

**SPRAWOZDANIE Z TRZYLETNIEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY PODSTAWOWEJ IM. JANA
PAWŁA II W ŁASZEWIE UBIEGAJĄCEJ SIĘ O WOJEWÓDZKI CERTYFIKAT
SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE**

po upływie drugiego roku pracy w sieci

„Zdrowie, zgoda i piękna mowa każdemu się podoba”

Informacje podstawowe o szkole:

Nazwa: Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Łaszewie.

Adres: Łaszewo 36, 09-135 Siemiątkowo

Telefon: (23) 679 60 98

Adres e-mail splaszewo@poczta.onet.pl

Imię i nazwisko dyrektora szkoły: Karol Jarosław Rakowski

Koordynatorzy: Beata Jędrzejewska, Katarzyna Kozłowska – strona internetowa

Członkowie szkolnego zespołu: Bogumiła Kaźmierczak, Barbara Komorowska, Judyta Cieślińska (od IX 2021r.) - nauczyciele, Jadwiga Wesołowska - pielęgniarka szkolna, Julia Koźlarska, Zuzanna Skonieczna, Julia Cieślińska, Anna Lewandowska - uczennice, Mirosław Bonisławski, Katarzyna Lewandowska – rodzice, Katarzyna Lewandowska - kucharka.

Data wpisania na listę Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie - 17.02.2020r.

1. Sprawozdanie z działań podjętych w ramach ubiegania się naszej szkoły o Wojewódzki Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie

Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II jest małą wiejską szkołą z oddziałami przedszkolnymi położoną w Gminie Siemiatkowo. W szkole uczy się obecnie 70 uczniów. W klasie V i VI nauczyciele pracują w klasach łączonych. Przy szkole jest nowoczesny i bezpieczny plac zabaw, boisko szkolne oraz niedawno otwarta stołówka szkolna. Od wielu lat prowadziliśmy i promowaliśmy edukację zdrowotną, kształtowaliśmy postawy prozdrowotne. Od 2016 roku postanowiliśmy włączyć się w działania Szkół Promujących Zdrowie, by 21 marca 2022 roku dokonać publicznej autoprezentacji działań. Część zadań musieliśmy realizować w trudnym okresie pandemii i często należało je realizować w innej, niż zamierzaliśmy, formie.

1.1. Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Łaszewie systematycznie i planowo tworzy środowisko społeczne, fizyczne sprzyjające zdrowiu i dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej. Wspiera rozwój kompetencji uczniów pracowników w zakresie dbałości o zdrowie.

Działania promujące zdrowie zostały zawarte w dokumentach szkolnych, takich jak:

- Statut Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Łaszewie,
- Koncepcja Pracy Szkoły,
- Szkolny Program Wychowawczo – Profilaktyczny,
- Protokoły posiedzeń Rady Pedagogicznej.

1.2. NASZ CEL:

- a) dążenie do poprawy relacji uczniowskich (zminimalizowanie agresji słownej, używania wulgaryzmów i poprawa kultury języka),
- b) utrwalanie właściwych nawyków zdrowotnych - praktykowanie i promocja zdrowia.

1.3. NASZE ZADANIA:

- a) pozyskanie rodziców do skutecznej współpracy na rzecz wzmacniania pozytywnych postaw uczniowskich,
- b) stymulowanie uczniów do prawidłowego rozwoju poprzez stwarzanie pozytywnych sytuacji wychowawczych przez wszystkich pracowników szkoły,
- c) włączenie uczniów do planowania organizacji przerw i ustalenie zasad zachowania się w czasie ich trwania,
- d) włączenie rodziców w utrwalanie właściwych zachowań prozdrowotnych uczniów,
- e) informowanie rodziców o zaobserwowanych zmianach w zachowaniu uczniów,
- f) stworzenie rodzicom możliwości wyrażania opinii o tym, co dziecko wynosi z lekcji poświęconych zdrowiu,
- g) wspieranie szkoły przez rodziców (pomoc w przygotowywaniu potraw, udział w zajęciach sportowych, wspólne wycieczki i rajdy),
- h) zapraszanie przedstawicieli organów władzy na cykliczne imprezy poświęcone tematyce zdrowotnej.

1.4. NASZ CEL WYNIKAJĄCY Z POTRZEB SZKOŁY: 2020/2021r. - zwiększenie świadomości zdrowego stylu życia z uwzględnieniem bezpieczeństwa korzystania z sieci Internet przez młodych internautów.

1.5. NASZ CEL WYNIKAJĄCY Z POTRZEB SZKOŁY: 2021/2022r. - stworzenie przyjaznego klimatu w szkole poprzez właściwe postawy szlachetności, zaangażowanie społeczne, dobrą komunikację, humor, emocjonalne wsparcie, owocne współdziałanie i dbałość o zdrowie.

1. Opis realizacji działań zgodnie z utworzonym wcześniej planem od momentu przyjęcia szkoły do Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie (2 lata).

Hasło przewodnie naszego programu: "Zdrowie, zgoda i piękna mowa każdemu się podoba" znalazło odzwierciedlenie w podejmowanych działaniach.

Data/ okres realizacji	Nazwa działania	Opis działania	Adresaci	Osoba odpowiedzialna
II półrocze roku szkolnego 2019/2020	Innowacja pedagogiczna pt. „Mendelejew i jego tablica”	Ukazanie wpływu metali ciężkich na rośliny, zwierzęta i zdrowie ludzi.	Klasa VII/VIII Zdjęcia -cała społeczność szkolna	Nauczyciel chemii
08.03.2020r.	Dzień Kobiet	Humorystyczne przedstawienie ukazujące PANIOM, ile znaczą w życiu każdego mężczyzny... Dobry nastrój budowały przedstawione kwiecistym językiem humorystyczne scenki, skecze i życzenia.	Cała społeczność szkolna	Samorząd Uczniowski
18.05.2020r.	Konkurs Multimedialny pod patronatem Mazowieckiego Kuratora Oświaty	Co roku z okazji urodzin Patrona szkoły odbywał się konkurs multimedialny dla uczniów z całego Mazowsza. Dzieci wspólnie przygotowywały uroczyste akademie uświetniające uroczystość, co sprzyjało budowaniu pozytywnych relacji między uczniami poszczególnych klas. Teraz nie byliśmy razem, ale pamiętaliśmy... Uczniowie z naszej szkoły wzięli udział w projektach: „Słowo do nieba” i „Laurka do nieba”. Chcieliśmy w ten sposób, oddać hołd naszemu Patronowi. Młodzież wzięła także udział w ogólnopolskim konkursie „Karta do nieba”.	Cała społeczność szkolna	Dyrektor Nauczyciel jęz. polskiego, Nauczyciel religii proboszcz parafii Gradzanowo
06.2020r.	„Ortomaci w naszych domach”	W ramach godzin prowadzonych zdalnie, dzieci z klas I-III wzięły udział w spotkaniach twórczych pod hasłem: „Ortomaci w naszych domach”. Uczniowie mieli za zadanie wykonać pracę dotyczącą twórczego myślenia. Organizatorzy byli pod ogromnym wrażeniem kreatywności uczestników oraz ich niezwykłego talentu. Prace dzieci zostały opublikowane na stronie MSCDN w Płocku oraz na stronie Szkoły Podstawowej nr 11 w Płocku.	Uczniowie klas I-III/rodzice	Nauczyciel jęz. ang.
08.06.2020r.	Bezpieczeństwo podczas wypoczynku	Uczniowie zostali zapoznani z zasadami letniego wypoczynku. Następnie przygotowali i zamieścili na stronie internetowej	Uczniowie klas O-VIII	Koordynator SPZ/wychowawcy

		szkoły prace ukazujące, jak rozsądnie korzystać z kąpiei wodnych (zwłaszcza podczas skoków do wody), jak zabezpieczać ciało przed ostrym słońcem, jak dbać o higienę osobistą i higienę otoczenia. Uczniowie klasy II wykonywali też ćwiczenia dotyczące umiejętności właściwego spakowania bagażu, w zależności od miejsca wypoczynku. Została też zwrócona uwaga na sprawdzanie daty przydatności do spożycia środków spożywczych a także na przechowywanie żywności w higienicznych warunkach i niskiej temperaturze.		
09.2020r.	Przekazywanie informacji o zadaniach na kolejny rok SPZ organom szkoły	Opracowanie planu SzPZ na bieżący rok szkolny i zapoznanie z nim RP, uczniów, pracowników niepedagogicznych i rodziców. Zamieszczenie planu działań na stronie internetowej szkoły.	Nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni, uczniowie, rodzice	Koordinator Zespół promocji zdrowia w szkole
09. – 06. 2020r.- 2022r.	Kontynuacja konkursu: "Warto być dobrym"	W każdej klasie jedna osoba jest nominowana w kategorii: "Warto być dobrym"- Uczniowie dokonywali prezentacji działań na forum klasy (w zakresie pomocy koleżeńskiej, wolontariatu, udziału w konkursach związanych ze zbiórką surowców wtórnych, promocją zdrowia, udziału w zawodach sportowych, Szkolnych Igrzyskach Olimpijskich, pomocy starszym członkom społeczności lokalnej itp.). Z wszystkich osób nominowanych wyłaniany jest w losowaniu laureat. Nagroda Główna - bon o wartości 500 zł zostaje przeznaczony na zakup roweru – wspierany jest aktywny wypoczynek.	Uczniowie klas I-VIII	Dyrektor Wychowawcy
30.09.2020r.	Dzień Ziemiaka	Pod tym hasłem uczniowie uczcili nasze narodowe warzywo. Zostały przygotowane przez wychowawców wszystkich klas pogadanki na temat wartości odżywczych ziemniaków. Uczniowie tworzyli Ziemniaczane Stworki, powstawały cudaczne ludziki i kartoflane pieczątki o różnych wzorach	Uczniowie klas 0-VIII Rodzice	Dyrektor Koordinator Wychowawcy klas O-VIII

		wykonane przez uczniów klas I-III i klasę IV. Uczniowie klasy II na świeżym powietrzu pięknie deklamowali wiersz Małgorzaty Strzałkowskiej: "Król Lul i warzywa". Na koniec Król Ziemniak dał się zjeść – bugaj - to był przysmak, przygotowany przez Panie Kucharki. Dzień Ziemniaka" był dniem bardzo udanych zabaw aktywizujących i integrujących społeczność szkolną. Pan Dyrektor zorganizował ognisko dla poszczególnych klas. Przed szkołą roznosiły się zapachy pieczonej kielbaski.		
19 -23.10. 2020r.	Code Week	Uczniowie naszej szkoły kolejny raz uczestniczyli w Code Week, czyli w Europejskim Tygodniu Kodowania. Uczniowie klas I-VIII rozwiązywali zadania z zakresu programowania zarówno w programach jak i na przygotowanych kartach pracy. Młodszy uczniowie odczytywali zakodowane wyrazy, kodowali i odkodowywali obrazki, rysowali odcinki na podstawie szyfru oraz zaczęli przygodę w programie Scratch. Starsi uczniowie tworzyli strony internetowe w języku HTML, przeliczali liczby z systemu binarnego na dziesiętny, wykorzystywali umiejętności kodowania i odkodowywania w trakcie rozgrywek podczas gry w statki.	Uczniowie i rodzice klas I-III	Nauczyciel informatyki
09. 2020/ 2021/2022r.	Projekt UNICEF: „Szkoła z Prawami Dziecka” - Balony do nieba	Zapoznanie uczniów z zagadnieniami dotyczącymi ich praw. Zapisanie najważniejszych praw na balonach i wspólne wypuszczenie w niebo- integracja uczniów poszczególnych klas.	Uczniowie klas 0-VIII	Pedagog
11.2020r.- 31.03. 2021r.	„Przygotujmy lepszy świat”- projekt kulinarny	Uczniowie klas I-III zakończyli realizację programu: "Przygotujmy lepszy świat", którego celem było pokazanie dzieciom, że ich codzienne wybory żywieniowe mają ogromne znaczenie dla nich i dla naszej planety. Rodzice przygotowywali dania z warzywem tygodnia i zamieszczali zdjęcia na platformie.	Uczniowie klas 0-III/Rodzice uczniów klas I-III	Wychowawcy klas I-III

26.10.2020r.	Dbamy o kulturę słowa	Ta drobna zmiana na talerzu wpłynęła na pewno korzystnie na zdrowie naszych uczniów- nie obserwujemy u dzieci nadwagi. W szkole dla klas 0-III został zorganizowany konkurs czytania:” Szkolnych Przygód Gangu Fajniaków.” W związku z reżimem sanitarnym każda klasa miała swój oddzielny Quiz. Uczniowie dawali popis swoich umiejętności lektorskich, zdobywając odpowiednie sprawności czytelnicze. Ostatnia część zawodów polegała na wykonaniu pracy plastycznej dotyczącej żywiołu wody, ognia i powietrza. Za udział w konkursie uczniowie otrzymali nagrody (maskotki, książkę i zakładki do książek).	Uczniowie klas 0-III	Wychowawcy klas 0-III
17.12 - 19.01. 2021r.	Projekt: „Modelowanie w nauczaniu biologii”.	W edukacji bardzo duże znaczenie ma nie tylko samo przyswajanie wiadomości, lecz także umiejętność ich zastosowania. W biologii dotyczy to na przykład modelowania procesów biologicznych. Głównym założeniem projektu było skonstruowanie przez uczniów MODELU UKŁADU WYDALNICZEGO z ogólnodostępnych materiałów. Efektem pracy było przede wszystkim lepsze zrozumienie powiązań pomiędzy budową a funkcją różnych narządów układu wydalniczego. Dodatkowym celem projektu było doskonalenie umiejętności pracy w zespole i umiejętności prezentacji efektów własnej pracy.	Uczniowie klasy VII i IV	Nauczyciel biologii
11.02.2021r.	„Bale w karnawale”	Uczniowie klas I-III przyszli do szkoły przebrani w barwne stroje swoich ulubionych bohaterów (były wróżki, delikatne motylki, postaci z filmów i bajek), które prezentowali w rytm karnawałowych melodii tylko w swoich klasach. Szkoła udowodniła, że mimo obecnej sytuacji związanej z pandemią czas karnawału może być dla uczniów czasem pełnym radości, kreatywności, uśmiechu i wspólnej zabawy sprzyjającej kształtowaniu prawidłowych relacji w grupie rówieśniczej.	Uczniowie, rodzice dzieci klas 0-III	Wychowawcy klas

19.03.2021r.	Dzień wiosny na sportowo!	19 marca uczniowie klasy II aktywnie i twórczo zachęcali astronomiczną wiosnę na nadejście. Celem zabawy było poznanie zwyczajów ludowych związanych z pożegnaniem zimy, rozwijanie zainteresowań ekologią organizowanie czasu wolnego bez komputera i tablicy multimedialnej (w tym czasie obowiązywało nas nauczanie hybrydowe). Pierwszą konkurencją były wybory Miss Wiosny. Następnie dziewczynki pisały dyktando ekologiczne a chłopcy rozwiązywali krzyżówkę. Po 10 min nastąpiła zmiana-grupa dziewcząt odgadywała i wpisywała hasła, natomiast chłopcy pracowali, z ciekawie przedstawionym, materiałem ortograficznym. Ostatnią konkurencją był literkowy drybling, w którym drużyny, naprowadzane kolejnymi wskazówkami nauczyciela, odgadywały hasło i ustawiały je z literek. Podczas tej konkurencji uczniowie wykazali się umiejętnością podejmowania decyzji. Był przy tym i ruch, i śmiech, i humor. Zabawa była też okazją do treningu umysłu i poznania swoich towarzyszy rozgrywki.	Uczniowie klasy II	Nauczyciel biologii Nauczyciel religii
26.03.2021r.	Negatywny wpływ używek na zdrowie i psychikę człowieka	Uczniowie przygotowali plakaty i piosenki, których treści nawiązywały do zagrożeń związanych z używaniem tzw. „dopalaczy i narkotyków” oraz ukazywały alternatywne zachowania i wybory. Prace wyrażały sprzeciw wobec używania tzw. „dopalaczy i narkotyków”.	Uczniowie klas IV-VIII	Pedagog Nauczyciel biblioteki Nauczyciel plastyki
21.04.2021r.	Wirtualne spotkanie: ”Przywróć naszą Ziemię” z okazji Dnia Ziemi 2021r.	W ramach warsztatów uczniowie klas VII i VIII obejrżeli wykład pt. „Co mogę zrobić dla klimatu” oraz uczestniczyli w wirtualnym warsztacie „ubraniowym” z Katarzyną Wolszczak, podkreślającym kwestie zrównoważonej mody.	Uczniowie klasy VIII nauczyciel przyrody Nauczyciel biologii	Ministerstwo Klimatu i Środowiska Nauczyciel biologii
22.04.2021r.	Dzień Ziemi	Ze względu na epidemię koronawirusa, celebrowanie tego dnia wyglądało nieco inaczej. Dzieci z klasy II zaprezentowały on-		Nauczyciel biologii

		line:” Mały, ale śliczny teatrzyk ekologiczny”. Uczeń klasy VII dołączył do przedstawienia ciekawą interpretację piosenki ekologicznej. Na zakończenie dzieci z klasy II wręczyły samodzielnie wykonane odznaki „Przyjaciela Przyrody” za podejmowane działania na rzecz najbliższego środowiska pracownikom szkoły.	Cała społeczność szkolna	
26.04.2021r.	Aktywna Majówka	Gazetka - nie siedz w domu, pokaż jak aktywnie spędzasz czas wolny, zaproponuj działania prozdrowotne. Uczniowie oprócz interesujących propozycji przebywania na dworze, wspólnych zabaw z rodzicami, ukazali też w pracach zasady udzielania pierwszej pomocy (w razie wypadku).	Cała społeczność szkolna	Koordinator
4-5.05.2021r.	Na rzecz środowiska...	Celem akcji było podniesienie świadomości ekologicznej wśród dzieci i rodziców, oraz zwrócenie uwagi na prawidłowe gospodarowanie odpadami. Zebraliśmy górę elektroodpadów. W zamian za przyniesiony zużyty sprzęt elektroniczny i elektryczny szkoła otrzymała bon, który wykorzystwała na sprzęt sportowy i materiały biurowe.	Cała społeczność szkolna	Dyrektor nauczyciel biologii Sołtys
18.-05.2021r.	Konkurs Multimedialny o Janie Pawle II	Z uwagi na obostrzenia obowiązujące w placówkach oświatowych, uczestnicy drugiego etapu zobowiązani byli do nagrania filmu, podczas którego zaprezentowali przygotowaną przez siebie pracę (wpłynęło 26 prezentacji).	Chętni uczniowie z woj. mazowieckie go	Dyrektor Patronat Mazowiecki Kurator Oświaty
01.06.2021r.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu przez naszych uczniów i rodziców	Dzień Dziecka, ze względu na panującą pandemię przebiegał nieco inaczej niż w ubiegłych latach. Uczniowie zostali podzieleni na grupy. Oddzielnie bawili się uczniowie klas 0 - 3 i 4 - 8. Pierwszym punktem programu były zabawy sportowo-rekreacyjne. Nauczyciele wychowania fizycznego przeprowadzili różnorodne gry i zabawy sportowe, które	Uczniowie klas I-VIII Rodzice nauczyciele	Dyrektor Nauczyciele Wychowania fizycznego Panie kucharki,

		cieszyły się dużym zainteresowaniem dzieci. Uczniowie bardzo chętnie brali udział we wszystkich konkurencjach. Po wyczerpujących konkurencjach uczniowie mieli krótki odpoczynek – degustując gofry z owocami, które przygotowały panie Kucharki. Atrakcją tego dnia był pokaz strażacki. Uczniowie wraz z nauczycielami uczestniczyli w pokazie, poprzedzonym informacjami dotyczącymi pierwszej pomocy, prowadzonym przez strażaków. Uczniowie dowiedzieli się jak ważne są działania podjęte przez świadka zdarzenia dla przeżycia. Mogli też z bliska zobaczyć sprzęt, którego używają strażacy.	Pracownicy niepedagogiczni	Straż pożarna
11.10 .2021r.	Wszyscy się świetnie mamy, bo o zdrowie psychiczne dbamy.	Członkowie Szkoły Promującej Zdrowie przygotowali gazetkę, w której wskazali obszary, o które warto zadbać, by utrzymać zdrowie psychiczne.	Uczniowie klas 0-VIII Nauczyciele Pracownicy nie pedagog. Rodzice	Koordinator Członkowie zespołu promocji zdrowia
11. 2021r.	Edukacja prozdrowotna i kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych.	Dzień pomarańczowy – Święto Dyni. Uczniowie zapoznali zostali z walorami zdrowotnymi dyni (gazetka na korytarzu szkolnym), wykonali dyniowe lampiony według własnych pomysłów i degustowali sałatkę z dodatkiem dyni.		Wychowawca przedszkola, wychowawcy klas 0-III, Koordynator Kucharka szkolna
rok szkolny 2021/2022	Udział w projektach ogólnopolskich: „Ekologia i TY”, „Szkoła ekologicznie zaangażowana”	W ramach modułu projektu: „Ekologia i TY” – jestem EKO uczniowie stworzyli rysunkowy kodeks młodego ekologa zawierający najważniejsze zasady związane z ochroną naszej planety. Byli również na wycieczce w lesie, gdzie zapoznali się z warstwami lasu i mocą drzew. Cieszy fakt, iż uczniowie dostrzegają wokół siebie przyrodę i funkcjonują w niej tak, żeby jej nie niszczyć.	Uczniowie klas I-III	Wychowawcy klas I-III
12. 2021r.	Zdrowe odżywianie- dokonujemy właściwych	Uczniowie samodzielnie wykonywali kolorowe, smaczne kanapki, surówki i sałatki. Akcja przypomniała dzieciom i	Uczniowie klas 0-III	Wychowawcy klas 0-III

	wyborów, konsumujemy zdrową żywność	rodzicom jak ważną rolę odgrywa śniadanie w prawidłowym funkcjonowaniu ucznia w szkole, koncentrację na zajęciach, chęć do nauki i zabawy.		
12. 2020r. 12. 2021r.	Światowy Dzień Walki z AIDS	Przygotowanie lapbooka o ludzkim wirusie utraty odporności - HIV oraz AIDS, czyli nabytej utracie odporności. Świadomość i wiedza pozwolą nam bezpiecznie żyć w XXI wieku. Na zajęciach wychowania do życia w rodzinie druga grupa uczniów przygotowała grę dydaktyczną, którą wykorzystujemy jako pomoc dydaktyczną na lekcji biologii w kolejnym roku szkolnym.	Uczniowie klas IV-VIII	Nauczyciel wdż Nauczyciel biologii
10.11.2021r.	Do Hymnu.	Nasza szkoła po raz kolejny przystąpiła do akcji #SzkołaDoHymnu. Następnie kolejne klasy uczestniczyły w biegu na 200, 300 i 600m.	Uczniowie klasa VII	Nauczyciel wdż
15.12.2021r.	Dzień Zdrowia Psychicznego.	Wszyscy uczniowie, nauczyciele i pracownicy szkoły przesyłali sobie wzajemnie uśmiechy i pozdrowienia. Wyczarowane rękami uczniów klasy III buźki dostarczały radosnej energii na cały dzień. Na drzwiach klas zawisły argumenty za wychowaniem dziecka w duchu optymizmu. Uczniowie zakładając na siebie żółtą koszulkę byli przekonani, że optymizm zwiększa poczucie własnej wartości, dodaje pewności siebie, sprzyja rozwijaniu zainteresowań i talentów, uczy tolerancji i altruizmu. Liczba uczniów w koszulkach pozwala na stwierdzenie, że wejdą oni kiedyś w świat ludzi dorosłych z podniesioną głową.	Uczniowie klas I-VIII	Dyrektor nauczyciele wychowania fizycznego Wychowawcy klas I-III
09.- 06. 2020/ 2021/ 2022 r.	Higiena słuchu, jako ważny element percepcji.	Przy każdej klasie ustawione zostały ławeczki, na których uczniowie mogą sobie spokojnie porozmawiać, powtórzyć materiał do kartkówki, na końcu korytarza znajdują się stoliki umożliwiające dzieciom konsumpcję drugiego śniadania. Kąciki	Uczniowie klas I-VIII rodzice	Koordinator

09.- 06. 2020/ 2021/ 2022 r.	Promowanie zdrowych nawyków żywieniowych	od razu zyskały popularność wśród społeczności szkolnej. Uczniowie chętnie spędzali tam czas wolny od nauki. W związku z nauczaniem zdalnym/hybrydowym i mniejszą ilością uczniów dzieci zatęskniły za gwarem szkolnym. ❖ Udział w programie „Owoce w szkole”, organizowanym przez ARMIR, ❖ Mleko w kartonie: ”Szlanka Mleka”	Uczniowie klas I- III	Dyrektor
09.- 06. 2020/ 2021/ 2022 r.	Edukacja prozdrowotna	„Bieg po zdrowie”, Trzymaj Formę” „Czyste powietrze wokół nas” , „Dzieciństwo bez próchnicy”, „By powstał dom potrzeba wiele troski”.	Klasa IV klasy IV- VIII Klasy 0-III	Sanepid Wychowawca kl. IV Nauczyciel biologii Współpraca z Sanepid /Pedagog/ Wychowawcy klas Dyrektor
09. – 06. 2020/ 2021/ 2022 r.	Jesteśmy aktywni ruchowo.	Nauczyciel wychowania fizycznego przez całe półrocze prowadził atrakcyjne zajęcia sportowe w ramach Szkolnego Klubu Sportowego”. Włączał do zajęć sportowych uczniów klas I-III, przygotowywał chętnych uczniów klas starszych do zawodów sportowych. Celem zajęć było promowanie zdrowego stylu życia, zachęcanie do uprawiania sportu i podejmowania różnych form aktywności fizycznej, gry fair-play. W gazetce szkolnej realizowana jest stała rubryka o zdrowiu.	Klasy I-VIII	Nauczyciele wychowania fizycznego
26.11.2021r.	Wyjazd do Parku Trampolin	Aktywna lekcja z trenerem w parku Trampolin w Płocku.	Klasa VIII	Nauczyciel Świetlicy
09. - 06. 2020/ 2021/ 2022 r.	Realizacja programów edukacyjnych.	Uczniowie zrealizowali program reintegracyjny: „Asertywność, stres i komunikacja”,	Klasy I-VIII	Pedagog/ wychowawcy klas

04. 2021r.	Warsztaty on-line z okazji Dnia Ziemi 2022r. W Ministerstwie Klimatu	- w klasie II i VII zrealizowano program: „Chroń się przed kleszczami wszelkimi sposobami”, „Kleszcz mały, czy duży, nic dobrego nie wróży” - „Nie pal przy mnie, proszę”- program zrealizowano w klasach I-III, Warsztaty Ministerstwa Klimatu i Ochrony Środowiska – uczniowie naszej szkoły, którzy uczestniczyli w warsztatach podzielili się na stronie internetowej szkoły swoimi przemyśleniami,	Klasa V, VI, VII i VIII Chętni uczniowie klas VII i VIII	Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna Nauczyciel biologii Wychowawcy klas I-III Pedagog Nauczyciel biologii
11. 2021 11. 2022r.	Szkoła z Prawami Dziecka.	Happening, mający na celu uświadomienie uczniom ich praw i obowiązków, zrozumienie, że inni ludzie też posiadają prawa, nabycie wiedzy, do kogo mogą zwrócić się o pomoc, poczucie się częścią grupy.	Uczniowie klas 0-VIII	Pedagog/ wychowawcy klas
Cały rok 2021 i 2022	Prowadzenie stałej rubryki o zdrowiu.	Na tablicy umieszczonej na korytarzu szkolnym uczniowie poszczególnych klas wykazując się talentami plastyczno-technicznymi, literackimi i technologia IT przedstawiają własne spojrzenie na znaczenie, miodu, ziół i diet w życiu dziecka, nastolatka. Wspólne działanie integruje uczniów, wpływa na rozwój myślenia krytycznego, doskonalą umiejętność prezentowania pracy grupy.	Rodzice uczniów klasy VII Uczniowie klas I-VIII	Dyrektor Rodzice Nauczyciel biologii nauczyciel wdz
Cały rok 2021 i 2022	Drużyna Energii	Zajęcia sportowe dostarczały emocji i rywalizacji – byliśmy bardzo dobrzy - udało się zdobyć dla naszej szkoły sportowe stroje i poprawić kondycję fizyczną. Poznanie i utrwalenie zasad zdrowego odżywiania – poznanie ziół i nowalijek jako produktów zdrowych i potrzebnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu.	Uczniowie klas IV-VIII Uczniowie klas O-III	Dyrektor Wychowawcy klas O-III
Wiosna 2020/2021/	Nowalijki i zioła z własnego parapetu			

2022r.		Zachęcanie do zastępowania niezdrowych produktów żywieniowych w codziennej diecie produktami zdrowymi. Wykorzystywanie jako dodatek do drugiego śniadania spożywanego w szkole.	Uczniowie klas I-VIII	Nauczyciele biblioteki
2021/2022	Biblioteka uczy, inspiruje „Ferie z książką”	Poprawa wzajemnych relacji pomiędzy uczniami, wyciszenie, poprawa koncentracji, zaangażowanie w życie społeczne, zdrowo spędzony czas wolny.	Uczniowie klas I-III	Dyrektor Nauczyciele dyżurujący
Okres pracy w sieci	Zagospodarowanie przerwy według pomysłu uczniów.	Uczniowie grają w ping-ponga, słuchają okazjonalnie muzyki różnych krajów, kołęd w języku angielskim i niemieckim, skaczą na piłkach „skaczących”.	Uczniowie klas IV-VIII	Nauczyciele oddziałów przedszkolnych
2021/2022	Zdroworozsądkowo od oddziału przedszkolnego	Dzieci w oddziałach przedszkolnych otrzymują tylko wodę i soki do picia – wyeliminowane zostały słoduche z diety.	Dzieci z oddziałów przedszkolnych, rodzice dzieci	

2. Opis wyników autoewaluacji w 2 standardach – zestawienie problemów priorytetowych zdiagnozowanych w okresie kandydowania oraz efektów działań – Jak było? Co się zmieniło? Jak jest obecnie?

WYNIKI AUTOEWALUACJI PO DWÓCH LATACH PODEJMOWANYCH DZIAŁAŃ W MAZOWIECKIEJ SIECI SZKOŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE (opracowane przez koordynatora i nauczycieli zespołu promocji zdrowia w naszej szkole a następnie zaprezentowane całej społeczności szkolnej – 21 marca 2022r.).

Zostały zgromadzone dane w zakresie II standardów (II i III).

Do zebrania wyników zespół posłużył się następującymi metodami i technikami badawczymi:

- badania ankietowe uczniów klas VI-VIII, (N= 26),
- prace pisemne uczniów klasy V (dotyczące badania klimatu), N=5
- prace „Narysuj i napisz” - uczniów klasy III, N=10
- ankiety skierowane do rodziców (N=21),
- ankiety skierowane do nauczycieli (N=7)
- ankiety skierowane do pracowników niepedagogicznych (N=7),
- analiza dokumentów, obserwacja bezpośrednia.

PODSUMOWANIE WYNIKÓW W STANDARDZIE II – KLIMAT SPOŁECZNY SPRZYJA ZDROWIU I DOBREMU SAMOPOCZUCIU UCZNIÓW, NAUCZYCIELI I INNYCH PRACOWNIKÓW SZKOŁY ORAZ RODZICÓW UCZNIÓW.

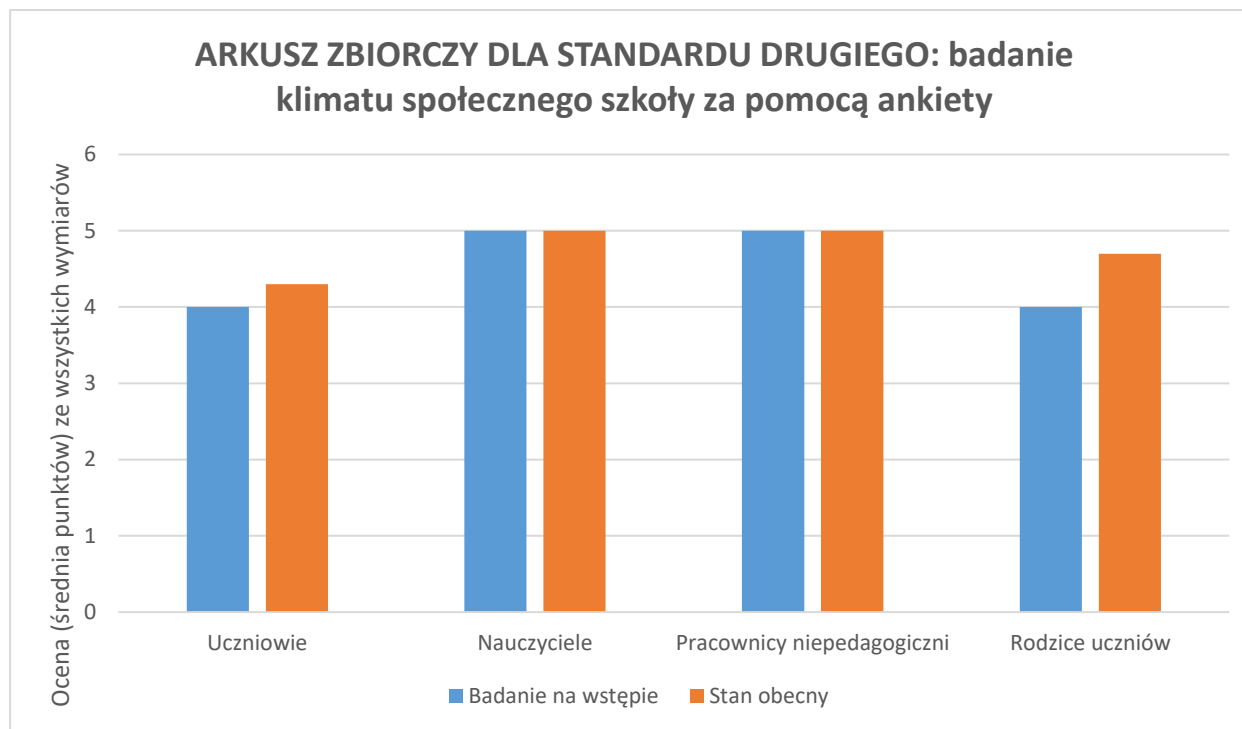
ARKUSZ ZBIORCZY DLA STANDARDU DRUGIEGO: badanie klimatu społecznego szkoły za pomocą ankiety Załącznik II

Badana grupa liczba zbadanych osób	Wymiary (numery stwierdzeń)	Ocena (średnia punktów) w każdym wymiarze		Ocena (średnia punktów) ze wszystkich wymiarów		Elementy wymagające poprawy (jeśli aktualny stan odbiega od pożądanego (5 pkt)
		było	jest	było	jest	
1	2	było	jest	było	jest	5
Uczniowie liczba: 26	Stwarzanie uczniom możliwości uczestnictwa w życiu szkoły (3–5)	4	4,3	4,0	4,3	Zbyt mało miłych słów i pozytywnych emocji.
	Relacje i wsparcie ze strony nauczycieli (6–9)	4	4,5			
	Relacje między uczniami (10–14)	4	4,2			
Nauczyciele	Stwarzanie nauczycielom możliwości uczestnictwa w życiu szkoły (4–50)	5	5,0	5,0	5,0	

liczba:7	Relacje i wsparcie ze strony dyrekcji szkoły (6–9)	5	5,0			
	Relacje między nauczycielami (10–12)	5	5,0			
	Relacje z uczniami (13–16)	5	5,0			
	Relacje z rodzicami uczniów (17–19)	5	5,0			
Pracownicy niepedagogiczni liczba: 7	Stwarzanie pracownikom możliwości uczestnictwa w życiu szkoły (4–5)	5	5,0	5,0	5,0	
	Relacje i wsparcie ze strony dyrekcji szkoły (6–8)	5	5,0			
	Relacje z nauczycielami (9–11)	5	5,0			
	Relacje z innymi pracownikami szkoły, którzy nie są nauczycielami (12–14)	5	5,0			
	Relacje z uczniami (15–17)	5	5,0			
Rodzice uczniów liczba: 21	Stwarzanie rodzicom możliwości uczestnictwa w życiu szkoły (3–6)	4	4,5	4,0	4,7	Niewystarczające możliwości uczestniczenia w życiu szkoły.
	Relacje z nauczycielami i dyrekcją (7–9)	5	5,0			
	Postrzeganie przez rodziców sposobu, w jaki nauczyciele traktują ich dziecko (10–13)	4	5,0			
Średnia liczba punktów				4,50	4,75	

Średnia liczba punktów dla standardu drugiego dla wszystkich badanych grup: 4, 50 - stan wyjściowy i 4,75 - obecnie.

Wyloniony problem priorytetowy: „Zbyt mało miłych słów i pozytywnych emocji wśród uczniów”.



Wnioski:

- W dalszym ciągu panują bardzo dobre relacje na płaszczyźnie: Dyrektor - Nauczyciele – Pracownicy Niepedagogiczni.
- Przez cały czas utrzymują się bardzo dobre relacje między nauczycielami.
- Poprawiły się relacje między uczniami. 84,6% ankietowanych stwierdza, że bardzo dobrze i dobrze czuje się w szkole a 15,4% uczniów przyznaje, że bieżąca sytuacja szkolna wywołuje u nich poczucie dyskomfortu. Nie udało nam się w tym wymiarze osiągnąć założonego kryterium sukcesu -91%, ponieważ w roku szkolnym 2020/2021 w naszej szkole rozpoczęło edukację dwóch braci (klasa IV i VII) po traumatycznych przeżyciach związanych ze

śmiercią rodziców. Dwie osoby w mało licznej grupie obniżają wynik. Chłopcy zapewne (mimo udzielonej pomocy szkoły w każdym wymiarze) czują się źle w domu i w szkole. Ogólnie wyższy procent badanych (niż przy tworzeniu planu) wykazuje zadowolenie z relacji między uczniami, co daje nam ogromną satysfakcję z faktu, że podejmowaliśmy działania, które pomogły młodzieży przejść przez: trudny czas dojrzewania, w którym intensywnie rozwijają się relacje między koleżankami, kolegami i epidemię wirusa SARS-CoV-2, kiedy to życie codzienne uczniów bardzo się zmieniło (kształcenie na odległość, brak pracy w grupie, niepewność, jak będzie wyglądał egzamin ósmoklasisty).

- Coraz więcej ankietowanych uczniów ma lepsze relacje z nauczycielami i otrzymuje wsparcie ze strony pedagogów. (89,7% uczniów w pytaniu 9 ankiety zaznaczyło, że może liczyć na wsparcie ze strony nauczycieli). Zdajemy sobie sprawę, że dobre relacje między uczniem a nauczycielem są podstawą uzyskania oczekiwanych efektów nauczania. Jeżeli uczeń czuje, że jest akceptowany, czuje się bezpiecznie, a nauczyciel do jego problemów odnosi się z szacunkiem i zainteresowaniem, wówczas buduje się atmosferę powodującą pełne wykorzystanie potencjału ucznia.
- W dalszym ciągu uczniowie czują niedosyt w zakresie możliwości uczestnictwa w życiu szkoły. Czas pandemii wymógł na nas organizację wielu przedsięwzięć w innej, niż planowaliśmy formie. W inny sposób prowadzone były akcje charytatywne i na rzecz środowiska, akademie i uroczystości szkolne.
- Rodzice są zadowoleni z traktowania dzieci przez nauczycieli. Osiągnęliśmy średni przyrost w wymiarze o 0,7 pkt. Matki naszych uczniów prowadzą gospodarstwo domowe, dlatego często były obecne przy prowadzeniu lekcji zdalnych przez nauczycieli i mogły zweryfikować informacje otrzymywane od swoich dzieci dotyczące stosunku nauczyciel - uczeń. Rodzice zrozumieli na czym polega indywidualizacja pracy z dzieckiem, w jakim celu podawane

jest kryterium sukcesu i ile czasu uczeń potrzebuje na pracę domową. Chętnie i w dogodnej dla siebie porze rodzice mogli korzystać z linków, które polecał dyrektor szkoły i pedagog. Ponadto bardzo dobrze wśród nauczycieli i rodziców naszej szkoły był rozbudowany system samopomocy – powszechną praktyką była pomoc udzielana mniej kompetentnym cyfrowo nauczycielom i rodzicom przez młodsze koleżanki i kolegów.

W tym trudnym czasie staraliśmy się zachęcać rodziców i uczniów do korzystania z porad pedagoga, psychologa, ze szkoleń on-line, realizowaliśmy z uczniami projekty on-line, promowaliśmy działania poszczególnych klas na szkolnej stronie internetowej i Facebook-u, doskonaliliśmy swoje umiejętności dotyczące pracy zdalnej z uczniami, realizowaliśmy zajęcia sportowe, logopedyczne, wychowania do życia w rodzinie oraz programy profilaktyczne.

- Nastąpiła poprawa w zakresie stwarzania rodzicom możliwości uczestnictwa w życiu szkoły. Pandemia była szansą na nowe otwarcie w relacji nauczyciel-rodzic. Niektórzy rodzice czuli się zagubieni, potrzebowali wsparcia i bardziej niż przed epidemią gotowi byli do skorzystania z pomocy nauczyciela.
- Dobre relacje między wszystkimi grupami w szkole potwierdzają również dane zawarte arkusza oceny efektów działań w zakresie dobrego samopoczucia, które jest istotnym czynnikiem wpływającym na motywację do lepszej pracy.

Rekomendacje:

- zachęcać uczniów i rodziców do podejmowania inicjatyw mogących mieć wpływ na organizację i przebieg imprez szkolnych,
- „Jak nauczyć się mówić więcej”? – zorganizowanie spotkania z aktorem.

Badanie klimatu społecznego wśród uczniów w klasie III metodą: "Narysuj i Napisz"

- Liczba badanych uczniów 10 (90,1%).

Badanie zostało przeprowadzone przy pomocy techniki „Narysuj i napisz”. Uczniowie mieli za zadanie narysować i opisać to: Co lubią w klasie? / Czego nie lubią w klasie?

ARKUSZ ZBIORCZY do badania klimatu społecznego klasy techniką „Narysuj i napisz” przedstawia się następująco:

Wymiary klimatu społecznego klasy	Treści rysunków i ich opisu (wskaźniki)			
	Pozytywne – co lubię w klasie? (na podstawie rysunków)		Negatywne – czego nie lubię w klasie? (na podstawie rysunków)	
	Rodzaj	Liczba uczniów	Rodzaj	Liczba uczniów
Relacje nauczyciel-uczniowie	- wspólna zabawa uczniów z wychowawczynią	10	Zbyt dużo pracy domowej	4
Relacje między uczniami	- wspólne gry (warcaby)	4	- nie podano	
	-wspólne zabawy	4		
	-wspólne projekty	2		
Zachowanie uczniów - na lekcjach - na przerwach	-praca w parach	3	- zwracania uwagi przez nauczycieli, że nie wolno biegać po korytarzu	8
	- rozwiązywanie zadań z matematyki	2		
	- gry w berka	5		

Przedmioty, zadania i czynności w szkole	- wychowanie fizyczne - informatyka - ed.polonistyczna	6 3 1	- trudnych zadań z ed. mat. - nauki na pamięć	1 2
Wyjazdy i imprezy szkolne	Wycieczki Mikołajki	10 1	Krzyk w autokarze	1
inne				

Wyłoniony problem priorytetowy: „Zbyt dużo nauki na pamięć”.

Wnioski:

- **Uczniowie klasy III** stanowią zintegrowaną grupę. Dzieci wyrażają w stosunku do swojej wychowawczyni sympatię.
- Najczęściej wymieniane lubiane edukacje to w-f, informatyka, ed. polonistyczna.
- w klasie III panuje pozytywny klimat społeczny, który sprzyja osiągnięciom szkolnym uczniów, ich motywacji do nauki, satysfakcji ze szkoły.
- Występują bardzo dobre relacje między uczniami w klasie. Uczniowie lubią wspólnie bawić się podczas przerw, realizować wspólne projekty, pracować w parach.

- 40% respondentów stwierdza, że nie lubi zbyt dużo pracy domowej i nauki na pamięć (wiersze). Nauczyciel stosuje indywidualizację nauczania a prace domowe nie zajmują więcej niż 20 minut dziennie (doskonalenie czytania tekstu ze zrozumieniem, nauka wierszy na pamięć, zadanie z ed. matematycznej utrwalające wiadomości zdobyte na lekcji, czytanie lektur).
- Przeszkadza też uczniom zakaz biegania po korytarzu. Przerwę dzieci traktują jako odpoczynek od lekcji. Chociaż aktywność ruchowa jest niezbędnym elementem rozwoju dziecka to ze względu na bezpieczeństwo nauczyciel dyżurujący zwraca uwagę na to, żeby dzieci nie biegały. Ponadto w naszej szkole wszyscy uczniowie podczas przerw mają możliwość korzystania z gry w tenisa stołowego (jest do tego osobno wydzielone miejsce). Młodsze dzieci mają też swoją przestrzeń gdzie mogą odpocząć, czy pograć w planszówki. Podczas nauczania hybrydowego uczniowie mogli również poskakać na korytarzu na piłkach – kangurach – (aktywność ta bardzo podobała się uczniom).

Rekomendacje:

- Należy uświadamiać uczniów, że czytanie i pisanie to najważniejsze umiejętności nabywane w klasach I–III. Bez systematycznej pracy, ćwiczenia i utrwalania, także w domu, uczeń może mieć duże problemy w ich opanowaniu.
- Indywidualizować, w jeszcze większym stopniu, naukę recytacji wierszy, fragmentów prozy.

Badanie klimatu społecznego wśród uczniów klasy V za pomocą prac pisemnych.

ARKUSZ ZBIORCZY do badania klimatu społecznego klasy za pomocą prac pisemnych.

Liczba zbadanych uczniów klasy V N=5 (63%)

Wymiary klimatu społecznego klasy	Treści prac (wskaźniki)			
	Pozytywne – co lubię w klasie?		Negatywne – czego nie lubię w klasie?	
	Rodzaj	Liczba uczniów	Rodzaj	Liczba uczniów
1.Samopoczucie i ogólna ocena atmosfery w klasie.	- atmosfera dobra,	5	- nie podano	5
2. Relacje: uczniowie - nauczyciele.	- bardzo miłe, - dobre	2 3	- nie podano	5
3. Relacje między uczniami	- bardzo dobre	4	- nie wszyscy się dogadują	1
4. Możliwości efektywnej pracy na lekcjach i obciążenie nauką szkolną.	- dobre	1	- dużo zadań domowych	4
5.Wyjazdy, imprezy i inne zajęcia szkolne	- dobra zabawa, - fajne imprezy	2 1	- więcej wycieczek	2
6. Inne	-----	-----	-----	-----

Wnioski:

- W klasie panuje zaufanie między nauczycielem i uczniami oraz między uczniami.

- Uczniom bardzo podobają się uroczystości i imprezy organizowane w szkole stacjonarnie i on-line, co jest mocną stroną szkoły. Dzieci tej klasy chciałyby więcej wycieczek szkolnych, co jest zrozumiałe po zdalnym nauczaniu, kiedy kontakty z rówieśnikami były osłabione.
- 80% uczniów stwierdziło, że są zbyt obciążeni nauką. Ta klasa po prawie półtorarocznej przerwie od tradycyjnej nauki w szkole najwyraźniej obawia się wymagań stawianych przez nauczycieli.

Rekomendacje: zadając pracę domową, każdy nauczyciel powinien brać pod uwagę obciążenie uczniów wynikające z realizacji pozostałych przedmiotów.

ARKUSZ OCENY EFEKTÓW DZIAŁAŃ W ZAKRESIE DOBREGO SAMOPOCZUCIA W SZKOLE

(ankiety uczniowie klas VI-VIII, nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni, rodzice)

Załącznik V

Dobre samopoczucie w szkole (część E ankiety)

Badana grupa	Średnia liczba punktów		Najważniejsze lub najczęściej powtarzające się czynniki wpływające na samopoczucie (dotyczy odpowiedzi na pytania otwarte w ramkach)		Przyczyny nieudzielenia odpowiedzi na pytania otwarte
			DOBRZE	ŹLE	
1	było	jest	3	4	5
Uczniowie Liczba zbadanych: 26	3,33	4	- mili i sprawiedliwi, - spotkania z koleżankami, - lubię spotykać się z przyjaciółmi, - lubię się uczyć, - mała ilość kartkówek i sprawdzianów, - język angielski i w-f.	- trudne tematy, - matematyka, - nauka, - nie lubię się uczyć, - nie lubię chodzić do tablicy	26,9% uczniów nie udzieliło odpowiedzi na pytania otwarte.

Nauczyciele Liczba zbadanych:7	5	5	- miła atmosfera, - lubię swoją pracę	- nie ma takich czynników	
Pracownicy niepedagogiczni Liczba zbadanych:7	4,66	5	- właściwa atmosfera, - dobre relacje	- nie ma takich czynników	
Rodzice Liczba zbadanych:21	5	5	- miła atmosfera, pomoc nauczycieli, zdobywanie wiedzy przez dziecko, życzliwość nauczycieli, relacje między pracownikami a rodzicami, - zawsze jestem wysłuchana, gdy pojawia się problem. Wszyscy są życzliwi i starają się mi pomóc w przezwyciężeniu ewentualnych trudności. Traktują mnie z szacunkiem	- nie ma takich czynników	
Średnia liczba punktów dla czterech grup	4,50	4,75			

Elementy wymagające poprawy: Analiza problemu niechęci uczniów do nauki.

Wnioski:

- Samopoczucie nauczycieli i rodziców pozostaje na tym samym poziomie (5pkt).

- Poprawiły się relacje wśród pracowników niepedagogicznych. Nowo przyjęte osoby zaklimatyzowały się w szkole.
- 26,9% uczniów nie podała w pytaniach otwartych, co dobrze wpływa na relacje między uczniami, a co źle.
- Jako czynniki, które źle wpływają na samopoczucie uczniów respondenci wskazywali: trudne tematy, matematykę, naukę, fakt że nie lubią się uczyć oraz nie lubią chodzić do tablicy.
- Aby utrzymać dobre relacje między uczniami (zminimalizować agresję słowną, używanie wulgaryzmów, poprawić kulturę języka, zadbać o miłe gesty i pozytywne emocje) po powrocie do szkoły podejmowane były następujące działania:
 - zorganizowane były zajęcia wyrównujące ze wskazanych przez uczniów przedmiotów,
 - odbywały się zajęcia rozwijające i wyrównawcze,
 - zapewniona była stała obecność w szkole, w sytuacji pandemicznego stresu, szkolnego psychologa i pedagoga,
 - pomoc psychologa i pedagoga.
 - organizowane były w szkole dodatkowe zajęcia ruchowe (SKS-y), które dały uczniom możliwość poprawy formy fizycznej i samopoczucia,
 - uczniowie mogli brać udział w turniejach, zawodach i zajęciach sportowych,
 - w szkole prężnie działało Szkolne Koło CARITAS,
 - odbywały się warsztaty dla uczniów i rodziców służące wsparciu w pandemii,
 - przygotowaliśmy kreatywne wydarzenia specjalne on-line, takie jak literkowy drybling, rozwój kreatywności u uczniów w ramach Szkoły Wspierającej Uzdolnienia,

- prowadzone były atrakcyjne zajęcia, takie jak wirtualne muzeum, żywa lekcja historii, wspólne projekty z języka polskiego, jęz. angielskiego, matematyki, biologii, chemii, fizyki, historii, geografii, języka niemieckiego,
- nauczyciele dzielili się z uczniami mikro-pigułkami wiedzy na temat tego, jak radzić sobie z lockdownem i nauką podczas edukacji zdalnej,
- organizowane były wspólne działania budujące relacje – andrzejki, mikołajki, wycieczki, happeningi, Dzień Rodziny, Dzień Sportu, wspólne uroczystości: wigilia, Jasełka (wystawiane dla społeczności lokalnej w kościele i dla Radnych Gminy Siemiatkowo), konkurs: "Warto być dobrym", podczas których uczniowie mogli spędzić razem czas, również poza lekcjami,
- dzieliliśmy się wiedzą i ciekawymi inspiracjami na szkolnej e-stronie i Facebooku,
- Tworzona była gazetka szkolna, ze stałą rubryką dotyczącą aktywności fizycznej,
- Dzień Zdrowia Psychicznego, Szkolny Dzień Optymizmu,
- Udział w projektach prozdrowotnych: „Przygotujmy lepszy Świat”, Dzień Zdrowia, Szkolny Masterchef, który mimo iż cieszył się bardzo dużą popularnością wśród uczniów musiał zostać zawieszony w związku z pandemią,
- zorganizowaliśmy strefy ciszy w szkole, stawiając ławki, przy każdej klasie, organizując kącik ciszy w bibliotece szkolnej,
- wyrabialiśmy wśród uczniów nawyk cichej rozmowy oraz uświadamialiśmy im, że można inaczej spędzać czas np. czytając, powtarzając materiał do kartkówki, przygotowując się do konkursów czytelniczych, np. „Szkolne Przygody Gangu Fajniaków”, „Szkolne Przygody Gangu Słodziaków”,

- okazjonalnie puszczana była relaksująca muzyka podczas przerw,
- Stworzono wiele możliwości zaangażowania się uczniom w szkolny wolontariat (zbiórka żywności dla Ośrodka w Kraszewie – Czubakach, Góra Grosza, zbiórka karmy dla Schroniska Zwierząt w Żurominie),
- zorganizowane zostały dodatkowe dyżury nauczyciela przy wejściu do szatni szkolnej.

Rekomendacje: Zbadać, problem niechęci uczniów do nauki.

Podjęmowanie działań dla umacniania zdrowia (część F ankiety)

Badana grupa	Odsetek odpowiedzi Tak 2		Działania dla umacniania zdrowia podejmowane	
			NAJCZĘŚCIEJ	NAJRZADZIEJ
1	Wcześniej	Obecnie	3	4
Uczniowie Liczba zbadanych: 26	80,58%	89,9%	- staram się być bardziej aktywna/y fizycznie, - staram się myśleć o sobie pozytywnie - staram się w ciągu dnia znaleźć czas na odpoczynek, - zwracam większą uwagę na to, jak się odżywiam, - bardziej dbam o higienę osobistą,	-ograniczam czas spędzany przy komputerze, - proszę kogoś o pomoc, jak mam jakieś kłopoty
Nauczyciele Liczba zbadanych:7	84,6%	95,2%	- zwracam większą uwagę na relacje z bliskimi, - zwracam większą uwagę na samobadanie - wyeliminowałam/em zachowanie ryzykowne, - zwracam się do innych o pomoc, gdy mam jakiś trudny problem do rozwiązania, - staram się być bardziej aktywna, -znajduję coraz częściej czas na odpoczynek, - rozwijam swoje umiejętności radzenia sobie ze stresem	-zwracanie większej uwagi na to, jak się odżywiam

Pracownicy niepedagogiczni Liczba zbadanych:7	75,61%	100%	- zwracanie większej uwagi na to, jak się odżywiam- - staram się być bardziej aktywna, - zwracam większą uwagę na relacje z bliskimi, - zwracam większą uwagę na samobadanie, - znajduję coraz częściej czas na odpoczynek, - rozwijam swoje umiejętności radzenia sobie ze stresem	
Średni odsetek dla trzech grup	80,26%	95%		

Elementy wymagające poprawy: Nie wszyscy uczniowie spędzają swój wolny czas w sposób aktywny, są dzieci, które nadużywają telefonów i gier komputerowych lub przesiadują godzinami w sieci.

Wnioski:

- Zwiększył się procent osób zwracających uwagę na dbałość o zdrowie fizyczne i psychiczne.
- Edukacja zdrowotna skierowana na rodziców, jak również praktykowanie zdrowego odżywiania na stołówce szkolnej) przyniosła efekt w postaci lepszego odżywiania się dzieci (bowiem to rodzice przygotowują dla uczniów posiłki),
- 27% uczniów nie kontroluje czasu spędzanego przy komputerze,
- 18,4% uczniów nie zwraca się o pomoc do innych w przypadku kłopotów,

e) Wśród nauczycieli najmniej było wyborów dotyczących zwracania uwagi na to, jak się odżywiają – w dalszym ciągu podjadają niezdrowe przekąski.

Rekomendacje:

- Kontynuacja działań, które pozwoliły na osiągnięcie kryterium sukcesu,
- Propagowanie aktywnego stylu życia.

Podsumowanie wyników w standardzie trzecim

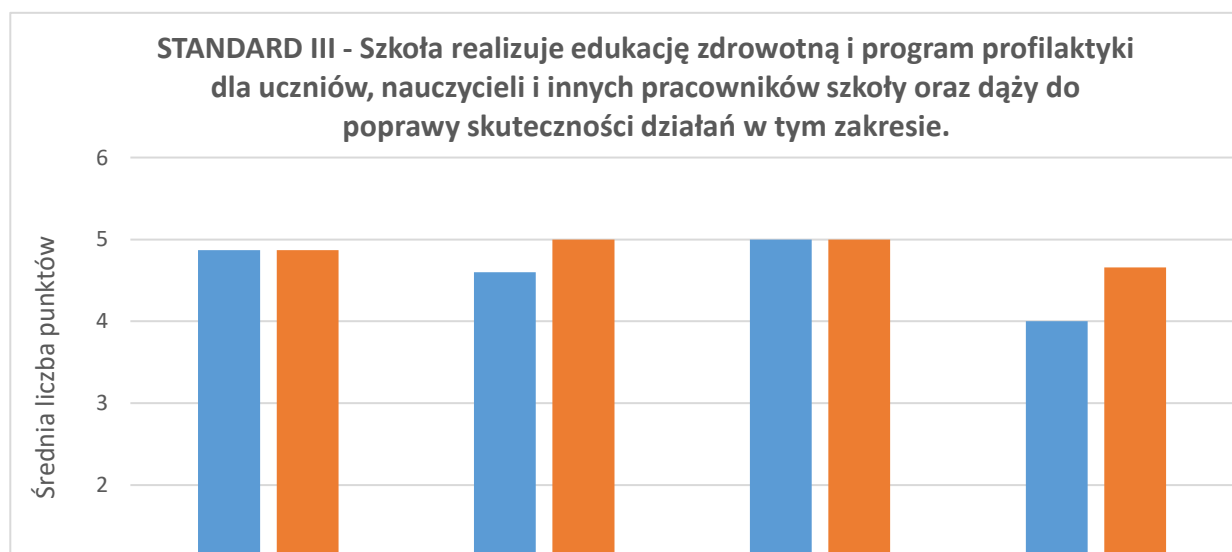
STANDARD III - Szkoła realizuje edukację zdrowotną i program profilaktyki dla uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz dąży do poprawy skuteczności działań w tym zakresie.

Wymiar	Średnia liczba punktów b		Wybrane elementy, których poprawa jest pilna i możliwa (wybierz je z kolumny 3)
a	W okresie kandydowania	Po dwóch latach pracy w Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących zdrowie	C
1. Realizacja edukacji zdrowotnej zgodnie z podstawą programową kształcenia ogólnego	4,87	4,87	Realizacja edukacji zdrowotnej odbywa się zgodnie z podstawą programową. W naszej szkole uczniowie mają możliwość korzystania z gabinetu profilaktyki zdrowotnej prowadzonego przez pielęgniarkę w poradni Podstawowej Opieki Zdrowotnej. Gabinet nie działa obecnie w szkole (braki kadrowe spowodowane epidemią COVID).

2. Aktywny udział uczniów w procesie edukacji zdrowotnej, współpraca z rodzicami i społecznością lokalną	4,60	5,0	
3. Działania dla poprawy jakości i skuteczności edukacji zdrowotnej	5,0	5,0	
4. Edukacja zdrowotna nauczycieli i pracowników niepedagogicznych	4,0	4,66	Zbyt mało zajęć dotyczących zdrowia dla nauczycieli
5. Średni wynik	4,61	4,88	

Średnia liczba punktów dla standardu trzeciego (dla 4 wymiarów) wynosiła wcześniej 4,61 a obecnie 4,88.

Problem priorytetowy: Zbyt mało szkoleń dotyczących zdrowia.



Wnioski:

- Dostęp do szkoleń on-line spowodował, że więcej nauczycieli szkoli się w różnych zakresach,
- Uczniowie ze swojego punktu widzenia raz w miesiącu przygotowywali materiały edukacyjne dotyczące znaczenia, roli i wykorzystania ziół, miodu, stosowania diet u dzieci, młodzieży i dorosłych, które prezentowali na korytarzu szkolnym (przedstawiony w ciekawy sposób materiał przyciągał uwagę) – szkolenia nieformalne dla całej społeczności szkolnej, z których szczególnie korzystali pracownicy niepedagogiczni.
- Wzrósł aktywny udział uczniów w edukacji zdrowotnej.
- Nastąpiła modyfikacja menu na stołówce szkolnej - panie kucharki raz w miesiącu włączały do potraw wylosowane przez klasę (owoc, warzywo, roślinę zielarską, miód),
- Biorąc udział w programach zewnętrznych: "Nie pal przy mnie, proszę", „Przygotujmy lepszy świat” szkoliliśmy się w zakresie zagrożeń chorobami nowotworowymi, zmianami, które powinniśmy zastosować na swoim talerzu, żeby lepiej funkcjonował nasz organizm.

- Stworzyliśmy uczniom i rodzicom (praca nad planem wychowawczym klasy) możliwość włączenia, zaproponowanych przez nich, tematów dotyczących edukacji zdrowotnej do rozkładów materiału i ich realizację aktywnymi metodami,
- Na zajęciach wdż do skrzynki pytań uczniowie mieli możliwość wrzucić pytania z zakresu edukacji zdrowotnej, które chcieliby omówić z nauczycielem,
- Rozszerzyliśmy współpracę z rodzicami uczniów w pierwszym roku pracy – organizując więcej zajęć kulinarnych-tradycyjne potrawy Wielkanocne, natomiast epidemia Covid 19 zmieniła zakres współpracy – musieliśmy bardziej nastawić się na promowanie zachowań zdrowotnych on-line.
- Realizowaliśmy więcej projektów i informowaliśmy o nich on-line rodziców. Ten sposób przekazywania informacji bardzo odpowiada rodzicom naszych uczniów, gdyż są to osoby (w przeważającej większości) młode, które chętnie korzystają z mediów społecznościowych. Realizując projekt uczeń mógł pracować na miarę swoich możliwości. Co więcej mógł nawiązać kontakt z osobami starszymi, włączyć je w działania – i tak też się działo-rodzice bardziej zaangażowali się w utrwalanie zachowań uczniów nabywanych w szkole.
- W czasie, gdy nie obowiązywały zasady reżimu sanitarnego do pracy włączyliśmy praktykowanie zachowań prozdrowotnych - koktajle z owoców, sałaki z ulubionym warzywem, gofry z sezonowymi owocami, wspólne drugie śniadanie,
- Sprawdzaliśmy skuteczność działań długofalowych (wywiady, rozmowy, ankiety na Teams),
- Zapraszaliśmy przedstawicieli organów władzy (wójta Gminy Siemiatkowo, ks. parafii Gradzanowo, sołtysa sołectwa Krzeczanowo) na cykliczne imprezy poświęcone problematyce zdrowotnej a w czasie pandemii

upowszechnialiśmy nasze działania w Internecie oraz cyklicznie wydając gazetkę szkolną, która posiada stałą rubrykę dotyczącą aktywności fizycznej.

Rekomendacje:

- Przedstawić ofertę zajęć z edukacji zdrowotnej - minimalnie jedno szkolenie - maksymalnie trzy - w ciągu roku.
- Kontynuacja działań, które pozwoliły na osiągnięcie kryterium sukcesu.

3. Najważniejsze zmiany, jakie dokonały się w szkole w wyniku realizacji planu *Szkola Promująca Zdrowie* w ostatnich 3 latach.

Po wymaganym okresie działań szkoły ubiegającej się o Certyfikat Wojewódzki Szkoły Promującej Zdrowie możemy stwierdzić, że:

- działania w ramach programu były systematycznie realizowane,
- w każdym roku szkolnym wyłaniane były problemy priorytetowe, ustalane były cele wynikające z potrzeb szkoły na kolejne lata szkolne, których realizacja poddawana była ewaluacji. Rok szkolny 2020/21 należał do trudnych jeśli chodzi o planowanie działań. Pewne ograniczenia spowodowane przepisami dotyczącymi pandemii wymusiły na szkole ograniczenie działań, zwłaszcza z udziałem akcentów z zewnątrz. Ten fakt staraliśmy się zniwelować poprzez realizację działań on-line na platformie Microsoft Teams. Cały czas zespołowi SzPZ towarzyszyło przesłanie, dążenia do realizacji zadań zgodnych ze standardem II – „Klimat społeczny szkoły sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów”.

- w tworzenie i rozwój Szkoły Promującej Zdrowie zaangażowani są nie tylko nauczyciele, ale też uczniowie, pracownicy niepedagogiczni oraz rodzice.
- nad przebiegiem działań czuwał powołany Zespół Promocji Zdrowia, aktywnie wspierany przez Dyrektora Szkoły.
- zespół wzbogaca swoją wiedzę i umiejętności poprzez poszukiwanie wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej w różnych źródłach, organizuje akcje prozdrowotne oraz kontaktuje się z instytucjami, które te działania wspierają i promują.

Zmiany, które zaszły w naszej szkole, to m.in.

- a) Wzrosło zaangażowanie i rozszerzyła się współpraca nauczycieli, uczniów, rodziców podczas realizacji coraz to nowszych programów edukacyjnych i profilaktycznych zapewniających wszechstronny rozwój naszych uczniów i edukację zdrowotną,
- b) Mimo nauki zdalnej nauczyciele wychowania fizycznego dbali o aktywność fizyczną i spędzanie czasu wolnego, który w połączeniu ze zdrowym żywieniem jest jednym z podstawowych elementów zdrowego stylu życia. U młodzieży jedną z przyczyn niskiej aktywności fizycznej jest rozwój nowych technologii informacyjnych i komunikacyjnych, z wykorzystaniem komputerów i Internetu (na co wskazali również respondenci w naszej szkole). Dlatego wszyscy nauczyciele dbali o rozwój hobby u uczniów (artystyczne, sportowe, naukę, spacer, angażowali w projekty, uroczystości stacjonarne czy on – line prowadzili zabawy ruchowe na świeżym powietrzu,

- c) Uczniowie dokonują właściwych wyborów żywieniowych, dzięki aktywnie działającej stołówce szkolnej, w której serwowane są obiady, a od bieżącego roku szkolnego również i zdrowe śniadania dla dzieci oddziału przedszkolnego.
- d) Relacje między uczniami także uległy poprawie. Przystępowaliśmy do programu SPZ jako szkoła sześcioklasowa a ubiegamy się o certyfikat wojewódzki jako szkoła ośmioklasowa. Trudny wiek dojrzewania uczniów udało nam się ukierunkować, przy wsparciu rodziców, nauczycieli, początkowo również pielęgniarki na edukację zdrowotną młodych osób w celu kształtowania u nich właściwych postaw prozdrowotnych. Aktywność uczniów w projektach prozdrowotnych pozwoliła uniknąć zachowań ryzykownych, które w obecnych czasach są wręcz niemożliwe do całkowitego wyeliminowania a służą zaspokajaniu specyficznych potrzeb wieku dorastania: integracji z rówieśnikami, manifestowaniu niezależności,
- e) strona internetowa okazała się bardzo dobrym źródłem informacji z życia szkoły.

4. Mocne strony szkoły w zakresie tworzenia *Szkoły Promującej Zdrowie* .

Mocne strony szkoły:

- nabyliśmy nowe umiejętności przeprowadzania diagnozy i autoewaluacji działań w zakresie promocji zdrowia wśród społeczności szkolnej, co pozwala nam na lepszą organizację działań prozdrowotnych,
- nauczyciele są kreatywni, potrafią współpracować ze sobą realizując zadania prozdrowotne np. „Drużyna Energii”, „Śniadanie daje moc”, „Czas na zdrowie”, „Owoce w szkole”, „Szklanka Mleka”, „Dzień Zdrowia”, „Festyn prozdrowotny”, „ Szkolne Przygody Gangu Swojaków, „Przygotujmy lepszy świat”, wspólne projekty, innowacje,

akcje charytatywne i prośrodowiskowe. Powyższe przedsięwzięcia podejmowane na terenie szkoły promują szkołę w środowisku lokalnym,

- zajęcia sportowe wpisują się w realizację działań profilaktycznych opisanych w Szkolnym Programie Wychowawczo-Profilaktycznym. Są również integralnym elementem projektów Szkoły Promującej Zdrowie i Szkoły bez Przemocy. Zajęcia sportowe są realizowane także w ramach zajęć SKS, każdy uczeń może uczestniczyć w zajęciach sportowych i odnosić swoje indywidualne sukcesy. Ta forma zajęć cieszy się ogromnym zainteresowaniem wśród uczniów i rodziców. Zajęcia sportowe prowadzone są przez wysoko wykwalifikowaną kadrę pedagogiczną systematycznie doskonalącą swoje umiejętności,
- założenie i promowanie wśród rodziców strony internetowej szkoły, poprzez zamieszczanie informacji o codziennym życiu szkoły, jak i artykułów, zdjęć i filmów o ważnych wydarzeniach. Nauczyciele i uczniowie udostępniali zamieszczane materiały z uroczystości, rozgrywek sportowych, konkursów, wycieczek społeczności szkolnej, rodzicom czy też lokalnym portalom informacyjnym. Atrakcyjny profil szkoły na facebooku był na bieżąco aktualizowany, posiadał bogatą i aktualizowaną galerię zdjęć i filmów z ważnych wydarzeń szkoły, jak również z wycieczek, lekcji, zajęć WF, koncertów, konkursów, realizacji projektów, itp.,
- posiadanie własnej kuchni i organizowanie zdrowego obiadu oraz śniadań, wpłynęło korzystnie na nawyki żywieniowe uczniów,
- dobra współpraca ze środowiskiem lokalnym - wsparcie w wielu obszarach, w tym również dotyczących zdrowia,

- poprawa infrastruktury szkoły poprzez np. remont skrzydła szkoły, reorganizację stołówki szkolnej oraz sklepiku szkolnego, odnowienie kilku klas,
- duża aktywność nauczycieli oraz uczniów w pracy nad upowszechnianiem koncepcji Szkoły Promującej Zdrowie, realizacja zadań oraz ich ewaluacja a następnie wdrażanie rekomendacji, wpłynęła na wyrobienie u dzieci i młodzieży nawyków i przekonań, które pozwolą im cieszyć się zdrowym i długim życiem,
- zwiększenie udziału pracowników niepedagogicznych w działaniach prozdrowotnych szkoły, poprzez zaangażowanie w przygotowanie stoisk ze zdrową żywnością, owocowymi sokami i innymi pysznościami, szkolenia nieformalne dotyczące zdrowego stylu życia,
- dobór asortymentu produktów żywnościowych i napojów w sklepiu szkolnym zgodnie z zasadami zdrowego żywienia, wyeliminowanie chipsów i słodczy z diety uczniów,
- w szkole są realizowane treści z zakresu profilaktyki i promocji zdrowia, co jest udokumentowane w sprawozdaniach wychowawców klas,
- kadra pedagogiczna podnosi swoje kwalifikacje uczestnicząc w szkoleniach w zakresie promocji zdrowia, prowadzonych przez zespół promocji zdrowia w szkole, na których przekazywane były informacje zawierające podstawowe dane z okresu przygotowawczego, przeprowadzonych badań i rekomendacji na przyszłe lata.
- edukacja zdrowotna w szkole jest traktowana przez dyrekcję, nauczycieli i rodziców jako bardzo ważne zadanie szkoły, ściśle powiązane z jej cechami (koncepcją) w zakresie wychowania i profilaktyki.

6. Informacje odnośnie współpracy ze środowiskiem lokalnym oraz z rodzicami w zakresie działań podejmowanych zgodnie z ideą *Szkoły Promującej Zdrowie* od momentu przyjęcia szkoły do Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie.

L.p.	Zrealizowane działania	Forma realizacji	Czas realizacji
1.	Dzień Kobiet	Uroczysty poranek z życzeniami dla wszystkich kobiet.	08.III.2020r.
2.	Dzień Dziecka, Dzień Sportu	Rozgrywki sportowe, pokazy straży pożarnej. Degustacja gofrów z owocami sezonowymi. Prezentacja dorobku uczniów.	01.VI.2020r. Klasy 0-VIII
3.	Współpraca z rodzicami dotycząca realizacji projektów i programów	Realizacja programów „Przygotujmy lepszy świat”- program prozdrowotny - klasy I-III (pomoc w przygotowaniu posiłków) Realizacja projektów: „ Ekologia i TY” - klasy I-III (pomoc w przygotowaniu pracy przestrzennej) szkoła uzyskała certyfikat. Pomoc w zorganizowaniu Święta Dyni, mikołajek Wyrażenie zgody na udział dzieci w programach: „Owoce w szkole”, „Mleko w szkole”, „Zdrowo jem, więcej wiem”	Cały okres pracy w sieci 2021/2022 2021/2022 X, XII 2022 Cały okres pracy w sieci
4.	Właściwe spędzanie czasu wolnego i odreagowywanie napięć.	Zajęcia rekreacyjne dla społeczności lokalnej na przyszkolnym boisku sportowym.	Cały okres pracy w sieci

5.	Współpraca z Ośrodkiem Zdrowia	Przekazywanie informacji dotyczących szczepień. Pomiar masy ciała, wzrostu testy uczniów uczęszczających na SKS-y (informacje przesyłane są do Państwowego Instytutu Badawczego), przekazywanie ulotek nauczycielom w zakresie możliwości wykonania bezpłatnej mammografii	Cały okres pracy w sieci
6.	Współpraca z Księdzem Dziekanem Parafii Gradzanowo	Promowanie talentów uczniów przy przygotowywaniu Palm Wielkanocnych. Wcześniej - wspólne jasełka dla parafian-zawieszone ze względu na pandemię	III. 2020r.
7.	Współpraca z pielęgniarką.	Badania rozwojowe dzieci i młodzieży (waga, wzrost, badanie ostrości wzroku i widzenia barw, kontrola ciśnienia krwi, sprawdzanie układu ruchu pod względem wad postawy, Pogadanki na temat higieny osobistej uczniów, zdrowego odżywiania, prawidłowej postawy ciała. Współpraca zawieszona w czasie pandemii.	Początek 2020r.
8.	Współpraca z Radą Rodziców	Współdział w projektach prozdrowotnych (Dzień Ziemiaka, Dzień Dyni, Dzień Wiosny, Dzień Zdrowia) Wspomaganie działalności szkolnego wolontariatu.	IX-VI 2019/2020r. IX-VI 2020/2021r.
9.	Współpraca z Caritas Diecezji Płockiej	Zbiórka produktów spożywczych dla ośrodka w Kraszewie-Czubakach ze szczególnym zwróceniem uwagi na walory zdrowotne zbieranych towarów. Zbiórka nakrętek dla Tymka.	XII 2022r. Cały okres pracy w sieci
10.	Rekreacja na przyszkolnym placu zabaw.	W dni wolne od nauki szkolnej plac zabaw jest do dyspozycji rodziców. Aby uniknąć niebezpiecznych sytuacji, zapewniony został stały dozór terenu szkoły - zamontowano kamery, w celu uniknięcia dewastacji sprzętu.	Cały okres pracy w sieci
11.	Zbiórka elektrośmieci	Cykliczna zbiórka baterii i elektrośmieci przez uczniów połączona z pogadanką na temat prawidłowe zagospodarowania odpadów oraz wpływu środowiska na zdrowie człowieka. Operatorem Akcji jest Green Office Ecologic Spółka z o.o.	V. 2020r./2021r. II. 2022r.

12.	Bezpieczeństwo podczas ferii, Bezpieczne wakacje.	Warsztaty on – line dla rodziców: Zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa przygotowanymi przez SANEPID, zwrócenie uwagi na sytuacje stwarzające zagrożenie. Uczenie zasad postępowania w sytuacjach zagrożenia. Wystawka prac uczniów dotycząca zachowania bezpieczeństwa w czasie ferii.	01. VI.2020r. IX-VI 2020/2021 i 2021/2022r.
13.	Współpraca z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Siemiatkowie	Udzielanie informacji o sytuacji materialnej uczniów i pomocy w tym zakresie. Korzystanie ze zdrowych obiadów na stołówce szkolnej.	IX-VI 2020/2021/2022r.
14.	Propagowanie rozwoju aktywności fizycznej poprzez prowadzenie stałej rubryki: „Kącik sportowy” w wydawanej cyklicznie gazecie szkolnej	Gazetka ukazuje się co dwa miesiące. Zawiera dużo zdjęć z imprez szkolnych oraz kącik sportowy, który cieszy się zainteresowaniem uczniów i rodziców. Pojawiają się również artykuły na temat zdrowia.	Okres pracy w sieci
15.	Ułatwienie dostępu do informacji na temat Szkoły Promującej Zdrowie dzięki zamieszczeniu materiałów na stronie internetowej; dostarczanie aktualnych informacji dotyczących promocji zdrowia w szkole	Analiza wzrostu wejść na stronę.	Cały okres pracy w sieci
16.	Promocja działań szkoły na stronie Internetowej szkoły	Informacje o podejmowanych działaniach oraz podsumowanie zrealizowanych przedsięwzięć w ramach pracy w Sieci Mazowieckich Szkół Promujących Zdrowie .	Cały okres pracy w sieci
17.	Współpraca z Kuratorem sądowym	Współpraca z psychologiem, pedagogiem szkolnym oraz z wychowawcami klas.	Cały okres pracy w sieci

18.	Współpraca z Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Pozyskiwanie środków finansowych na realizację programów profilaktyki.	Cały okres pracy w sieci
19.	Współpraca z Biblioteką Publiczną w Siemiatkowie	Pozyskiwanie lektur, wspólne konkursy dotyczące, min. opracowania kartki walentynkowej, bożonarodzeniowej służącej rozwijaniu talentów uczniów.	Cały okres pracy w sieci
20.	Współpraca z Centrum Pomocy Rodzinie w Żurominie	Usługi ukierunkowane na rozwiązywanie problemu dotyczącego poradzenia sobie w różnych sytuacjach traumatycznych.	2020/2021 2021/2022

6. Informacje odnośnie udziału nauczycieli, pracowników niepedagogicznych, uczniów oraz rodziców w szkoleniach z zakresu tematyki zdrowotnej.

Lp.	Nazwa szkolenia	Tematyka	data	Instytucja szkoląca
1.	Warsztaty on-line: "Dzień Ziemi w Ministerstwie Klimatu"- warsztaty dla uczniów klas VII i VIII i nauczycieli	Celem warsztatów były kwestie ochrony środowiska naturalnego, w tym zachowania proekologiczne. Uczennice klasy VIII od dawna łączą zainteresowania ekologią i troską o najbliższe środowisko. Za pośrednictwem specjalnego czatu uczennice zadały pytania ministrowi Michałowi Kurtyce oraz uczestniczyły w wykładach zaproszonych ekspertów: „Zrozumieć globalne ocieplenie - mechanizm i konsekwencje” i „OZE. Skąd mamy prąd?”. Wydarzenie zakończyły warsztaty	22.04.2020r.	Fundacja Bank Ochrony Środowiska

		filmowe „Jak zwykłym telefonem komórkowym nakręcić profesjonalny film?”		
2.	„Mam tę moc”-rada szkoleniowa dla nauczycieli	Rozwijanie twórczego myślenia.	14.05.2020r	Nauczyciel jęz. angielskiego
3.	Podcasty "Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży online".	Cyberprzemoc i inne formy agresji w sieci Problem nadużywania Internetu Seksting i problem uwodzenia dzieci w Internecie	05.2020r.	Zespół Polskiego Centrum Programu Safer Internet
4.	Warsztaty on-line dotyczące przemocy i agresji wśród młodzieży dla uczniów, rodziców i nauczycieli.	Szkodliwe treści w Internecie Co to jest złość, mechanizmy obronne , zaburzenia zachowania, praca codzienna nad emocjami.	27.10.2020r.	Polskie Centrum Profilaktyki

5.	Szkolenie on-line: „Bezpieczne wakacje”.	Rozsądne korzystanie z kąpielii wodnych, zwłaszcza podczas skoków do wody, zabezpieczenie ciała przed ostrym słońcem, zachowanie higieny osobistej i higieny otoczenia. Unikanie zatruc pokarmowych, zagrożeń narkotykami i nowymi środkami psychoaktywnymi, tzw. „dopalaczami”,	01.06.2020r.	Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Żurominie
6.	Projekt: ”Szkola Wspierajaca Uzdolnienia”	Rozwój myślenia kreatywnego	05. 2020r.	Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Płocku
7.	„Nie pal przy mnie, proszę”	Realizacja programu edukacji antytytoniowej dla uczniów klas I-III szkół podstawowych.	2020/2021r. 2021/2022r.	Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Żurominie
8.	”Zdrowo jem, więcej wiem”	Realizacja projektu edukacji prozdrowotnej objęty honorowym patronatem Pierwszej Damy, Agaty Kornhauser-Dudy.	22. 09.2020r.	Fundacja Bank Ochrony Środowiska
9.	Zabawy wyciszające i techniki relaksacyjne w przedszkolu.	Odreagowanie napięć, ochrona układu nerwowego oraz nabycie umiejętności wyciszenia się i relaksacji.	27.09. 2021	Famiga

10.	„Przygotujmy lepszy świat”.	Przygotowywanie posiłków przez rodziców i dzieci z wykorzystaniem warzywa tygodnia i zgłaszanie zdjęć – czas spędzany w domu znakomicie sprzyjał tego typu aktywnościom.	2020/2021	Unilever Polska
11.	„Stop hejtowi wśród dzieci i młodzieży”.	Spot profilaktyczny dla uczniów klas IV- VIII on-line	20.11.2020r.	Mazowiecka policja
12.	„Potrzeby psychiczne, społeczne emocjonalne dzieci i młodzieży w okresie pandemii” - webinar dla rodziców, nauczycieli	Różne aspekty wsparcia dzieci, rodziców i nauczycieli podczas edukacji zdalnej.	30.11.2020r.	Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Ciechanowie
13.	”Bezpieczeństwo podczas przechodzenia przez jezdnię”,	Przedszkolaki i dzieci z grupy „0” nabywały umiejętności właściwego zachowania się na ulicy.	09. 2021/2022	Komenda Policji w Bieżuniu
14.	Przywróć naszą Ziemię - webinar dla uczniów i nauczycieli	Co mogę zrobić dla klimatu? Warsztat ubraniowy.	16.04.2021r.	Ministerstwo Klimatu i Środowiska
15.	„Gramy w warcaby – uczymy myślenia”.	Rozwijanie logicznego myślenia, nauka zdrowej rywalizacji, nauka strategicznego myślenia	10.-11.2021r.	Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Ciechanowie
16.	Porozmawiajmy o depresji	Sygnaly świadczące o depresji	23.09.2021r.	Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Płocku

17.	Koncepcja i strategia tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie.	Przekazanie istotnych zadań programu na zebraniach z rodzicami .	(09. 2020/2021r.) (09. 2021/2022r.)	Dyrektor Szkolny Koordynator Wychowawcy klas
18.	Drużyna energii	Wspieranie aktywności fizycznej i pozyskanie strojów sportowych	2020/2021/2022r.	Energa grupa Orlen
19.	„WF z klasą”	Zapoznanie z głównym celem kampanii - wzrostem poziomu aktywności fizycznej dzieci i młodzieży. Poprzez prowadzenie w mądry i nowoczesny sposób lekcji w-f-u.	2020r.	Centrum Edukacji Obywatelskiej
20.	Sposoby wspierania emocjonalnego uczniów po zdalnym nauczaniu.	Spotkanie dla rodziców z pracownikiem Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej	10.06. 2021 r.	Poradnia psychologiczno-Pedagogiczna w Żurominie
21.	Spot dla najmłodszych: ”Czyste Mazowieckie (on-line)	Informacje dotyczące czystego powietrza w województwie mazowieckim.	04.01.2022r.	Kuratorium Oświaty w Warszawie

7. Harmonogram prac, zadania Koordynatora Szkolnego ds. Promocji Zdrowia oraz Szkolnego Zespołu ds. Promocji Zdrowia.

Praca Szkolnego Koordynatora Szkoły Promującej Zdrowie.

Zadania koordynatora:

- A. Organizowanie tematycznych rad szkoleniowych zorganizowanych dla nauczycieli, dotyczących realizacji założeń koncepcji Szkoły Promującej Zdrowie – I.2020, I 2021,II 2022r., VI 2020,2021r.
- B. Opracowywanie planów pracy na kolejne lata szkolne, dokonywanie ewaluacji działań, wdrażanie rekomendacji i przedstawianie wyników radzie pedagogicznej - IX, VI - w każdym roku pracy w sieci.
- C. Przygotowanie autoewaluacji w zakresie II standardów, opracowanie danych oraz sporządzenie sprawozdania z okresu działalności szkoły w Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie – I-II-III 2022r.
- D. Pogłębienie wiedzy i świadomości z zakresu tematyki zdrowotnej – raz w miesiącu przez cały okres pracy w sieci.
- E. Pozyskiwanie uczestnictwa członków społeczności szkolnej i sojuszników wśród rodziców i w społeczności lokalnej oraz podejmowanie wzajemnych zobowiązań niezbędnych dla skutecznych działań -IX 2020, IX 2021, IX 2022r..
- F. Inicjowanie, organizowanie i koordynowanie prac związanych z promocją zdrowia w szkole-cyklicznie -cały okres pracy w sieci.
- G. Kierowanie pracą Szkolnego Zespołu ds. Promocji Zdrowia. cały okres pracy w sieci
- H. Współpraca z zespołem ds. promocji zdrowia w zakresie planowania, monitorowania i sporządzania

raportów z realizacji podjętych działań- IX, VI 2020,2021,X 2022r..

- I. Opracowanie programu na Dzień Wiosny powiązanego z Dniem Zdrowia – III 2020,2021,2022r.
- J. Przygotowanie i przeprowadzenie konkursów o zdrowiu, przygotowywanie akademii, wywiadów, realizacja projektów, pozyskanie nagród, przygotowywanie zaproszeń, ulotek, banerów III 2020,2021,2022r.
- K. Rozwijanie własnych umiejętności z zakresu promocji zdrowia, samokształcenie, samodyscyplina, współdziałanie z innymi ludźmi - cały okres pracy w sieci.
- L. Propagowanie idei Szkoły Promującej Zdrowie w społeczności szkolnej i lokalnej- artykuły na stronie internetowej szkoły - cały okres pracy w sieci
- M. Przygotowywanie materiałów do zamieszczenia na stronie internetowej szkoły, w zakładce szkoły(Zakładka Szkoła Promująca Zdrowie) i na Facebooku - były to najlepsze źródła dostarczające wszelkiego rodzaju potrzebnych informacji dotyczących promocji zdrowia dla społeczności lokalnej, jak również dawały możliwość szkołom, które nawiązały z nami łączność (Szkoła Promująca Zdrowie w Drobinie oraz Zespół Placówek Szkolno-Oświatowych w Mławie) pozyskania informacji, jak realizujemy działania prozdrowotne - cały okres pracy w sieci.
- N. Współdział w kształceniu nieformalnym pracowników szkoły w zakresie promocji zdrowia -raz w miesiącu – cały okres pracy w sieci.

Zadania i organizacja pracy Szkolnego Zespołu do spraw Szkoły Promującej Zdrowie:

- a) Podejmowanie decyzji większością głosów. Głosy wszystkich członków są równoważne 15.IX.2020, 15.IX.2021, 15.IX.2022r.

- b) Współdziałanie przy opracowywaniu planów pracy wynikających z potrzeb szkoły na lata 2020/2021 i 2021/2022 oraz zbieranie danych przy autoewaluacji- IX, VI 2020,2021,X 2022r.
- c) Aktywna współpraca z całą społecznością szkolną podczas przygotowywania wszystkich działań promujących zdrowie na terenie szkoły oraz w środowisku lokalnym - cały okres pracy w sieci.
- d) Zbieranie dokumentacji wszystkich działań szkolnych z zakresu promocji zdrowia - cały okres pracy w sieci.
- e) Zgłaszanie pomysłów do realizacji i/lub modyfikacji działań z zakresu promocji zdrowia. IX, II, VI 2020, 2021, 2022r.
- f) Przekazywanie informacji społeczności szkolnej o pracach i ustaleniach zespołu oraz planowanych przedsięwzięciach- IX, II, VI 2020, 2021, 2022r.
- g) Podział pracy, ustalenie zakresu obowiązków, równomierne rozdzielenie pracy między wszystkich członków zespołu. 15.IX.2020, 15.IX.2021, 15.IX.2022, VI, 2021, 2022r.

8. Proszę wymienić sposoby przekazywania innym szkołom swoich dotychczasowych doświadczeń w zakresie tworzenia *Szkoły Promującej Zdrowie*. Czy szkoła korzystała z doświadczeń innych szkół w tym zakresie? Jakie wskazówki okazały się pomocne?

- ❖ Zamieszczanie informacji w zakresie promocji zdrowia upowszechniających różne strategie, w zakresie promowania zdrowego żywienia i aktywności fizycznej w szkole, na stronie internetowej naszej szkoły, Facebooku, wydawanie gazetki dostarczającej materiału, który może stanowić inspirację oraz wsparcie dla wszystkich zainteresowanych placówek w podejmowaniu systemowych działań w zakresie zdrowego odżywiania oraz zwiększania aktywności

fizycznej – sami także korzystamy z Banku Dobrych Praktyk umieszczonych na stronie kuratorium w Warszawie oraz stron internetowych SzPZ.

- ❖ Zorganizowanie (przed pandemią) Dnia Zdrowia, w którym uczestniczyły szkoły, które odpowiedziały na zaproszenie naszej szkoły. Był to czas wymiany doświadczeń między zespołem promującym zdrowie Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Łaszewie a gośćmi ze szkół w Łęgu i Mławie. Uczestnikom podobał się konkurs kulinarny: „Szkolny Masterchef”; uczniowie z zaproszonych szkół wspólnie z reprezentantami naszej szkoły wzięli udział również w konkursie o zdrowiu.
- ❖ Istotną informacją pozyskaną od innych szkół była informacja dotycząca wcześniejszego zbierania danych do autoewaluacji (jest to bardzo mozolny proces) oraz umieszczanie krótkich informacji o podejmowanych działaniach na stronie internetowej (w naszej szkole bardziej od zakładki dotyczącej promocji zdrowia sprawdza się zamieszczanie informacji na Facebooku).
- ❖ Rozwijanie zainteresowań uczniów zdrowiem (udział w konkursie „Higieja” zorganizowanym przez Mazowieckie Kuratorium Oświaty – etap szkolny).
- ❖ Zorganizowanie (co roku) w szkole konkursu multimedialnego promującego życie i działalność patrona szkoły. W jednej z edycji uczniowie przygotowywali prace na temat: ”Hobby Jana Pawła II”. Uczniowie wskazywali na zamiłowanie do kremówek oraz na postawę sportową (wędrówki po górach, spływy kajakowe, piłka nożna).

9.Krótki opis informacji zamieszczonych na stronie internetowej szkoły w zakładce pt. *Promocja Zdrowia*

Na stronie internetowej Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Łaszewie została wprowadzona stała zakładka „Promocja Zdrowia”. Na stronie internetowej cyklicznie zamieszczane są informacje o podejmowanych działaniach tj. zdjęcia, artykuły, apele do rodziców, uczniów i nauczycieli, krótkie wzmianki o realizowanych programach oraz aktualne działania prozdrowotne wynikające z kalendarium światowych i ogólnopolskich dni związanych z tematyką zdrowotną. Dodatkowo informacje z działań szkoły promującej zdrowie zamieszczane są na Facebooku oraz w wydawanej, w szkole gazecie szkolnej.

Artykuły dotyczące zdrowia:

„Sport zamiast komputera”-III-VI 2020r.

„Z ekologią na TY” – IX,X 2021r,

„Dzień Zdrowia Psychicznego” IX,X 2021,

„Dzień optymizmu” -XII 2021

„Proste przepisy na rogaliki drożdżowe” I 2022r.

Osobą odpowiedzialną za zamieszczanie informacji na Facebooku jest nauczyciel informatyki – Ewa Siwińska. Artykuły pisane przez nauczycieli i wychowawców zamieszcza na szkolnej stronie internetowej nauczyciel matematyki i techniki – Katarzyna Kozłowska.

Liczba osób odwiedzających stronę- 44 725

21 marca 2022r. w szkole odbyła się uroczystość, w czasie której dokonano podsumowania całokształtu pracy szkoły w programie "Szkoły Promującej Zdrowie". Uroczystość uświetnili swoją obecnością: Wójt Gminy Siemiatkowo – Piotr Kostrzewski, pani Anna Czaplejewicz – przedstawiciel Powiatowej Stacji Sanitarno- Epidemiologicznej oraz rodzice i uczniowie.

Publiczna prezentacja osiągnięć szkoły to satysfakcja z pracy zarówno dla nauczycieli, rodziców, jak i uczniów. Zakończyliśmy działania na tym etapie. Wszyscy realizowaliśmy zadania, które przed sobą postawiliśmy. Poszerzyły one wiedzę o znaczeniu prawidłowego odżywiania, aktywności ruchowej, właściwej komunikacji między rówieśnikami oraz relacjach międzyludzkich, niosąc wiele pozytywnych zmian, które mamy nadzieję, że zostaną z nami na stałe. Nie znaczy to jednak, że zakończyliśmy naszą przygodę z Programem. Czekamy na decyzję Kapituły zapewniając, że będziemy w dalszym ciągu dokładać wszelkich starań w realizację systemowych działań w zakresie zdrowego odżywiania oraz zwiększania aktywności fizycznej.

Podpisy:

Dyrektor szkoły (pieczęć i podpis).....

Koordynator Szkolny ds. Promocji Zdrowia.....

