**PROGRAM SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE NA ROK SZKOLNY 2024/2025**

Pieczęć szkoły

**Załącznik A**

1. **Część wstępna planowania**
2. **Problem priorytetowy do rozwiązania**:

**Obniżona sprawność fizyczna uczniów.**

* 1. **Krótki opis problemu priorytetowego** .

W tym roku szkolnym uczniowie naszej szkoły przystąpili do ogólnopolskiego Programu „Sportowe Talenty”, który jest realizowany przez Ministerstwo Sportu i Turystyki we współpracy z Ministrem Edukacji Narodowej. Celem jest zdiagnozowanie poziomu kondycji fizycznej dzieci w szkole oraz wyszukiwanie talentów. Program opiera się na koncepcji sprawności fizycznej warunkującej zdrowie (Health Related Fitness), zaś narzędziem pozwalającym na jego realizację jest platforma informatyczna SPORTOWETALENTY.PL udostępniona nauczycielom w celu monitorowania wyników pomiarów somatycznych i badań sprawnościowych przeprowadzonych podczas lekcji wychowania fizycznego. Wyniki testów, datę ich przeprowadzenia oraz masę ciała i wiek ucznia nauczyciele wprowadzili do systemu teleinformatycznego „Sportowe Talenty” , prowadzonego przez Ministra Sportu i Turystyki.

Wyniki przeprowadzonych testów jednoznacznie wskazują na obniżoną sprawność fizyczną naszych uczniów.

Ze względu na specyfikę szkoły i specjalne potrzeby naszych uczniów wynikające z ich dysfunkcji rozwojowych istnieje konieczność podejmowania ciągłych działań dążących do poprawy sprawności fizycznej. Na podstawie obserwacji oraz wywiadów z nauczycielami
i wychowawcami klas możemy stwierdzić, że szkoła umożliwia aktywne praktykowanie zachowań prozdrowotnych w szkole. Jednakże, analiza dokumentów takich jak Indywidualne Programy Edukacyjno-Terapeutyczne i Wielospecjalistyczne Oceny Poziomu Funkcjono-wania Uczniów, wskazują na dysfunkcje ruchowe oraz na potrzebę poprawy funkcjonowania uczniów w zakresie motoryki dużej i małej, napięcia mięśniowego, zmysłu równowagi, koordynacji przestrzennej, świadomości własnego ciała. Zarówno uczniowie, jak
i pracownicy przyznają, że sprawność fizyczna jest czynnikiem warunkującym ich zdrowie.

* 1. **Uzasadnienie wyboru priorytetu**

Wybór priorytetu został wybrany przez Zespół ds. Promocji Zdrowia. Wyniki badań sprawnościowych jednozacznie wskazują na stan zdrowia (sprawność fizyczną) naszych uczniów. Z uwagi na specyfikę szkoły, występujące dysfunkcje u dzieci wynikające z różnego rodzaju niepełnosprawności (niesłyszący, słabosłyszący, autyzm, afazja, FAS, Asperger, niepełnosprawności intelektualne i sprzężone) oraz zaburzenia emocjonalne uważamy, że
w roku szkolnym 2024/2025 należy kontynuować usprawnianie ruchowe naszych uczniów. Działania będą szeroką alternatywą dla poprawnego rozwoju dziecka na każdym polu funkcjonowania w szkole i środowisku lokalnym. Wzmocnienie sprawności fizycznej przekłada się na lepsze funkcjonowanie w sferze emocjonalnej i społecznej uczniów. Każdy sukces, pokonanie kolejnych trudności przybliży uczniów do pokonywania barier i osiągnięcia poczucia bycia sprawnym.

W nowym roku szkolnym chcemy skoncentrować się na motywowaniu uczniów oraz wszystkich pracowników szkoły do aktywności ruchowej, poprawiającej ogólną kondycję oraz przypomnieć ogólne zasady zdrowego stylu życia.

**Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:**

 - duża ilość obowiązków szkolnych, nauki;

 - brak wzoru ze strony osób dorosłych na aktywne spędzanie czasu wolnego;

- obniżona kondycja fizyczna wynikająca z wrodzonej lub nabytej niepełnosprawności;

 - brak wystarczającej wiedzy nt. zdrowego trybu życia, wpływu aktywności fizycznej na

 funkcjonowanie organizmu;

 - nadmierne korzystanie z Internetu w tym portali społecznościowych;

 - powszechna dostępność do różnorodnych form transportu (samochody, windy, ruchome schody).

1. **Rozwiązania dla usunięcia przyczyn/y problemu**

- poprawa kondycji fizycznej przez udział w zajęciach ruchowych, grach zespołowych, zawodach, pieszych rowerowych rajdach, wycieczkach itp.

- rozbudzanie zainteresowania własnym zdrowiem, wdrażanie do dbania o zdrowie własne
 i innych;

- kontynuacja zadań z ubiegłego roku;

- stworzenie warunków i możliwości aktywnego spędzania przerw na terenie szkoły oraz zachęcanie uczniów do korzystania z nich;

 - organozowanie imprez rekreacyjno – sportowych;

 - organizowanie „wyzwań – challenge”, które zmotywują uczniów, rodziców
i nauczycieli do tworzenia drużyn, aktywności fizycznej w czasie wolnym i rywalizacji.

Pieczęć szkoły **Załącznik B**

 **B. Plan działań**

**w okresie 2024/2025**

* + - 1. **CEL:** Wzrost aktywności ruchowej uczniów. Zachęcanie całej społeczności szkolnej do zwiększonej aktywności fizycznej.
1. **Kryterium sukcesu:**

Wzrost o 10% - 15% sprawności ogólnej uczniów mierzonej testami sprawności fizycznej (program ministerialny Sportowe Talenty).

Zwiększenie udziału uczniów w zajęciach sportowych, sportowo-rekreacyjnych lub wybranej przez siebie aktywności fizycznej o 10%-15%.

**3.Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):**

1. **Co wskaże, że osiągnięto cel?**

Obserwacja i realizacja poszczególnych zadań oraz zaangażowanie uczniów w rozwijanie umiejętności związanych z prawidłowym podnoszeniem swojej aktywności fizycznej.

1. **Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?**

Wyniki przeprowadzonych testów sprawności fizycznej wykażą, czy wzrosła sprawność fizyczna uczniów. Wyniki ankiety związanej

 z aktywnością fizyczną. Raport pielęgniarki oparty o analizę bilansu zdrowia uczniów (waga, wzrost, ciśnienie).

1. **Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?**

Sprawdzeniem osiągnięcia celu zajmie się zespół do spraw Szkoły Promującej Zdrowie, nauczyciele, terapeuci, wychowawcy. Analiza
 i wyniki ankiety.

**II. ZADANIA**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nazwa zadania** | **Kryterium sukcesu** | **Sposób realizacji** | **Okres termin realizacji** | **Osoba odpowiedzialna** | **Środki** | **Sposoby sprawdzenia wykonanego zadania** |
| Spotkanie członków zespołu SzPZ – omówienie sposobu realizacji planu w roku szkolnym 2024/2025.Spotkanie z rodzicami – przedstawienie planu działań SzPZ na zebraniu.Zaznajomienie rodziców nowych uczniów z koncepcją SzPZ. | Udział w spotkaniu 80% członków zespołu SzPZ.W zebraniu bierze udział 80% rodziców uczniów. | Omówienie planu działań przez Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia.Prezentacja planu na spotkaniu z rodzicami oraz zamieszczenie planu na stronie internetowej szkoły. | IX 2024r.IX - X 2024r. | Koordynator.Dyrekcja.Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia. | Materiały biurowe. | Sprawozdanie  na stronie internetowej. Protokół zebrania z rodzicami. |
| Testy sprawnościowe i badania uczniów. | Udział w testach sprawnościowych 80 %badanych uczniów. | Testy sprawnościowe uczniów. | IX - X 2024r. | Nauczyciele w-f | Materiały biurowe. | Przestawienie wyników na stronie internetowej. |
| Europejski Dzień Sportu Szkolnego. Edukacja w ruchu. | 100% obecnych uczniów. | Zadania sportowe dla społeczności szkolnej. | 27.09.2024r | Nauczyciele SzP | Sprzęt sportowy | Fotorelacja |
| Joga dla nauczycieli. | Udział bierze 30% nauczycieli. | Joga na trawie. | 09.2024r | Anna Maciejewska | Mata do jogi. | Fotorelacja |
| Badanie diagnostyczne przeprowadzone przez pielęgniarkę (wzrost i waga uczniów) .Zorganizowanie debaty uczniów na temat: „Jakie formy aktywności są dla nich atrakcyjne”. | Udział w badaniu – 100% uczniów.Udział w debacie bierze 80% uczniów.  | Badania uczniów.Organizacja debaty uczniów. Zebranie pomysłow na aktywną przerwę oraz innych form aktywności.  | IX.2024 r.orazV – VI2025r.IX. 2024r. | Pielęgniarka szkolna.  Wychowawcy klas.Osoby odpowiedzialne - M. Teus- B .Block- M. Majewicz- E.Basaj Hadam | Sprzęt diagnosty-czny.Matriały biurowe. | Wykorzystanie badań do porównania i ewaluacji.Przedstawienie wniosków na stronie szkoły. |
| Edukacja prozdrowotna rodziców i uczniów.  | Udział 80% uczniów, rodziców. | Pogadanka z uczniami n/t prozdrowotne. Rozmowa n/t spożywania drugiego śniadania.Wspólne posiłki z nauczy-cielami. Spotkania z rodzicami. Poruszanie tematyki wpływu aktywności fizycznej na funkcjonowanie organizmu. | X.2024r.XI.2024r.Cały rok – spotkania z rodzicami. | NauczycieleDyrekcjaj/wDyrekcja | Sprzęt multimedialny. | Relacja na stronie szkoły.Relacja na stronie. |
| Propagowanie zdrowego stylu życia na gazetkach ściennych, na stronie internetowej szkoły, facebooku. | -------------------------- | Przygotowanie gazetek na 1 i 2 piętrze SzP oraz w internacie.  | Cały rok | Anna LietzauZyta DzieniszAlicja Zielińska | Ilustracje | Relacja na stronie. |
| Dzień Ziemniaka.Zaproszenie całej społeczności szkolnej. | W imprezie bierze udział 80 % uczniów. | Zabawy sportowe na świeżym powietrzu lub na hali sportowej.Ognisko – pieczenie ziemniaków.Konkurs plastyczny. | X. 2024 r. | K PenkowskaA BisewskaG. NadrowskaB.GrothNauczyciele w-f i wychowawcy  w internacie. | Ziemniaki, worki po ziemniakach, sprzęt sportowy. | Przedstawienie sprawozdania oraz fotorelacji na stronie internetowej.Dziennik elektroniczny.  |
| Wyzwania tzw. Challenge dla całej spłeczności szkolnej. W określonym czasie np.- picie 2 litrów wody dziennie przez tydzień,- zrobienie 12 tyś. kroków dziennie,- biegi np. z okazji Dnia Niepodległości, 3 Maja. | 50% uczniów i nauczycieli weźmie udział w wyzwaniu.Zaproszenie do zabawy rodziców uczniów.Zaproszenie do zabawy wszystkich pracowników szkoły.  | W „wyzwaniach” będą brały udział drużyny skaładające się z uczniów i/lub rodziców i/lub nauczycieli, których zadaniem będzie np. codzienne chodzenie, bieganie i/lub jazda na rowerze. Wspólnie pokonane kilometry będą się sumować. | Cały rok | Wychowawcy, nauczyciele wychowania fizycznego, nauczyciele świetlicy.Odpowiedzialne osoby za akcję E .MaciejewskaA. BisewskaA.LietzauE.Basaj | W zależności od potrzeb. | Zdjęcia lub zrzuty ekranu zegarków z ilością pokonanych kilometrów, zdjęcia uczestników.Rozmowy z uczestnikami. |
| Sportowe zawody mikołajkowe.Angażowanie rodziców do wspólnej zabawy. | W imprezie uczestniczy 80% uczniów klasy I-III i IV-VIII. | Zawody na hali sportowej. | XII.2024r. | Nauczyciele wychowania fizycznego. | Sprzęt sportowy | Sprawozdanie i fotorelacja na FB oraz na stronie internetowej |
| Aktywna przerwa.  | W aktywnej przerwie bierze udział 80 % uczniów szkoły podstawowej. | Aktywna przerwa.Gimnastyka, taniec, wyjście na świeże powietrze. | Cały rok | Nauczyciele i wychowawcy klas. Osoby odpowiedzialne:M Gołowacz A.KędzierskaMartaPomiechowska | Sprzęt sportowy | Przedstawienie sprawozdania oraz fotorelacji na stronie internetowej. |
| Wiosenne zawody sportowe. Angażowanie rodziców do wspólnej zabawy. | W zawodach bierze udział 80 % uczniów klas specjalnych terapeutyczne) oraz klasy I-III.Udział rodziców – około 20%. | Warsztaty w formie zabaw i zawodów.  | V.2025 r. | Agnieszka Hartung Zyta DzieniszKatarzyna PenkowskaAgnieszka BisewskaWychowawcy klas I-III.  | Sprzęt sportowy. | Przedstawienie sprawozdania oraz fotorelacji na stronie internetowej.Zdjęcia. |
| Hortiterapia – terapia ogrodem. | W opiece nad szkolnym ogródkiem biorą udział uczniowie klas terapeutycznych co stanowi około 11% wszystkich uczniów.  | Porządkowanie ogrodu.Sadzenie cebulek.Sadzenie nowalijek.Opieka nad ogródkiem : pielenie, podlewanie. | Cały rok | Katarzyna PenkowskaA.MaciejewskaM. Pomiechowska |  | Fotorelacja na FbSprawozdanie na stronie szkoły. |
| Szkolne mistrzostwa w badmintona. | W imprezie bierze udział 70% uczniów Ośrodka. | Zawody sportowe na hali sportowej | IV.2025r. | Nauczyciele wychowania fizycznego. | Sprzęt sportowy. | Przedstawienie sprawozdania oraz fotorelacji na stronie internetowej. |
| Rowerowy piknik dla uczniów, rodziców nauczycieli i pracowników szkoły. |  W imprezie bierze udział 20% uczniów, rodziców, nauczycieli, wychowawcówi pracowników szkoły. | Wycieczka rowerowa po najbliższej okolicy.  | IX-X.2024r.V – VI 2025r. | Nauczyciele i wychowawcy.Szymon PatokKamil Kaluziński | Rowery. | Przedstawienie fotorelacji i sprawozdania na stronie. |
| Rozszerzenie wiedzyczłonków Rady Pedagogicznej ipracowników szkoły natemat rozwijania sprawności uczniów. | W szkoleniu bierze udział 90% kadry pedagogicznej i innych pracowników szkoły. | Szkolenie. | VI.2025r. | DyrekcjaPedagog i psycholog. | Sprzęt audiowizualny. | Lista obecności. |
| Wyjścia do Aquaparku/ Wodne ogrody/ basen | W zajęciach udział bierze 80% uczniów.  | Wyjazd na basen. Zabawy w wodzie i nauka pływania. | Cały rok szkolny. | Nauczyciele | Sprzęt wodny. | Fotorelacja |
| Promowanie aktywnegospędzania wolnego czasu wolnego :- wycieczki;- zabawy i gry na świeżym powietrzu; | W wycieczkach i wyjściach bierze udział 80% uczniów klas 1-8.W zajęciach sportowych bierze udział 80% uczniów szkoły podstawowej. | Propagowanie turystyki jako aktywnej formy spędzania czasu wolnego.Gry i zabawy z wykorzystaniem sprzętu sportowego.zabawy na placu zabaw.Ćwiczenia na siłowni zewnętrznej.  | IX-X2024r.V-VI2025r. | Nauczyciele,Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia.Wychowawcy w internacie. | Sprzęt sportowy. | Fotorelacja, karta wycieczki, listy obecności.Relacja na stronie internetowej.  |
| Szkolny Piknik  | W pikniku bierze udział cała społeczność szkoły. | Propagowanie wspólnych zajęć sportowych z rodziną. | 06.2025r. | Nauczyciele,Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia.Wychowawcy internatu. | Sprzęt sportowy | Relacja na stronie internetowej |
| Ewaluacja | Wzrost o 10-15% liczby uczniów aktywnie uczestniczących w zajęciach sportowych; wybierających aktywną formę wypoczynku; poprawa kondycji i sprawności uczniów.Wzrost aktywności fizycznej wszystkich pracowników szkoły. | Analizę sprawozdań z poszczególnych działań i przeprowadzonych projektów,Opracowanie i analizę ankiet i testów oceniających skuteczność działań, Obserwację oczekiwanych zmian w postawach, wiedzy i zachowaniu uczniów.Przedstawienie wyników na posiedzeniu Rady Pedagogicznej i zamieszczenie wyników na stronie internetowej. | VI.2025r. | Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia. | Ankiety.  | Przedstawienie wyników na forum. |

 Plan pracy SzPZ został opracowny przez Zespół ds. Promocji Zdrowia w

 składzie :

 Anna Maciejewska – koordynator

 Katarzyna Penkowska

 Kamil Kaluziński

 Zyta Dzienisz

 Alicja Zielińska

 Anna Lietzau

 Anna Szymerowska

 Agniesza Bisewska

 Marta Pomiechowska