

**RAPORT**  
**PODSUMOWUJACY DZIAŁANIA SZKOŁY**  
**W RAMACH PROGRAMU SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE**  
**Szkoła Podstawowa Nr 53 im. gen. J. H. Dąbrowskiego w Krakowie**

OKRES REALIZACJI  
2014 - 2017

INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE:

Nazwa	Szkoła Podstawowa Nr 53 w Krakowie im. gen. J. H. Dąbrowskiego
Adres	ul. Skośna 8 30 – 383 Kraków
Telefon	(12) 262 - 20 - 27
Adres email	sp53krakow@wp.pl
Strona www	www.sp53krakow.pl
Imię i nazwisko dyrektora szkoły	mgr Ewa Wodnicka
Imię i nazwisko koordynatora	Dorota Pabian
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	Monika Jopek, Małgorzata Drózdź, Agnieszka Biela, Gloria Gatner, Beata Pabiś, Joanna Buławka, Adam Kroczek, Piotr Zaraska
Data podjęcia uchwały o przystąpieniu do programu	25 sierpnia 2014r.

## 1. Wyniki diagnozy, opis problemu priorytetowego, sprawozdanie z realizacji projektu mającego na celu rozwiązanie problemu priorytetowego; ewaluacja projektu

Szkoła Podatkowa Nr 53 w Krakowie od 2014 roku należy do Wojewódzkiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie.

Problematyka zdrowia w kontekście profilaktyki jest obecna w szkole we wszystkich aspektach jej funkcjonowania. W szkole zawsze panowała atmosfera sprzyjająca dobrej kondycji fizycznej, społecznej i emocjonalnej zarówno uczniów, jak i wszystkich pracowników szkoły. W latach 2014 – 2017 podjęliśmy działania sprzyjające zdrowiu oraz podnoszące wiedzę o zdrowym stylu życia całej społeczności szkolnej. Dokumentując szkolną działalność prozdrowotną pragniemy uzyskać Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie.

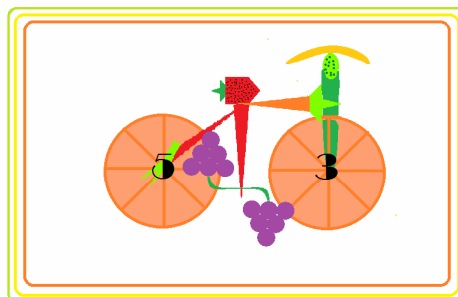
Realizacja celów programowych Szkoły Promującej zdrowie odbywała się w naszej szkole poprzez organizowanie działań w poszczególnych obszarach:

- zdrowe odżywianie,
- aktywność fizyczna,
- bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą,
- stwarzanie odpowiedniego klimatu społecznego w szkole,
- profilaktyka zdrowia fizycznego,
- współpraca z osobami oraz instytucjami wspomagającymi program,
- kształcenie w zakresie promocji zdrowia.

Działania podjęte w okresie przygotowawczym (2014/2015):

- nawiązanie współpracy z koordynatorem wojewódzkim w Tanowie oraz w Krakowie,
- powołanie szkolnego koordynatora Szkoły Promującej Zdrowie oraz zespołu do spraw promocji zdrowia,
- dokonanie wstępnej diagnozy potrzeb i zasobów środowiska szkolnego mającej na celu ustalenie problemów priorytetowych na kolejne lata,
- przeprowadzenie konkursu na logo i hasło Szkoły Promującej Zdrowie:  
hasło szkolne - „Zdrowa szkoła jest wesółą”, logo szkoły: „Owocowy rowerek”

***„Zdrowa szkoła jest wesółą”***



Na podstawie ankiet i wywiadów przeprowadzonych wśród nauczycieli, uczniów i reprezentacji rodziców wyłoniono problemy priorytetowe:

### **I Problem priorytetowy: Złe nawyki żywieniowe wśród uczniów.**

Opis problemu: Uczniowie nie mają utrwalonych dobrych nawyków żywieniowych (spożywanie zbyt dużych ilości słodyczy, picie wysoko słodzonych napojów, nieregularna dieta, częste braki drugiego śniadania, złe wybory żywieniowe).

Przyczyny istnienia problemu: Brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów w zakresie produktów żywnościowych niezbędnych dla prawidłowego rozwoju, nieznanomość wartościowych produktów żywnościowych dla organizmu, zakup nie zawsze zdrowych produktów w sklepiku szkolnym.

Kryteria sukcesu: Większość uczniów zmieni swój styl życia na prozdrowotny. Wykonanie przez uczniów gazetek ściennych i plakatów promujących zdrowy styl życia, aktywne uczestniczenie w różnych formach promocji zdrowia (projekty, pogadanki, prezentacje, zdjęcia, filmy); poznawanie zasady zdrowego odżywiania, pojęcie zdrowej żywności, prezentacja stoisk ze zdrową żywnością na Kiermaszu Świątecznym i Festynie Rodzinnym oraz udział uczniów w warsztatach dotyczących uzależnień.

### **Realizacja projektu Śniadanie daje moc:**

Projekt skierowany był głównie do uczniów klas młodszych, zrealizowano go również wśród uczniów klas IV – VI. Na lekcjach uczniowie wypełniali krótkie ankiety dotyczące zdrowego odżywiania, poznawali zasady prawidłowej diety, wykonywali plakaty związane ze zdrową żywnością, a na lekcjach z wychowawczych wspólnie spożywali zdrowe, drugie śniadanie.



Wyniki ankiety dotyczącej zdrowego odżywiania uczniów:

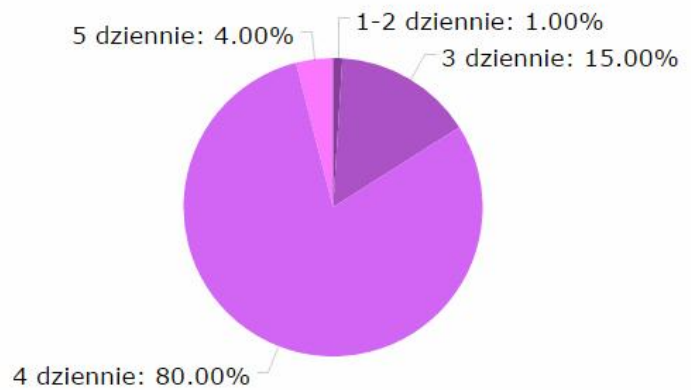
1. Deklarowany styl odżywiania:

- a. odżywiam się zdrowo
- b. nie odżywiam się zdrowo



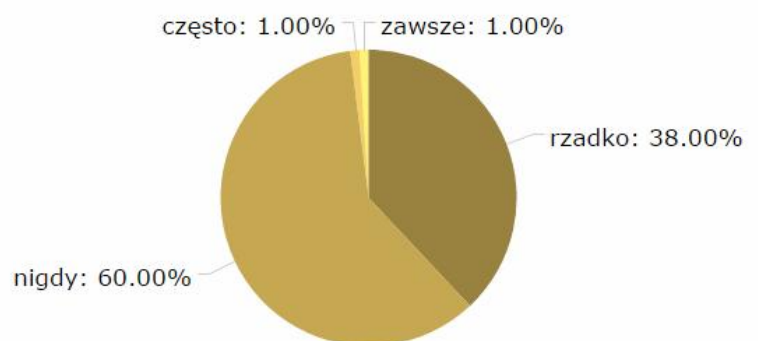
2. Ilość spożywanych dziennie posiłków:

- a. 1 – 2 dziennie
- b. 3 dziennie
- c. 4 dziennie
- d. 5 i więcej



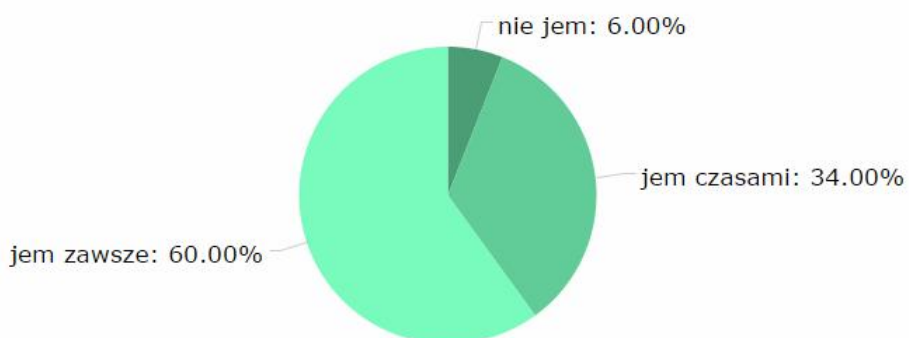
3. Czy wychodzisz bez śniadania do szko

- a. rzadko
- b. nigdy
- c. często
- d. zawsze



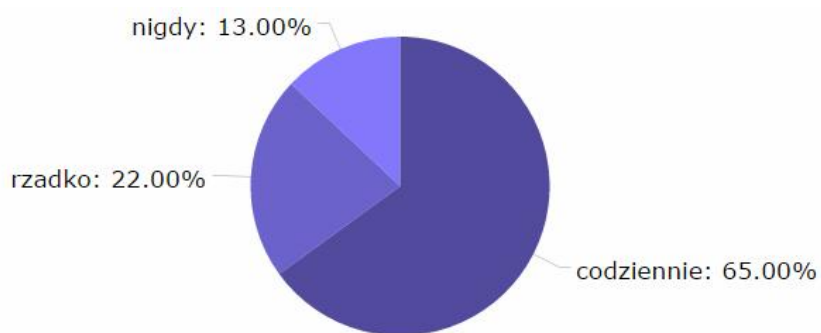
4. Czy spożywasz drugie śniadanie w szkole?

- a. nie jem
- b. jem czasami
- c. jem zawsze



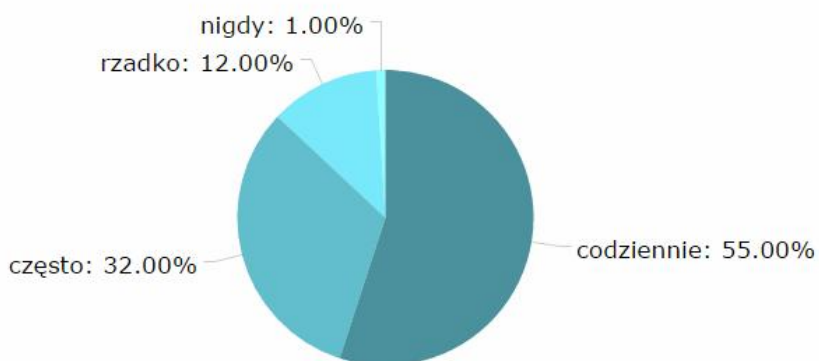
5. Jak często podjadasz słodycze między posiłkami?

- a. codziennie
- b. rzadko
- c. nigdy



6. Czy jesz owoce i warzywa?

- a. codziennie
- b. często
- c. rzadko
- d. nigdy





Wnioski:

Dzięki przeprowadzonemu projektowi *Śniadanie daje moc* uczniowie poznali zasady zdrowego odżywiania: konieczności zjadania drugiego śniadania w szkole, walorach odżywczych warzyw, owoców, przetworów mlecznych oraz zachowania higieny podczas przyrządzania posiłków. Wspólne szkolne śniadanie integrowało uczniów, nauczyciele zaś zadeklarowali kontynuację projektu w kolejnych latach.

## **II Problem priorytetowy: Hałas na szkolnych przerwach.**

Opis problemu: Głównymi czynnikami generującymi hałas w szkole jest duża liczba uczniów na korytarzach, głośne rozmowy uczniów, chęć rozładowania energii przez dzieci (wrzaski, piski)

Przyczyny istnienia problemu: Głównymi czynnikami generującymi hałas w szkole jest duża liczba uczniów na korytarzach, głośne rozmowy uczniów.

Kryteria sukcesu: Wzrost świadomości uczniów na temat właściwego spędzania przerw międzylekcyjnych. Zapoznanie się ze szkodliwością przebywania w hałasie

(projekty, pogadanki, prelekcje, konkursy z hasłami promującymi ciszę).

Motywowanie uczniów do cichego zachowania na przerwie.

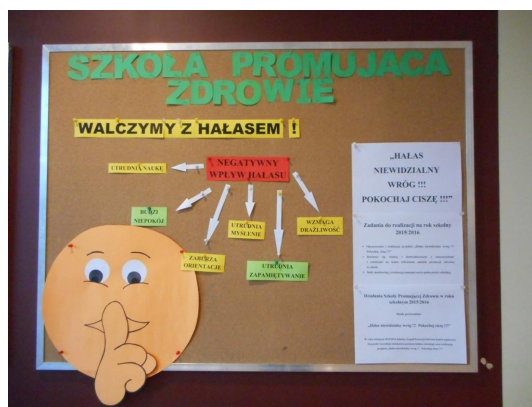
Cel: Zmniejszenie hałasu na przerwach. Świadome uczestnictwo uczniów w szkolnym projekcie „Hałas – niewidzialny wróg. Pokochaj ciszę”.

Realizacja projektu: Hałas - niewidzialny wróg. Pokochaj ciszę.

W projekcie uczestniczyli wszyscy uczniowie szkoły. Na lekcjach wychowawczych przeprowadzono ankiety dotyczące zachowań i samopoczucia uczniów w czasie przerw lekcyjnych. W większości przypadków hałas przeszkadzał uczniom.

Przeprowadzono w szkole pogadanki i zajęcia warsztatowe dotyczące szkodliwego wpływu hałasu na organizm człowieka. Uczniowie opracowywali kodeks walki z hałasem oraz wykonywali plakaty promujące ciche zachowania na przerwach.

Na szkolny korytarzach pojawiły się kolorowe naklejki gier dla dzieci. Uczniowie chętnie wykorzystują je do zabawy, mniej biegają i mniej hałasują.



*Na przerwach można się pobawić:*



## 2. Ewaluacja działań w zakresie dwóch standardów Szkoły Promującej Zdrowie. (Problemy priorytetowe oraz efekty działań)

1. **Standard II - \_Klimat społeczny sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów**
2. **Standard IV - Warunki oraz organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz współpracy z rodzicami**

### **Standard II – Klimat społeczny sprzyja zdrowiu i dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców uczniów**

Badanie klimatu społecznego w szkole jest jednym z podstawowych badań projektu Szkoły Promującej Zdrowie. Badaniu poddana jest cała społeczność szkolnej lub wymagana reprezentacja, na bazie której otrzymujemy informacje dotyczące głównie atmosfery pracy panującej w szkole. Klimat społeczny szkoły jest pojęciem często subiektywnym oraz trudnym do zdefiniowania i zmierzenia.

Dla Projektu Szkoły Promującej Zdrowie ustalono wymiary pozytywne i negatywne „klimatu społecznego szkoły”.

#### Wymiary i wskaźniki do ich oceny klimatu społecznego:

Pozytywne:

- satysfakcja z nauki lub pracy w szkole,
- stwarzanie członkom społeczności szkolnej możliwości uczestnictwa w życiu szkoły,
- relacje międzyludzkie,
- wsparcie społeczne,
- motywowanie do osiągnięcia sukcesów,
- możliwości efektywnej pracy na lekcjach,
- przestrzeganie praw uczniów, znajomość reguł i ich ocena.

Negatywne:

- przeciążenie nauką i pracą oraz częste odczuwanie stresu w szkole,
- występowanie przemocy i zachowań aspołecznych wśród uczniów.



### Metody badania i narzędzia:

Badanie klimatu społecznego szkoły wykonano w 2014 i 2017 roku.

Badając „klimat społeczny szkoły” wykorzystano metody jakościowe, ilościowe oraz technikę „*Narysuj i napisz*”.

Metody jakościowe badań polegały na dokonywaniu analizy badanych zjawisk, faktów i procesów w ich kontekście sytuacyjnym. Pozwoliły „zobaczyć” te zjawiska z perspektywy osób, których dotyczą.

Badania jakościowe były opisem i interpretacją subiektywnych doświadczeń i odczuć zarówno osób badanych, jak i osoby je przeprowadzającej. Technika „*Narysuj i napisz*” polegała na rysowaniu i opisywaniu rysunku na temat: Co lubię w mojej klasie, a czego nie lubię? Badanie skierowano do wybranych klas III. W klasach V zaproponowano krótkie wypracowania na temat: *Jak mi się żyje w mojej klasie?* Badania ilościowe polegały na opisie i analizie zjawisk i procesów występujących naszej szkole w postaci zestawień i obliczeń, z zastosowaniem statystyki opisowej i matematycznej. Wykorzystaliśmy metodę sondażu w postaci kwestionariuszy ankietowych dla czterech grup społeczności szkolnej: uczniów klasy VI, nauczycieli, pracowników szkoły, którzy nie są nauczycielami oraz grupy rodziców.

Wyniki badania klimatu społecznego szkoły za pomocą ankiety:

Badana grupa	Liczba badanych	Średnia punktów	Elementy wymagające poprawy
<i>Uczniowie</i>	156	4,1 /5	<i>Uczniowie nie zawsze pomagają sobie nawzajem, Uczniowie czasami bywają niekoleżeńscy, przezywają się i dokuczają sobie.</i>
<i>Nauczyciel</i>	45	4.8 /5	<i>Informacje zwrotne dotyczące pracy</i>
<i>Pracownicy niepedagogiczni</i>	10	5.0 /5	—
<i>Rodzice uczniów</i>	72	4.8 /5	<i>Nauczyciele udzielają pomocy uczniowi, gdy jej potrzebuje</i>

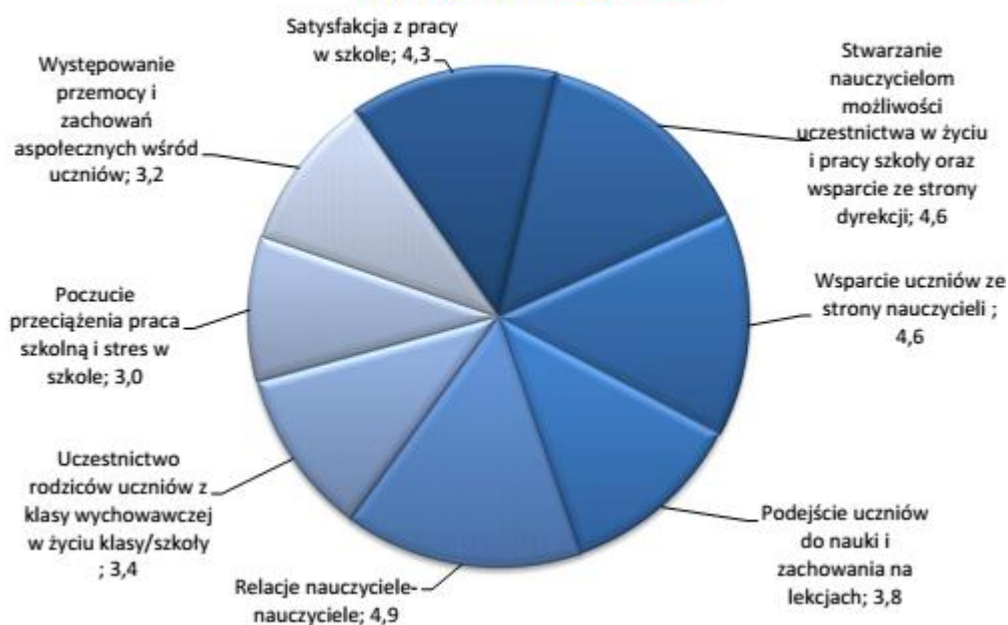
## Szkoła promująca zdrowie

Lp	Podskale i badane osoby	Średnia liczba punktów
Uczniowie (N=4,0)		
I	Satysfakcja ze szkoły (1-6)	4,18
II	Stwarzanie uczniom możliwości uczestnictwa w życiu klasy (7-11)	3,62
III	Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (12-16)	3,7
IV	Podjęcie uczniów do nauki i zachowania na lekcjach (17-20)	4,88
V	Motywowanie do osiągania sukcesów	3,6
VI	Przestrzeganie praw ucznia, znajomość reguł i ich ocena	3,68
VII	Relacje między uczniami	4,22
VIII	Poczucie przeciążenia pracą szkolną i stres w szkole	3,2
IX	Występowanie przemocy i zachowań aspołecznych wśród uczniów	2,72
Nauczyciele (N=3,8)		
I	Satysfakcja z pracy w szkole	4,2
II	Stwarzanie nauczycielom możliwości uczestnictwa w życiu i pracy szkoły oraz wsparcie ze strony dyrekcji	4,1
III	Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (13-17)	4,3
IV	Podjęcie uczniów do nauki i zachowania na lekcjach	3,4
V	Relacje nauczyciele-nauczyciele	4,4
VI	Uczestnictwo rodziców uczniów z klasy wychowawczej w życiu klasy/szkoły	3,4
VII	Poczucie przeciążenia pracą szkolną i stres w szkole	3,1
VIII	Występowanie przemocy i zachowań aspołecznych wśród uczniów	3,2
Pracownicy szkoły, którzy nie są nauczycielami (N=3,7)		
I	Satysfakcja z pracy w szkole oraz wsparcie ze strony dyrekcji	3,8
II	Stwarzanie pracownikom, którzy nie są nauczycielami możliwości uczestnictwa w życiu i pracy szkoły	3,2
III	Relacje między pracownikami, którzy nie są nauczycielami	4
IV	Stosunek uczniów do pracowników, którzy nie są nauczycielami	3,9
V	Poczucie przeciążenia pracą szkolną i stres w szkole	3,7
VI	Występowanie przemocy i zachowań aspołecznych wśród uczniów	3,7
Rodzice (N=3,4)		
I	Satysfakcja ze szkoły dziecka	4,1
II	Stwarzanie rodzicom możliwości uczestnictwa w życiu klasy/szkoły	3,7
III	Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (13-17)	3,8
IV	Uczestnictwo rodziców w życiu i pracy klasy/szkoły	3,5
V	Wsparcie dla rodziców	3,6
VI	Przeciążenie dziecka pracą szkolną i stres w szkole (26-29)	1,6

## UCZNIOWIE



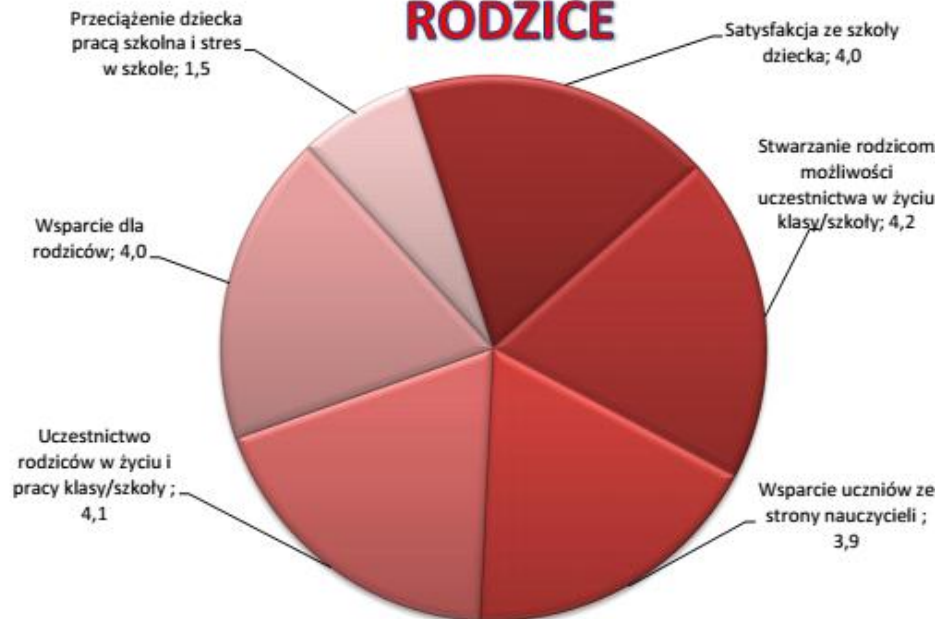
## NAUCZYCIELE



# PRACOWNICY SZKOŁY, KTÓRZY NIE SĄ NAUCZYCIELAMI



# RODZICE



Z przeprowadzonych badań wynika, że nasza szkoła stwarza korzystną i dobrą atmosferę pracy oraz troszczy się o dobre samopoczucie całej społeczności szkolnej. Wysoki stopień satysfakcji z uczestnictwa w życiu szkoły dowodzi, że panuje tu klimat sprzyjający nauce i pracy:

- Uczniowie odczuwają wsparcie ze strony nauczycieli oraz motywowanie ich do nauki, chętnie chodzą do szkoły i odczuwają satysfakcję z uczestnictwa w jej działaniach,
- Nauczyciele odczuwają wysoki stopień satysfakcji z pracy w szkole, czują wsparcie ze strony uczniów oraz ze strony dyrekcji,
- Pracownicy niepedagogiczni również odczuwają satysfakcję z pracy w szkole i wsparcie ze strony dyrekcji, chętnie chodzą do pracy.
- Rodzice cieszą się, że ich dzieci uczęszczają do naszej szkoły (satysfakcja ze szkoły czują się w niej bezpiecznie, a pracownicy szkoły stwarzają im możliwości pełnego uczestnictwa w życiu szkoły).

**Standard IV - Warunki oraz organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz współpracy z rodzicami**

Warunki i organizacja nauki oraz pracy tworzą środowisko fizyczne naszej szkoły. Ma ono bezpośredni wpływ na zdrowie, bezpieczeństwo oraz samopoczucie całej społeczności szkolnej. Środowisko fizyczne szkoły ma także wpływ na jej wizerunek w środowisku lokalnym i stosunek uczniów i rodziców do szkoły.

**Wymiary i wskaźniki do oceny środowiska fizycznego szkoły:**

- Wybrane pomieszczenia i wyposażenie szkoły oraz organizacja pracy,
- Czystość szkoły,
- Organizacja przerw międzylekcyjnych,

- Wychowanie fizyczne,
- Żywnienie w szkole.

#### Metody badania i narzędzia:

- Badanie ankietowe uczniów klas VI szkół podstawowych, nauczycieli, pracowników niepedagogicznych i rodziców,
- Arkusz zbiorczy dla standardu czwartego.

#### Prezentacja środowiska fizycznego:

W szkole znajduje się 13 sal lekcyjnych. Przestrzeń w klasach jest zorganizowana adekwatnie do sposobu prowadzenia zajęć. W salach znajdują się pomoce dydaktyczne, w tym 7 tablic interaktywnych i sprzęty potrzebne do realizacji zajęć. Sale są widne, dostosowane do liczebności uczniów. W szkole zapewnione są różne rozmiary stolików i krzeseł dla uczniów. Toalety szkolne są utrzymane w należytej czystości.

Szkoła po rozbudowie uzyskała nowe pomieszczenia, jednak liczba sal jest niewystarczająca w stosunku do ilości klas i dlatego organizacja nauki odbywa się na dwie zmiany. W szkole dba się, by organizacja planu lekcji zapewniała uczniom higienę pracy umysłowej. Szkoła dysponuje salą komputerową, nowoczesną salą do nauki języków obcych, pracownią przyrodniczą, posiada bibliotekę, świetlicę, stołówkę, gabinet pedagoga, logopedy, pielęgniarki.

W stołówce szkolnej jest wystarczająco dużo miejsca do spożycia ciepłego posiłku przez wszystkich uczniów. Posiłki są wydawane od godziny 11 do 14, a dwie piętnasto minutowe przerwy lekcyjne, umożliwiają zjedzenie posiłku w spokoju, bez większego pośpiechu. Kilka lat temu wybudowano duży i nowoczesny kompleks sportowo - rekreacyjny z boiskami do gier zespołowych, bieżnią, urządzeniami do ćwiczeń. Atrakcyjne boiska powodują, że uczniowie chętnie uczęszczają na zajęcia sportowe. Na zajęciach WF nie zaobserwowano zbyt częstych nieuzasadnionych zwolnień z lekcji.

*Podsumowanie wyników w standardzie czwartym  
Rok szkolny 2015/2016:*

Wymiar	Średnia liczba punktów	Wybrane elementy, których poprawa jest pilna i możliwa (wybierz je z kolumny 3)
a	b	c
1. Wybrane pomieszczenia i ich wyposażenie oraz organizacja pracy	5.0/5	-
2. Czystość szkoły	4.2/5	<i>Wskazane jest przypominanie uczniom o dbaniu o mienie szkoły oraz o właściwym korzystaniu z toalet</i>
3. Organizacja przerw międzylekcyjnych	4,0/5	<i>Wskazane jest zamontowanie źródełek wody pitnej, tzw. wodopoi na szkolnych korytarzach oraz organizacja wspólnych zabaw na przerwach międzylekcyjnych</i>
4. Wychowanie fizyczne oraz aktywność fizyczna członków społeczności szkolnej	5.0/5	-
5. Żywnienie w szkole	4.2/5	<i>Wskazana jest zmiana asortymentu w sklepiku szkolnym</i>

Średnia liczba punktów dla standardu czwartego (dla 5 wymiarów): 4,48      *Data: 21 kwietnia 2015r.*

*Podsumowanie wyników w standardzie czwartym  
Rok szkolny 2016/2017:*

Wymiar	Średnia liczba punktów	Wybrane elementy, których poprawa jest pilna i możliwa (wybierz je z kolumny 3)
a	b	c
1. Wybrane pomieszczenia i ich wyposażenie oraz organizacja pracy	5/5	-
2. Czystość szkoły	4.3/5	<i>Wskazane jest przypominanie uczniom o dbaniu o mienie szkoły oraz o właściwym korzystaniu z toalet</i>
3. Organizacja przerw międzylekcyjnych	4.7/5	<i>Wskazana jest likwidacja przerw pięciominutowych</i>
4. Wychowanie fizyczne oraz aktywność fizyczna członków społeczności szkolnej	5.0/5	-
5. Żywnienie w szkole	4.6/5	<i>Wskazana jest zmiana asortymentu w sklepiku szkolnym</i>

Średnia liczba punktów dla standardu czwartego (dla 5 wymiarów): 4.86      *Data: 20 maja 2017r.*

Wnioski autoewaluacji środowiska fizycznego i bazy lokalowej szkoły:

W wyniku przeprowadzonej autoewaluacji można stwierdzić, że wszystkie wymiary badanego standardu dotyczącego „bazy lokalowej i środowiska fizycznego szkoły” znajdują się na wysokim poziomie:

- środowisko fizyczne szkoły spełnia wszystkie obowiązujące normy higieniczne i bhp,

- szkoła posiada nowy, odpowiednio wyposażony nowoczesny kompleks sportowy,
- na terenie szkoły został wybudowany plac zabaw dla uczniów młodszych,
- na korytarzach szkolnych zamontowano krany z wodą do picia (tzw. wodopoje),
- stworzono warunki do wspólnych zabaw na przerwach poprzez montaż „plansz – naklejek” na szkolnych korytarzach,
- organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu uczniów i nauczycieli.
- szkoła zapewnia nauczycielom możliwość korzystania z potrzebnych podczas zajęć nowoczesnych pomocy dydaktycznych. Nauczyciele mają stworzone warunki do pracy własnej, przygotowywania się do zajęć czy rozwoju zawodowego.

#### Rekomendacje do dalszej pracy:

- utrzymanie wysokiej oceny środowiska fizycznego oraz bazy lokalowej szkoły,
- dbanie o zielone tereny wokół szkoły, budynek oraz jego wyposażenie,
- w związku z realizacją programu promującego m.in. zdrową żywność wskazana jest zmiana asortymentu sklepiku szkolnym.

### **3. Opis stopnia akceptacji środowiska dla idei SzPZ, w tym stopień świadomości i zaangażowania rady pedagogicznej**

Idea i zasady tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie została szczegółowo przekazana całej społeczności szkolnej przed podpisaniem deklaracji przystąpienia do programu. Nauczyciele zostali zapoznani z koncepcją programu na posiedzeniu rady pedagogicznej, uczniowie na godzinach wychowawczych, pracownicy niepedagogiczni podczas odpowiednio przygotowanych dla nich szkoleń, rodzice zaś na zebraniach. Dla rodziców dodatkowo została przygotowana ankieta, w której mogli zaakceptować chęć przystąpienia do sieci Szkół Promujących Zdrowie. Aprobata programu wyraziło ponad 92 % rodziców. Informacje o Szkole Promującej Zdrowie zostały wyeksponowane na tablicach informacyjnych w postaci gazetek i plakatów. Na zebraniach z rodzicami przygotowany został folder z podstawowymi informacjami o programie i sposobach jego realizacji w szkole. Na bieżąco wszelkie działania prozdrowotne były rejestrowane na stronie internetowej szkoły oraz eksponowane na gazetce Szkoły Promującej Zdrowie. Działania promujące zdrowie od wielu lat



wynikają z misji i wizji szkoły i zawarte są w Szkolnym Programie Wychowawczym oraz w Szkolnym Programie Profilaktyki.

Treści z zakresu edukacji zdrowotnej zostały włączone do realizacji programów z wielu przedmiotów: język polski, przyroda, technika, plastyka, wychowanie fizyczne. Ze względu na aspekt wychowawczy zagadnienia te są także realizowane na godzinach wychowawczych oraz w ramach pracy świetlicy i biblioteki szkolnej.

Nad przebiegiem działań czuwa powołany zespół do spraw promocji zdrowia i wyłoniony spośród niego koordynator. Wszyscy nauczyciele chętnie włączyli się w działania proponowane przez zespół, przedstawiali również własne projekty i inne prozdrowotne propozycje działań. Wyrazem akceptacji realizowania programu w naszej szkole przez uczniów, rodziców i pracowników niepedagogicznych było ich świadome, kreatywne i systematyczne uczestnictwo we wszystkich opisywanych w raporcie działaniach szkoły w drodze do certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie.

#### **4. Realizacja edukacji zdrowotnej**

##### **A. Szkolne zadania i projekty:**

1. „Zdrowo i sportowo” – uzyskanie przez szkołę certyfikatu,
2. „Śniadanie daje moc”,
3. „Zdrowo jemy – żywności nie marnujemy”,
4. „Hałas - niewidzialny wróg - pokochaj ciszę”,
5. „Dobre jedzenie – zdrowe jedzenie”,
6. Budowa placu dla uczniów młodszych,
7. Utworzenie nowych sal lekcyjnych,
8. Utworzenie szkolnego ogrodu i placów zieleni wokół szkoły,
9. Organizacja dzielnicowych zawodów sportowych (zajęcie I miejsca w rozgrywkach Ligii Dzielnicy VIII)
10. Realizacja autorskiego programu z wychowania fizycznego dla klas IV - VI „Moje zdrowie, rodzina i ja" zarejestrowanego przez Ministerstwo Edukacji Narodowe.

*Prezydent Krakowa pan Jacek Majchrowski - gościem w nowych salach lekcyjnych:*



*Nowoczesny kompleks sportowy – w budowie i dziś:*



*Uroczyste otwarcie boiska z udziałem prezydenta Krakowa: nagrody dla sportowców i ogromny „sportowy” tort:*



*Nowy plac zabaw dla najmłodszych uczniów:*



*Szkolny ogród - dawniej i dziś:*









## **B. Realizacja prozdrowotnych programów zewnętrznych:**

### **I. Realizacja programów rekomendowanych przez SANEPID:**

- 1 „Znajdź właściwe rozwiązanie”- program profilaktyki palenia tytoniu”
2. „Nie pal przy mnie proszę”.
3. „5 porcji warzyw i owoców w szkole”.
4. Wiem co jem”
5. „Zdrowy uśmiech”
6. „Czyste Powietrze Wokół Nas”
7. „Szkłanka mleka”.

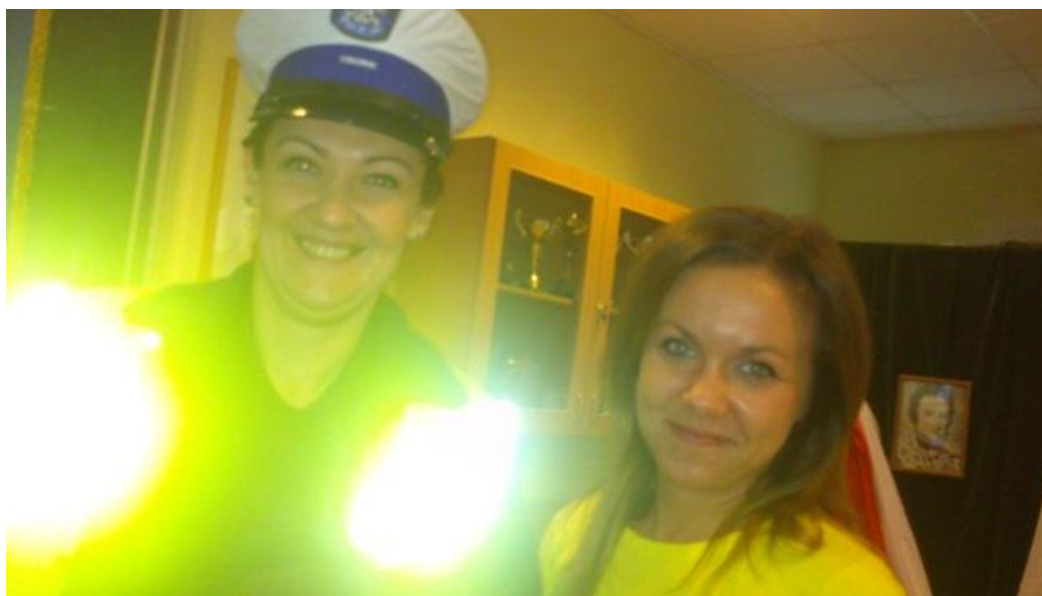
*Pij mleko – będziesz wielki...*



## II. Realizacja programów we współpracy ze Strażą Miejską i Policją:

1. „Bezpieczna droga do szkoły”,
2. „Jak bezpiecznie poruszać się po drodze”,
3. “Szczęśliwe miasto – bezpieczne miasto”.
4. „Bezpieczeństwo w sieci”,
5. „Odblaskowa szkoła”

*Odblaskowa szkoła... to my:*



### III. Realizacja działań proekologicznych:

1. Realizacja Projektu „Zdrowy oddech – aktywna edukacja ekologiczna”,
2. Projekt edukacyjny Fundacji Nauki i Kultury ELEIS (Elektryczność, Ekologia i Samowystarczalność),
3. Realizacja projektu „Moje miasto bez elektrośmieci”,
4. Szkolne zbiórki makulatury, plastikowych nakrętek, zużytych baterii,
5. Udział w akcji „Sprzątanie świata”,
6. Zorganizowanie warsztatów dla klas VI „Czerwona księga - Lista CITES” ,
7. Udział uczniów naszej szkoły w konkursach o tematyce ekologicznej,
8. Projekt STARS – Rowerem do szkoły,
9. Turystyka piesza ze Szkolnym Klubem PTTK

*Po raz kolejny uczestnicy SK PTTK zdobyli I miejsce i puchar prezesa Krakowskiego Zarządu PTTK:*



*Dyscypliny sportowe uprawiane przez naszych uczniów:*



Fot. Karol Braszkiewicz

## 5. Informacje o współpracy z rodzicami i środowiskiem lokalnym

Współpraca z rodzicami i środowiskiem lokalnym miała charakter planowany i systematyczny. Rodzice zostali zapoznani z koncepcją, założeniami i propozycjami realizacji programu Szkoły Promującej Zdrowie. Chętnie pomagają szkole przy okazji różnych akcji i imprez szkolnych.

Informacje na temat współpracy z rodzicami:

- udział rodziców w szkolnych imprezach promujących zdrowie, np. Festyn Rodzinny, kiermasz bożonarodzeniowy - rodzice przygotowali stoiska ze zdrową żywnością oraz kawiarenkę z sokami i owocowymi ciastami;
- rodzice sponsorowali wiele przedsięwzięć organizowanych przez Szkołę Promującą Zdrowie:
- współorganizowali imprezy klasowe, włączali się do projektów ogólnoszkolnych poprzez pomoc organizacyjną, techniczną (przygotowanie dekoracji), opiekuńczą, logistyczną,
- uzyskiwali dofinansowania lub darowizny z firm, w których byli zatrudnieni,
- brali udział w akcjach charytatywnych organizowanych w szkole („Góra grosza”, zbiórka plastikowych nakrętek, zbiórka baterii, program UNICEF);
- nauczyciele i wychowawcy klas systematycznie poruszali tematykę prozdrowotną na zebraniach klasowych,
- rodzice uczestniczyli w pogadankach z psychologiem, specjalistami od terapii uzależnień, pracownikami policji,
- szkoła podjęła działania w związku z przystąpieniem do projektu unijnego „Wspomaganie rozwoju szkół” ze szczególnym uwzględnieniem obszaru „Współpraca z rodzicami”,
- Realizacja program autorskiego z wychowania fizycznego dla klas IV - VI „Moje zdrowie, rodzina i ja” zarejestrowanego przez Ministerstwo Edukacji Narodowej.

## ***A. Festyny rodzinne w naszej szkole***

Od trzech lat na terenie naszej szkoły odbywają się majowe festyny rodzinne. Organizatorem festynu jest Rada Rodziców, pani Dyrektor oraz Zespół do spraw promocji zdrowia realizujący zadania „Szkoły Promującej Zdrowie”. Na nasz festyn zapraszani są radni Dzielnicy VIII. Na festynie uczniowie biorą udział w rywalizacji sportowej oraz poznają tajniki udzielania pierwszej pomocy. Każdy sportowiec otrzymuje atrakcyjne nagrody. Uczniowie oraz ich rodzice mogą skorzystać z kącia medycznego, w którym dokonują pomiaru ciśnienia krwi, są ważeni i mierzeni. W wesołych zawodach sportowych startują również mamy i tatusiowie rywalizując w meczach siatkówki i piłki nożnej. Oprócz sportu są tańce, piosenki i zabawy z didżejem. Na festynie nie może zabraknąć stoisk ze zdrową żywnością, owocowymi sokami i innymi pysznościami. Festyn kończy się „owocowym sprintem, czyli wesołym biegiem przebierańców.

Na naszych festynach jest zawsze zdrowo i wesoło!

*Na festynie...*





### ***B. Współpraca z organizacjami działającymi w środowisku lokalnym:***

Szkoła ściśle współpracuje z wieloma podmiotami i instytucjami wspierającymi rozwój dzieci, co pozwala na poszerzenie i uatrakcyjnienie oferty edukacyjnej naszej szkoły oraz uzyskiwanie satysfakcjonujących efektów pracy dydaktyczno - wychowawczej.

Szkoła prowadzi różnorodne działania, których celem jest zaspakajanie wcześniej zdiagnozowanych potrzeb uczniów. W tym celu współpracuje z wieloma podmiotami wspierającymi dzieci. Są to m. in.:

- Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna - konsultacje i poradnictwo, prelekcje na zebraniach z rodzicami,
- Urząd Miasta Krakowa – realizacja projektu “Zdrowy oddech – aktywna edukacja ekologiczna”;
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej,
- Stowarzyszenie „Dobromir” - za działalność charytatywną na rzecz dzieci niepełnosprawnych nasza szkoła uzyskała tytułu honorowego członka „Stowarzyszenie Pomocy Szkole Małopolska”.

- Fundacja „Nasza Ziemia” – udział w akcji „Sprzątanie Świata”, „Moje silne drzewo”
- Policja - pogadanki, prelekcje o bezpieczeństwie, „Odpowiedzialność karna młodzieży”, warsztaty „ Zagrożenia płynące z cyberświata”, „Bezpieczna droga do szkoły”,
- Straż Miejska - “Jak bezpiecznie poruszać się po drodze”,  
“Szczęśliwe miasto – bezpieczne miasto”,
- Wojewódzka Stacja Sanitarno - Epidemiologiczna w Krakowie - realizacja programu „Nie pal przy mnie proszę”, „Czyste Powietrze Wokół Nas”,
- Cascada Centrum Sportu i Rekreacji - sponsor nagród w zawodach sportowych,
- MPO Kraków - w ramach edukacji ekologicznej prowadzonej przez MPO uczniowie brali udział w warsztatach na terenie Centrum ekologicznego Barycz,
- Fundacja Nauka i Kultura - program “ELEIS – Elektryczność, Ekologia, Samowystarczalność”,
- Nadleśnictwo Niepołomice – warsztaty, ścieżki edukacyjne,
- Rada Dzielnicy VIII – sponsorowanie nagród sportowych, uczestnictwo uczniów w konkursach „Eko i my”, „Z prawem na Ty”,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej,
- Caritas, Stowarzyszenie "Siemacha",
- Agencja Rynku Rolnego - udział w akcjach „Szklanka mleka”, „Owoce w szkole”,
- Kuratorium Oświaty w Krakowie – organizacja etapów rejonowych i wojewódzkich konkursu przedmiotowego z przyrody,
- Stowarzyszenie Nauczycieli Matematyki,
- Fundacja "Nasz Dom",
- Specjalistyczny Szpital Dziecięcy w Prokocimiu – coroczne akcje charytatywne,
- PTTK - organizacja rajdów i wycieczek szkolnych,
- Parafia – spotkania, wycieczki, kuligi, ogniska, akcje charytatywne,
- REBA Organizacja Odzysku S.A – zbiórka baterii,
- Centrum Kultury „Ruczaj” – warsztaty, udział uczniów w kołach zainteresowań,
- Biblioteka Publiczna, Biblioteka Wojewódzka - konkursy, warsztaty dla uczniów,
- Krakowskie Towarzystwo Opieki nad Zwierzętami – coroczne akcje charytatywne.



Korzystając z zasobów kulturowych Krakowa nasza szkoła współpracuje z takimi instytucjami jak: Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie, Muzeum Historycznym Miasta Krakowa, Muzeum Archeologiczne, Muzeum Uniwersytetu Jagiellońskiego, Teatry (Bagatela, Grotoska, Słowacki, Teatr Ludowy), Opera Krakowska, Filharmonia, Kina (Kino Pod Baranami, Kijów, Cinema City Zakopianka, Bonarka City Center). Dzięki temu uczniowie biorą udział w przedstawieniach, konkursach, lekcjach w terenie, prezentacjach, festiwalach filmowych, co sprzyja ich wszechstronnemu rozwojowi.

## **6. Informacje o zakresie szkolenia rady pedagogicznej, uczniów, rodziców, nauczycieli, pracowników administracji i obsługi**

Jednym z ważnych zadań w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie było odpowiednie przygotowanie społeczności szkolnej z zakresu podstaw tworzenia oraz koncepcji Szkoły Promującej Zdrowie. Zapoznanie z ideą programu oraz szkolenie społeczności szkolnej w okresie przygotowawczym przebiegało w następujących formach:

1. Szkolenie dla koordynatorów: przeprowadzone przez Ośrodek Doskonalenia Ustawicznego” Centrum IB” na temat „Koncepcja szkoły samorozwijającej się”.
2. Udział w konferencji „Czyste powietrze w Krakowie” organizowane przez Krakowski Szpital Specjalistyczny w Krakowie.
3. Konferencja koordynatorów Szkół Promujących Zdrowie NT. „Wdrażanie przepisów zdrowego żywienia w placówkach oświatowych – dobre praktyki” – organizator Szkoła Podstawowa Nr 162 w Krakowie.
4. Szkolenie rady pedagogicznej przez zespół do spraw promocji zdrowia, na którym zostały przekazane informacje zawierające podstawowe informacje z okresu przygotowawczego, przeprowadzonych badań i rekomendacji na przyszłe lata.
5. Przedstawienie prezentacji z okresu przygotowawczego na zebraniach rady rodziców oraz przekazanie istotnych zadań programu na zebraniach z rodzicami.

#### 4. Tematyka rad szkoleniowych dla nauczycieli:

- „Pierwsza pomoc w stanach zagrożenia”,
- „Prawa dziecka – w szczególności prawo do bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego – sposoby skutecznej komunikacji interpersonalnej z uwzględnieniem mobbingu”,
- „Savoir vivre, czyli sztuka życia”,
- „Motywacyjna funkcja oceniania. Ocenianie kształtujące”,
- „Ocenianie, klasyfikowanie i promowanie uczniów – aspekt prawny i psychologiczny”,
- „Gry psychologiczne w szkole”,
- „Jak postępować z uczniem sprawiającym kłopoty wychowawcze”,
- „Korzyści i zagrożenia w cyberprzestrzeni” – warsztaty,
- „Zarządzanie klasą” – warsztaty,
- „Nauczanie przez działanie – lubimy pracować metodą projektu”,
- „Higiena pracy głosem”,
- „Wspomaganie edukacyjno-opiekuńcze i zdrowotne dziecka z cukrzycą w szkole”,
- „Praktyczne dostosowanie wymagań edukacyjnych dla uczniów posiadających opinie psychologiczno-pedagogiczne”.

#### **7. Opis pracy szkolnego koordynatora i zespołu ds. promocji zdrowia**

Szkolny koordynator czuwał nad całością procesu tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie w naszej szkole. We wrześniu 2014 roku koordynator powołał zespół do spraw promocji zdrowia, z którym podpisał kontrakt dotyczący współpracy.

##### Zadania zrealizowane przez koordynatora:

- ukończenie szkolenia na temat tworzenia Szkoły promującej Zdrowie,
- zgłoszenie placówki do wojewódzkiej sieci SZPZ,
- systematyczne przekazanie informacji na stronie internetowej szkoły dotyczących realizacji programu,
- współorganizowanie Festynu Rodzinnego,

- przeprowadzenie konkursu na logo Szkoły Promującej Zdrowie
- kierowanie pracą szkolnego zespołu do spraw promocji zdrowia,
- inicjowanie, organizowanie i koordynowanie prac związanych z promocją zdrowia w szkole,
- współdziałanie w kształceniu pracowników szkoły w zakresie promocji zdrowia,
- przeprowadzanie badań wstępnych, mających na celu diagnozę stanu wyjściowego szkoły w zakresie zdrowia oraz badań dotyczących klimatu społecznego szkoły (analiza ankiet, określenie problemów priorytetowych),
- opracowanie wraz zespołem planów działań, sprawozdań i raportów w tzw. okresie przygotowawczym i w kolejnych trzech latach,
- prowadzenie kroniki Szkoły Promującej Zdrowie.

#### Uczestnictwo w szkoleniach i konferencjach:

- „Koncepcja szkoły samorozwijającej się” - Ośrodek Doskonalenia Ustawicznego” Centrum IB”,
- „Czyste powietrze w Krakowie” - Krakowski Szpital Specjalistyczny w Krakowie.
- „Wdrażanie przepisów zdrowego żywienia w placówkach oświatowych – dobre praktyki” - Szkoła Podstawowa Nr 162 w Krakowie.

## **8. Informacje na temat wyników monitorowania samopoczucia całej społeczności szkolnej (stopień zadowolenia ze szkoły)**

W trakcie realizacji programu Szkoła Promująca Zdrowie systematycznie monitorowano samopoczucie społeczności szkolnej. Przeprowadzono dwukrotnie badania ankietowe sprawdzające stopień zadowolenia ze szkoły (2014, 2017). Wyniki prowadzonych badań posłużyły do ewaluacji działań i sporządzenia raportu.

Badanie stopnia zadowolenia ze szkoły przeprowadzone w marcu 2017 roku wykazało, że nasza szkoła stwarza korzystną i dobrą atmosferę oraz troszczy się o dobre samopoczucie wszystkich podmiotów. Wysoki stopień satysfakcji z uczestnictwa w życiu szkoły dowodzi, że panuje tu klimat sprzyjający nauce i pracy:

- Uczniowie odczuwają wsparcie ze strony nauczycieli oraz motywowanie ich do nauki, chętnie chodzą do szkoły i odczuwają satysfakcję z uczestnictwa w jej działaniach (średnia liczba punktów 4,3).
- Nauczyciele odczuwają wysoki stopień satysfakcji z pracy w szkole (4,4), czują wsparcie ze strony uczniów oraz ze strony dyrekcji.
- Pracownicy niepedagogiczni również odczuwają satysfakcję z pracy w szkole i wsparcie ze strony dyrekcji (4,1)
- Rodzice cieszą się, że ich dzieci uczęszczają do naszej szkoły (satysfakcja ze szkoły 4,3), czują się w niej bezpiecznie, a pracownicy szkoły stwarzają im możliwości pełnego uczestnictwa w życiu szkoły.

Monitorowanie działań w ramach programu to jedno z zadań członków zespołu do spraw promocji zdrowia, który był wspierany przez innych nauczycieli, szczególnie nauczycieli odpowiedzialnych za szkolne projekty, konkursy oraz imprezy promujące zdrowie.

*Stopień zadowolenia ze szkoły:*

	<b>2014r.</b>	<b>2017r.</b>
<i>Uczniowie</i>	4.18 /5	4.3 /5
<i>Nauczyciele</i>	4.2 /5	4.4 /5
<i>Pracownicy niepedagogiczni</i>	3.8 /5	4.1 /5
<i>Rodzice uczniów</i>	4.1 /5	4.3 /5

## **9. Opis dostępnego dla szkoły sposobu współpracy z pielęgniarką szkolną**

Pielęgniarka szkolna współpracuje z nauczycielami w realizacji edukacji zdrowotnej. Jednym z zadań pielęgniarki szkolnej, zapisanych w jej standardach postępowania jest prowadzenie

edukacji zdrowotnej uczniów i ich rodziców oraz uczestnictwo w szkolnych programach profilaktyki i promocji zdrowia.

Na etat pielęgniarki szkolnej przypada około 780 uczniów. Pielęgniarka posiada w szkole odrębne, odpowiednio wyposażone pomieszczenie, umożliwiające indywidualny kontakt z uczniami, wykonywanie testów przesiewowych, przechowywanie dokumentacji medycznej, sprzętu oraz leków.

## Zakończenie

Przeprowadzona ewaluacja działań w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie wskazuje na zwiększenie świadomości prowadzenia zdrowego stylu życia całej społeczności szkolnej poprzez zdrowe odżywianie, higienę osobistą, walkę z hałasem oraz uprawianie różnych form aktywności fizycznej.

W naszej szkole panuje dobra atmosfera oraz obowiązują zasady aktywnej współpracy.

Zrealizowanie zaplanowanych działań było możliwe dzięki wielkiemu zaangażowaniu całego zespołu ds. promocji zdrowia, pani dyrektor, wszystkich nauczycieli i uczniów oraz rady rodziców. Nasze działania i zmiany wprowadzone w latach 2014-2017 pozytywnie wpłynęły na całą społeczność szkolną, funkcjonowanie szkoły oraz promocję placówki w środowisku lokalnym. Wielkim sukcesem okazały się integrujące festyny rodzinne. Zdecydowana większość uczniów dostrzega konieczność zmiany nawyków żywieniowych oraz sposobów spędzania wolnego czasu na bardziej aktywny. Uczniowie poznali, że dbanie o zdrowie może być wielką przyjemnością i sprawiać wiele satysfakcji.

Mimo zadawalających wyników naszej pracy, będziemy kontynuować i uatrakcyjnić dotychczasowe działania, aby nadal dbać o zdrowie i kondycję fizyczną całej społeczności szkolnej, bo „zdrowa szkoła jest wesoła!”.

*Dorota Pabian – szkolny koordynator  
projektu „Szkoła Promująca Zdrowie”  
oraz  
Zespół ds. promocji zdrowia*