> P.Skulska nauczyciele przyrody, biologii, wychowawcy klas, wychowawcy świetlicy	Kwiecień 2025	

53.	Konkurs na napisanie rymowanki logopedyczne: „Tu jest pięknie i wesoło, Kocham Ciebie moja szkoła“.	Uczeń dostrzega walory szkoły, cieszy się otoczeniem i najbliższymi przyjaciółmi.	<u>B. Wziętek</u>	Kwiecień 2025	
54.	„Kiedy wiosna buchnie majem” - konkurs plastyczny kl. I -III	Uczeń bierze udział w spacerach i wycieczkach z rodziną, aktywnie spędza czas wolny na obserwowaniu przyrody i tworzeniu pracy plastycznej.	J. Ławrynowicz	Czerwiec 2025	
55.	Konkurs przyrodniczo-sportowy dla klas II „Omnibus przyrodniczy”.	Uczeń poszerza wiedzę o otaczającym środowisku przyrodniczym, aktywnie bawi się w grupie.	<u>J. Woźniak</u>	Czerwiec 2025	
56.	Taniec integracyjny klas IV- VII	Rozwinięcie wśród uczniów umiejętności budowania relacji i kontaktów w grupie poprzez taniec i zabawy muzyczne, rozwój świadomości własnego ciała, poczucia rytmu, wrażliwości na muzykę, orientacji ruchowej oraz poczucia łączności z innymi kulturami.	<u>I. Puszkiewicz -Leńczuk</u>	Czerwiec 2025	
57.	Dzień Pustej Klasy	Promowanie kontaktu z naturą, spędzania czasu na świeżym powietrzu.	<u>M. Mielczarek</u>	Czerwiec 2025	
58.	Akcja „Bezpieczne wakacje” - spotkanie policjantem, z pracownikami WOPR-u, PSP – online. - pogadanki i filmy nt. bezpieczeństwa.	Wychowanek/uczeń wie jak bezpiecznie spędzić wakacje.	<u>P. Prządka</u> <u>Ł. Dzikowski</u> Wychowawcy oddziałów przedszkolnych i klas, wychowawcy świetlicy	Czerwiec 2025	

59.	<p>Apele w grupach wiekowych na zakończenie roku szkolnego:</p> <ul style="list-style-type: none"> - podsumowanie pracy w roku szkolnym 2024/2025, - ogłoszenie wyników konkursów dotyczących promocji zdrowia oraz wręczenie dyplomów i nagród. 	<p>Uczeń zdobywając nagrody w różnych dziedzinach jest zmotywowany do dalszego wysiłku w kolejnej klasie.</p>	<p>Organizatorzy apeli w poziomach klas</p>	<p>Czerwiec 2025</p>	
-----	--	---	---	----------------------	--

Opracował zespół ds. Promocji Zdrowia