

**Plan działań  
szkolnego programu promocji  
zdrowia  
w Szkole Podstawowej  
w Krzyżu Wlkp.  
w roku szkolnym 2019/2020**

*„Uczymy się, bawimy, sobie  
pomagamy, o przyjazny klimat  
w naszej szkole dbamy!”*

## A. Część wstępna planowania

### 1. Problem priorytetowy do rozwiązania:

Niewystarczająco utrwalone umiejętności interpersonalne uczniów w relacjach z rówieśnikami (skutecznego i kulturalnego porozumiewania się, rozwiązywania problemów, radzenia sobie z emocjami).

#### a) Krótki opis problemu priorytetowego:

Dobór problemu priorytetowego jest kontynuacją zakresu prac w minionym roku szkolnym 2018/2019, kiedy to największy nacisk położony był na wyrabianie nawyku skutecznego porozumiewania się i utrzymywania dobrych relacji interpersonalnych wśród uczniów, na wdrażanie do przestrzegania norm społecznych i zasad kultury oraz wyrabianie postawy szacunku dla siebie i innych. Na podstawie uzyskanych wyników stwierdza się, że uczniowie naszej szkoły doświadczają pozytywnych relacji z rówieśnikami (78,12%). Jest to jednak niewielki wzrost o około 5% w stosunku do ubiegłorocznego badania.

Realizacja zadań wynikających z tegorocznego planu pracy ma na celu tworzenie przyjaznego klimatu poprzez dobrą komunikację, pozytywne relacje między wszystkimi członkami społeczności szkolnej, kulturalne rozwiązywanie napotkanych problemów i radzenie sobie z różnymi emocjami.

#### b) Uzasadnienie wyboru priorytetu:

Wyniki badania przeprowadzonego w czerwcu 2018r. i nasze obserwacje wskazują, że umiejętności interpersonalne naszych uczniów wzrosły, ale nie są wystarczająco utrwalone. Relacje z rówieśnikami mają istotny wkład w rozwój emocjonalny dziecka oraz pomagają wyćwiczyć umiejętności interpersonalne, tak bardzo potrzebne zarówno w dziecięcym i nastoletnim okresie życia, jak i w dorosłym życiu. Dlatego szkolny koordynator wraz z zespołem wspierającym, zdecydowali o wyborze, a właściwie kontynuacji problemu priorytetowego. Nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów z innymi ludźmi to umiejętność, którą młody człowiek zdobywa stopniowo. Umiejętności interpersonalne, takie jak negocjowanie, rozwiązywanie konfliktów, podejmowanie decyzji czy radzenie sobie z pozytywnymi i negatywnymi emocjami przydadzą się w dorosłym życiu, gdzie są bardzo wysoko cenione.

Pozytywne relacje z rówieśnikami i pierwsze przyjaźnie pozwalają dziecku na budowanie więzi, uczenie się zrozumiałej i płynnej komunikacji oraz wyrażanie własnych potrzeb i ocen. Dziecko, które często rozmawia i bawi się z innymi, jest bardziej otwarte w wyrażaniu uczuć, a także ma mniejsze opory przed kontaktem z innymi ludźmi.

## **2. Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:**

- brak szacunku do drugiej osoby, która mimo wszystko jest taka sama jak my, ma takie same prawa i przywileje,
- czynniki biologiczne (temperament, zmiany hormonalne zachodzące w organizmie, nadpobudliwość psychoruchowa, która wiąże się m.in. ze wzmożoną aktywnością i problemami w kontrolowaniu swojego zachowania),
- wpływ środowiska rodzinnego (brak ciepła i zaangażowania w sprawy dziecka, przyzwalająca i tolerancyjna postawa wobec dziecka, szczególnie wobec jego zachowań agresywnych w stosunku do otoczenia, często połączona z brakiem jasnych norm wobec dopuszczalności agresji, tzw. wychowanie bezstresowe),
- wpływ grupy rówieśniczej (naśladowanie niewłaściwych zachowań osób, które są ważne i atrakcyjne w grupie, zmniejszenie się osobistej odpowiedzialności za agresywne zachowanie, poprzez „rozłożenie” jej pomiędzy więcej osób, bo „wszyscy to robią”, zmniejszenie kontroli nad swoim zachowaniem pod wpływem grupy)

## **3. Rozwiązania dla usunięcia przyczyn/y problemu:**

- integracja środowiska klasowego i szkolnego,
- wyposażenie uczniów i rodziców w wiedzę i umiejętności nt. strategii społecznego kontaktu,
- zaangażowanie wszystkich członków społeczności szkolnej w budowanie przyjaznego klimatu w szkole poprzez właściwe relacje osobowe oparte na odpowiedzialności, zaufaniu, empatii wobec drugiego człowieka.

**B. Plan działań**  
w okresie roku szkolnego 2019/2020

**1. CEL:**

Tworzenie przyjaznego klimatu poprzez dobrą komunikację, pozytywne relacje między wszystkimi członkami społeczności szkolnej, kulturalne rozwiązywanie napotkanych problemów i radzenie sobie z różnymi emocjami.

**2. Kryterium sukcesu:**

Uczniowie będą skutecznie porozumiewać się i utrzymywać dobre relacje (70%).

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

**a) Co wskaże, że osiągnięto cel?**

- spadnie liczba zachowań negatywnych wynikających z nieprzestrzegania norm społecznych w postaci wzajemnego dokuczania, przezywania, wyśmiewania,
- mają poprawne relacje z rówieśnikami i dorosłymi, potrafią kulturalnie wyrazić własne zdanie,
- wzrośnie umiejętność pracy w grupie, zrozumienie dla drugiego człowieka,
- zmniejszy się liczba uczniów wchodzących w konflikt ze swoimi kolegami i koleżankami,
- widoczna zmiana zachowania i postaw uczniów w szkole i poza nią

**b) Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?**

- obserwacje,
- ankieta porównawcza w stosunku do punktu wyjściowego w danej klasie,
- analiza dokumentacji szkolnej (zebrane wskaźniki)

**c) Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?**

- wychowawcy - maj 2020,
- zespół ds. promocji zdrowia - czerwiec 2020

## II. ZADANIA

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/osoba odpowiedzialna	Środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1. Opracowanie planu działań prozdrowotnych na rok szkolny 2019/2020.	Zaangażowanie się wszystkich członków zespołu wspierającego w tworzenie planu działań prozdrowotnych na rok szkolny 2019/2020.	- „burza mózgów”, konsultacja i przyjęcie propozycji zespołu wspierającego	IX/2019	Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia i zespół wspierający	komputer, papier, drukarka	plan działań, kontrola dokumentu
2. Zapoznanie społeczności szkolnej z planem działań prozdrowotnych na rok szkolny 2019/2020.	Spółeczność szkolna (uczniowie, nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni oraz rodzice) będzie znała zakres planu działań - U – 70% N – 100% PN – 50% R – 50%	- oficjalna inauguracja działań prozdrowotnych w szkole podczas apelu,  - przedstawienie planu radzie pedagogicznej i przyjęcie go do realizacji,  - zamieszczenie programu na stronie internetowej szkoły,	IX - XI/2019	szkolny koordynator mgr Justyna Wyrwa  szkolny koordynator  mgr Ż. Mazurkiewicz	komputer, dostęp do strony WWW, materiały na gazetkę	dokumentacja fotograficzna, scenariusz apelu, analiza protokołu z posiedzenia rady pedagogicznej, zapis w dzienniku lekcyjnym, lista obecności z zebrania z rodzicami
3. Kontynuacja działań zmierzających do poznawania i rozumienia idei SzPZ.	Nowi członkowie społeczności szkolnej poznają ideę i standardy SzPZ – N – 100% U – 40%  R – 50%	- propagowanie idei SzPZ wśród nowych członków społeczności szkolnej (U, N, R)	2019/2020	szkolny koordynator, zespół wspierający	komputer, papier, drukarka	analiza protokołu z posiedzenia rady pedagogicznej, analiza dokumentacji spotkań z rodzicami, analiza zapisu w dzienniku lekcyjnym (temat i frekwencja na zajęciach)

		- tablica informacyjna na korytarzu	2019/2020	szkolny koordynator		
		- współpraca z regionalnym i wojewódzkim koordynatorem Wielkopolskiej Sieci SzPZ,	2019/2020	szkolny koordynator w porozumieniu z dyrektorem szkoły, zespół wspierający		analiza dokumentacji
4. „Szkoła bez dzwonek”- projekt pilotażowy.	Zajęcia lekcyjne i przerwy będą zaczynać się i kończyć o wyznaczonych godzinach, ale bez sygnalizowania dzwonkiem. Uczniowie będą lepiej kontrolować upływ czasu. Praca bezdzwonkowa wpłynie pozytywnie na budowanie przyjaznego klimatu szkoły.	wg założeń projektu	X/2019	Wicedyrektor, mgr Katarzyna Mazur- Kina wychowawcy klas	środki finansowe na zakup zegarów	wnioski z pilotażu
5. Integracja środowiska klasowego i szkolnego. Budowanie przyjaznego klimatu szkoły poprzez kształtowanie i utrwalanie wśród dzieci, młodzieży i dorosłych relacji opartych na odpowiedzialności, zaufaniu, empatii wobec drugiego człowieka.	U., N., R., PN. zaangażują się w realizację zadania:  U. – 60% N. – 60% R. – 30% PN. – 50%	- zorganizowanie szkolnego Dnia Życzliwości i Pozdrowień (tworzenie emocjonalnych portretów, dzielenie się „darmowymi uściskami” i pozdrowieniami, rozdawanie własnoręcznie	III/20120	pedagog szkolny, psycholog, wychowawcy klas	papier, środki plastyczne	zapis w dzienniku lekcyjnym, dokumentacja fotograficzna, obserwacje, krótki sondaż

	<p>uczniowie bardziej zaangażują się w życie w klasie szkolnej budując poczucie własnej wartości – U – 50%</p> <p>uczniowie będą uczestniczyć w imprezach klasowych i szkolnych – U – 70%</p> <p>oraz będą brać czynny udział w ich organizacji- U - 30%</p>	<p>przygotowanych uśmiechniętych buziek)</p> <p>- organizowanie imprezy klasowych i szkolnych (Dzień Chłopaka, Andrzejki, Mikołajki, Wigilia, bal karnawałowy, poczta walentynkowa, Dzień Kobiet, Festyn Rodzinny, wycieczki),</p>	2019/2020	wychowawcy wspólnie z uczniami (praca w zespołach), szkolna rada rodziców	<p>środki finansowe, pomysły na zorganizowanie imprezy, skrzynka pocztowa, komputer, papier, drukarka, miejsce na organizację biegów, piłki, boisko, gra „Warcaby”, bajki, gry planszowe</p>	<p>scenariusze imprez, dokumentacja fotograficzna, zapis w dzienniku lekcyjnym, dokumentacja wycieczek</p>
	<p>uczniowie wdrożą się do umiejętnego nawiązywania kontaktów międzyludzkich, uwzględniając zasady kultury i grzeczności U. – 60%</p>	<p>- wzajemne składanie sobie życzeń z różnych okazji (imieniny, urodziny, święta, itp.)</p>	2019/2020	wychowawcy klas, nauczyciele przedmiotów, katecheci, nauczyciele świetlicy		<p>obserwacja</p>
	<p>uczniowie wezmą udział w rozgrywkach sportowych, poznają swoje mocne i słabe strony, nauczą się</p>	<p>- zorganizowanie rozgrywek sportowych między klasami (biegi przełajowe, wyścigi</p>	IV – V/2020	nauczyciele wychowania fizycznego, wychowawcy klas I – III		

	<p>współdziałania w drużynie – U – 70%</p> <p>Uczniowie zaangażują się w pomoc koleżankom i kolegom – U – 50%</p>	<p>rzędów w klasach I- III „Dwa ognie” w klasach IV- VI, turniej koszykarski/ siatkarski w klasach VII - VIII,</p> <p>- „Mały wolontariusz” (pomoc koleżeńska w lekcjach, projektach, wspólna zabawa i spędzanie czasu na świetlicy, czytanie bajek, itp.)</p> <p>- przyznanie nagrody „Fair play”</p>	<p>2019/2020</p> <p>VI/2020</p>	<p>nauczyciele świetlicy</p> <p>wicedyrektor</p>	<p>środki finansowe na zakup nagrody</p>	<p>obserwacja, zapisy spostrzeżeń</p> <p>protokół komisji konkursowej</p>
<p>6. Prowadzenie edukacji zdrowotnej pod kątem naprawy problemów priorytetowych.</p>	<p>Uczniowie i rodzice poznają strategie społecznego kontaktu, tj.: komunikowania się, konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, współdziałania w grupie U – 60% R – 50%</p> <p>Uczniowie będą przestrzegać norm społecznych i postanowień kontraktów</p>	<p>- opracowanie tematyki zajęć z wychowawcą, wypracowanie potrzebnych materiałów</p> <p>- zawarcie „Klasowych kontraktów”</p>	<p>IX/2019</p> <p>IX/2019</p> <p>2019/2020</p>	<p>Szkolny koordynator, wychowawcy klas</p> <p>wychowawcy klas</p> <p>wychowawcy klas</p>	<p>Plansze, papier, mazaki, magnesy, komputer, kserokopiarka</p>	<p>analiza dokumentacji szkolnej (dzienniki lekcyjne, karty spotkań z rodzicami) oraz higienistki szkolnej, rejestr kar i nagród</p>



	<p>klasowych U – 70%</p>	<p>- przeprowadzenie przez wychowawców minimum 2 zajęć w roku szkolnym nt. właściwych relacji rówieśniczych oraz radzenia sobie z różnymi emocjami (pogadanki, referaty, burza mózgów, praca w grupach, metaplan, scenki dramatyczne),</p> <p>- prowadzenie zajęć warsztatowych przez higienistkę szkolną i szkolnego koordynatora ds. promocji zdrowia</p> <p>- Forum dla Rodziców („Recepta na złe zachowanie” – konsekwencje wynikające z łamania zasad szkolnych.)</p>	<p>2019/2020</p> <p>wg harmonogramu spotkań z rodzicami</p>	<p>higienistka szkolna, szkolny koordynator ds. promocji zdrowia</p> <p>wychowawcy klas</p>		
--	------------------------------	--	---	---	--	--

Zagadnienia z obszarów priorytetowych oraz „Bezpieczeństwo”, „ Aktywność fizyczna”, „Zdrowe odżywianie” i „Ekologia” podejmowane są przy realizacji:

- „Programu wychowawczo- profilaktycznego szkoły”,
- Programów profilaktycznych „Spójrz inaczej” i „Spójrz inaczej na agresję”,
- „Dopalacze” w klasach VII- VIII,
- „HIV/AIDS” w klasie VIII,
- „Program zwalczania Ograniczenia Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu” w klasach IV- VIII,
- Szkolnego Dnia Profilaktyki,
- Programu „Szkoła bez przemocy”,
- Programów: „Szkoła z witaminą” i „Posiłek w szkole i w domu”,
- Akcji „Sprzątanie Świata- Polska 2019”,
- „Tygodnia Edukacji Globalnej”,
- „Tygodnia ekologicznego”

przy współpracy z organizacjami szkolnymi i instytucjami środowiska lokalnego, m. in.:

- Samorządem Uczniowskim,
- Szkolną Radą Rodziców,
- szkolnym klubem „Wiewiórka”,
- szkolnym kołem PCK,
- Powiatową Stacją Sanitarno- Epidemiologiczną w Czarnkowie,
- Szkolnym Związkiem Sportowym,
- Klubem Miłośników Turystyki Rowerowej „Dynamo”,
- Nadleśnictwem,
- Policją,
- Strażą Pożarną,
- Miejsko- Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej.

*Szkolny koordynator ds. promocji zdrowia  
i zespół wspierający*

Propozycje tematów na zajęcia z wychowawcą:

1. Komunikacja werbalna i niewerbalna.
2. Jak skutecznie komunikować się z innymi ludźmi?
3. Aktywne słuchanie – w jaki sposób tworzyć dobre relacje z ludźmi?
4. Jak radzić sobie z własnymi emocjami?
5. W jaki sposób wyrażać własne zdanie?
6. Jak rozwiązywać konflikty?

**ZESTAW ĆWICZEŃ UŁATWIAJĄCYCH PRAWIDŁOWE KONTAKTY INTERPERSONALNE  
DO WYKORZYSTANIA NA LEKCJACH I ZAJĘCIACH POZALEKCYJNYCH ORAZ SPOTKANIACH Z RODZICAMI**  
<http://zpo2mc.internetdsl.pl/doc/03zestaw.pdf>