Załącznik 2a[[1]](#footnote-1)

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,**

**KTÓRA NALEŻY DO**

**WIELKOPOLSKIEJ SIECI SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE**

**RAPORT ZA ROK 2016/2017**

**INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nazwa** | **Zespół Szkół w Gębicach****Szkoła Podstawowa im. Leśników Polskich****Publiczne Gimnazjum im. Leśników Polskich** |
| **Adres** | **ul. Szkolna 2, 64-700 Czarnków** |
| **Telefon** | **67-255-14-21** |
| **Adres mailowy** | **zs@zsgebice.pl** |
| **Strona www** | **http://zsgebice.pl/** |
| **Imię i nazwisko dyrektora** | **mgr Beata Maszewska** |
| **Imię i nazwisko koordynatora** | **mgr Jolanta Jur** |
| **Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu** | **nauczyciele:****Magdalena Dudra, Iwona Kalinowska, Agnieszka Kuchta, Lucyna Kujat, Dorota Zawadzka, Marek Tykfer, Aleksandra Gibas;****higienistka szkolna:****Pani Hanna Budek;****pracownicy obsługi i administracji:****Pani Alina Lewandowska,****Pan Stanisław Nowak,****Pani Bernadeta Chojnacka;****Bernadeta Chojnacka;****rodzice: Pani Marta Wróbel, Pani Marika Dunal, ,****uczniowie:****Szkoła Podstawowa:****Agnieszka Zawadzka, Martyna Majewska****Publiczne Gimnazjum: Julia Wielgosz, Natalia Wypusz, Natalia Garstka, Joanna Fryś, Dominika Krysiak** |
| **Data otrzymania certyfikatu Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie** | **13 grudnia 2016 r.** |
| **Nr w wykazie szkół/placówek *(lista dostępna na stronie www.ko.poznan.pl)*** | **86****89** |

1. **Plan działań w zakresie promocji zdrowia.**

|  |
| --- |
| Załącznik 1 |

1. **Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.**

|  |
| --- |
| Idea promocji zdrowia jest od wielu lat obecna w życiu naszej szkoły. Tworząc Koncepcję Rozwoju Szkoły, Program Wychowawczo-Profilaktyczny poświęcamy dużo uwagi działaniom propagującym zdrowy styl życia. Uczestniczymy w wielu programach, projektach oraz kampaniach promujących zdrowy styl życia. Pragniemy, aby nasza szkoła była:* miejscem, w którym panuje dobra atmosfera i obowiązują zasady współpracy,
* miejscem, w którym społeczność szkolna podejmuje działania dla poprawy własnego samopoczucia i zdrowia,
* miejscem, w którym uczniowie uczą się jak zdrowiej i lepiej żyć

Realizujemy szereg przedsięwzięć propagujących zdrowy styl życia, podnoszących wiedzę i świadomość całej naszej społeczności. W roku szkolnym 2016/2017 realizowaliśmy różne zadania z zakresu promocji zdrowia, których nadrzędnym celem było kształtowanie wśród uczniów właściwych zachowań i postaw prozdrowotnych. Omówiono następujące zagadnienia: właściwe odżywianie, zasady zdrowego stylu życia i higieny osobistej, zasady bezpieczeństwa w szkole i poza szkołą, zasady bezpiecznego korzystania z cyberprzestrzeni, szkodliwy wpływ używek na zdrowie, propagowano aktywność fizyczną i zachowania proekologiczne. Wszystkie przewidziane zadania zostały uwzględnione w planie profilaktyki, planach wychowawczych klas. Planowe działania prowadzone były podczas zajęć edukacyjnych i wychowawczych we wszystkich klasach. **Zdrowe odżywianie** Zdrowe odżywianie to podstawa zdrowia. W bieżącym roku szkolnym podejmowaliśmy szereg zadań związanych z kształtowaniem u uczniów właściwych nawyków żywieniowych.  9 listopada 2016 r. obchodziliśmy dzień „Śniadanie daje moc”. Zorganizowano konkurs na zdrowe śniadanie. Zadaniem uczestników było przygotowanie śniadania oraz udekorowanie stołu. W szkolnej świetlicy zostały przygotowane stanowiska dla przedstawicieli z poszczególnych klas. Klasowa para – uczeń i rodzic – przygotowywała śniadanie i dekorowała stół. Wśród przygotowanych potraw znalazły się: koreczki z cukinii, babeczki nadziewane sałatką warzywną, roladki szpinakowe, owsiane bułeczki, sałatki, soki, gryczane naleśniki. Następnie w klasach odbyła się degustacja przygotowanych potraw. W tej konkurencji nie liczyły się wyniki, ważne było to czy potrawa była zdrowa. Największą wartością konkursu było pokazanie uczniom i rodzicom– w ciekawy i atrakcyjny dla nich sposób – że to właśnie śniadanie jest najważniejszym posiłkiem w ciągu dnia.Tutaj liczyło się wspólne działanie uczniów i rodziców, bo razem można przecież więcej. Istotne było także to, że każdy mógł realizować się w tym co lubi wykonywać. To przedsięwzięcie miało uświadomić wszystkim uczniom, że w życiu jest ważna umiejętność dokonywania właściwego wyboru w szerokim tego słowa znaczeniu – wybieramy to co zdrowe, decydujemy się na wspólne działanie z osobami zatroskanymi o nasz los, a wszystko po to, by zdrowo jeść. 10 listopada 2016r. odbyła się w naszej szkole warzywno-owocowa przerwa. Akcja polegała na tym, że w czasie długich przerw częstowaliśmy uczniów owocami i warzywami, które dzień wcześniej przynieśli na stragan owocowo-warzywny. Stragan był przygotowany z okazji wizyty studyjnej Szkoły Promującej Zdrowie.  Przez cały rok szkolny 2016/2017 uczniowie gimnazjum brali udział w zajęciach kulinarnych promujących zdrowe odżywianie opartych na realizacji programu „Żyjmy smacznie i zdrowo”.W świetlicy szkolnej prowadzono zajęcia nt. zdrowego stylu życia. Tematyka realizowanych obejmowała następujące zagadnienia - piramida zdrowia, - dzienne zalecenia żywieniowe dla dzieci i młodzieży,- rola składników pokarmowych,- zaburzenia stanu zdrowia (otyłość, nadwaga, anoreksja, bulimia),Podczas zajęć uczniowie przygotowywali kolorowe kanapki, sałatki owocowe i warzywne. Dzięki tym działaniom uczniowie dowiedzieli się jak ważne są w codziennej diecie warzywa i owoce. Wiedzą też, że witaminy i minerały zawarte w warzywach i owocach mają wpływ na ich zdrowie, wygląd i przyswajanie wiedzy. Poznali też przepisy na zdrowe, kolorowe i smaczne sałatki i surówki. W listopadzie 2016r. uczestnicy koła teatralnego z klas II-III szkoły podstawowej przedstawili spektakl nt. zdrowego odżywiania pt.: „Zdrowy Czerwony Kapturek”. Mali aktorzy w zabawny sposób przypomnieli wszystkim widzom nie tylko zasady prawidłowego żywienia, ale także pozytywne wartości zdrowego stylu życia.  Uczennica III klasy gimnazjum zajęła I miejsce w Powiatowym Konkursie Plastycznym pod hasłem „Bądźmy zdrowi, wiemy więc działamy” zorganizowanym przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Czarnkowie.   Szkoła kolejny raz brała udział w programie „Owoce w szkole”. Uczniowie klas II – III szkoły podstawowej systematycznie otrzymywali owoce, warzywa i soki. Nasza szkoła brała udział w popularyzacji picia mleka poprzez program „Szklanka mleka” . W ramach programu uczniowie otrzymywali trzy razy w tygodniu mleko lub wybrany produkt mleczny. Odbyły się również pogadanki na temat wartości odżywczych mleka i jego przetworów.  Sklepik szkolny zwiększył liczbę produktów zalecanych dla dzieci: kanapki, owoce, wody mineralne, produkty wielozbożowe. Staraliśmy się również, aby posiłki wydawane w szkolnej stołówce stanowiły ważną role w promocji zdrowia członków społeczności szkolnej. Przygotowane dania przyozdabiały dekoracje owocowo-warzywne, dzieci do posiłków otrzymywały owoce.**Profilaktyka uzależnień** W ramach działań profilaktycznych 10 października 2016r. gościliśmy w naszej szkole Funkcjonariusza Służby Celnej w Poznaniu oficera Mateusza Osińskiego, który przyjechał z psem tropiącym środki psychoaktywne. Pani Dyrektor z zaproszonym Funkcjonariuszem odwiedzili zdecydowaną większość oddziałów klasowych, celem przystąpienia do pracy psa tropiciela. Następnie oficer przeprowadził pogadankę z uczniami nt. substancji odurzających. Posługując się prezentacją multimedialną, zaprezentował młodzieży rodzaje substancji psychoaktywnych, ich działanie oraz wpływ na organizm. Przedstawił również, jakie konsekwencje prawne może ponieść osoba posiadająca, używająca lub handlująca środkami psychoaktywnymi. Na zakończenie padło kilka pytań ze strony uczniów, na które pan Mateusz udzielił fachowej odpowiedzi. 14 listopada 2016 r., uczniowie gimnazjum pod opieką pedagoga pani Agnieszki Kuchty wzięli udział w Happeningu Profilaktycznym „Nasz głos przeciwko dopalaczom”. W happeningu uczestniczyły zarówno okoliczne gimnazja, jak i szkoły ponadgimnazjalne. Na początku happeningu rozstrzygnięto konkursu na najtrafniejsze hasło zamieszczone na wcześniej przygotowanych transparentach, a dotyczące dopalaczy oraz innych środków psychoaktywnych. Prace uczniów zostały ocenione przez Jury, które przyznało naszej szkole najwyższą ilość punktów. Po ogłoszeniu wyników i wręczeniu nagród, uczniowie wszystkich szkół zostali zaproszeni do wspólnej zabawy. Rewelacyjny okazał się występ grupy muzycznej, która porwała do tańca uczestników imprezy. Po wszystkich atrakcjach uczniowie mieli możliwość skorzystania z ciepłych napojów oraz gorącej zupy.  W drugim półroczu roku szkolnego 2016/2017 klasy pierwsze gimnazjum, w ramach godzin wychowawczych, realizowały program profilaktyki antynikotynowej pt. „Znajdź właściwe rozwiązanie” prowadzony przez pielęgniarkę szkolną panią Hannę Budek.Celem zajęć było nie tylko uświadomienie szkodliwości palenia tytoniu, ale również udzielenie wskazówek, jak radzić sobie w różnych sytuacjach. Poruszane tematy wyjaśniały pojęcie asertywności, komunikacji międzyludzkiej, akceptacji siebie i pozytywnego myślenia.Program składał się z 5 zajęć warsztatowych:1. Poznajmy się bliżej.2. Laboratorium ciała.3. Naucz się mówić „NIE”4. Znajdź właściwe rozwiązanie.5. Uwierz w siebie.Zajęcia rozpoczęły warsztaty integrujące grupę. Uczniowie poprzez różnorodne działania uzasadniali i wzmacniali postawy zobowiązujące do niepalenia. Poznali funkcjonowanie ludzkiego organizmu i jego potrzeby, a przede wszystkim konieczność odpowiedniego odżywiania i spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. Uczyli się rozpoznawać swoje zachowania oraz uświadamiać mechanizmy nacisku grupowego wraz ze sposobami odmowy. Nazywali odczucia przeżywane w sytuacjach trudnych, mechanizmy powstawania konfliktów oraz umiejętności radzenia sobie z problemami. Wzmacniali poczucie własnej wartości poprzez budowanie pozytywnego obrazu siebie i rozwijali ważne umiejętności w kontaktach z ludźmi. Program został zrealizowany poprzez różnorodne formy: pięć zajęć warsztatowych przeprowadzonych w odstępach tygodniowych, projekcje prezentacji multimedialnych, prelekcje, pogadanki, układanie i rozwiązywanie krzyżówek tematycznych itp.Efektem realizacji programu jest przyswojenie przez uczniów wiedzy o tym, że nikotyna występująca we wszystkich postaciach tytoniu jest narkotykiem; palenie tytoniu pociąga za sobą przejściowe, jak i długofalowe skutki fizjologiczne, estetyczne i zdrowotne. *„Hej, ha!”* Słowa te zabrzmiały podczas dwudniowego spotkania z trenerami z grupy **,,**Archipelag Skarbów**”**, które odbyło się 12-13 czerwca 2017 roku. W zajęciach uczestniczyli uczniowie klas drugich i pierwszych Publicznego Gimnazjum im. Leśników Polskich w Gębicach oraz uczniowie Zespołu Szkół Specjalnych im. Kornela Makuszyńskiego w Gębicach. Dla wszystkich gimnazjalistów zostały przeprowadzone warsztaty, które miały uświadomić im nasz stosunek m. in. do takich kwestii jak: złość, gniew, zakochanie czy pobudzenie seksualne. P. Ania, p Ewelina, p. Jakub i p. Andrzej szybko zdobyli zaufanie młodzieży, to oni spowodowali, że dryfując po wzburzonych falach codziennego życia, docieraliśmy do najbardziej skrytych i nieodnalezionych jeszcze wysp: Gwiazdy, Miłości, Dżungli, Seksu, Przewodników oraz Mocy. Wszyscy gimnazjaliści oraz nauczyciele świetnie się bawili w towarzystwie energetycznych przewodników. Przebieg zajęć warsztatowych uzupełniała prezentacja pod tytułem: **,,**Nawigacja ku marzeniom**”**. Prowadzący zajęcia poruszali delikatne tematy, m. in. miłość, seks. Jak się okazuje są to ważne kwestie w życiu każdego człowieka, zarówno młodego jak i nieco starszego. Wszyscy mieli okazję wziąć udział w dyskusji, wykazać się w różnych konkursach, po których ukończeniu dostawali drobne upominki. Członkowie ,,Archipelagu Skarbów” przedstawili nam przepis na gwiazdę, którą każdy z nas tworzy przez swoje życie.Udział w warsztatach był okazją do refleksji i innego podejścia do spraw, tematów i zachowań, które towarzyszą nam każdego dnia. Jak radzić sobie z pierwszym zauroczeniem, fascynacją, miłością, złością, gniewem oraz pobudzeniem seksualnym? Mamy nadzieję, że grupa ,,Archipelag Skarbów” w tak przemiłym składzie odwiedzi jeszcze naszą szkołę.**Bezpieczeństwo na co dzień**We wrześniu 2016 r. w ramach programu prewencyjnego „Bezpiecznie to wiedzieć i znać”, odbyło się spotkanie uczniów szkoły podstawowej z funkcjonariuszem Komendy Powiatowej Policji w Czarnkowie. Tematyka spotkania związana była z ruchem drogowym, a szczególnie z bezpieczną drogą do szkoły, znaczeniem prawidłowego zachowania się na drodze. Nasz gość w sposób zrozumiały, przyjazny przybliżył dzieciom wszystkie zagadnienia dotyczące bezpieczeństwa w szkole i poza nią. 22 września 2016 r. w trosce o bezpieczeństwo uczniów w naszej szkole przeprowadzony został próbny alarm przeciwpożarowy połączony z ewakuacją uczniów i pracowników z budynku szkoły. Cała akcja, choć niespodziewana, przebiegła bardzo sprawnie. Po usłyszeniu alarmu – 3 długich dzwonków- cała społeczność szkolna :uczniowie, nauczyciele oraz pracownicy obsługi i administracji niezwłocznie opuścili budynek szkoły, korzystając z dróg ewakuacyjnych. Na miejscu zbiórki, którym jest boisko szkolne, nauczyciele ponownie sprawdzili stan klas i złożyli raport koordynatorowi akcji-Pani Dyrektor Beacie Maszewskiej. Wszyscy z bezpiecznej odległości obserwowali działania strażaków - gaszenie symulowanego pożaru,  szukanie zaginionych, udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej. Mimo świadomości, iż akcja jest symulowana, czuliśmy dreszczyk emocji. Szybko i sprawnie przeprowadzone działania pokazały, że w takich chwilach należy zachować spokój, nie wpadać w panikę i postępować zgodnie z zaleceniami nauczycieli.  W trosce o zdrowie naszych uczniów z uwagą postanowiliśmy się przyjrzeć ich tornistrom oraz  ich zawartości. W dniu 30 września 2016r. odbyło się w naszej szkole ważenie plecaków. Podczas przeprowadzonych badań stwierdzono, że nadmierna waga plecaków wielokrotnie wynikała nie tylko z przynoszenia zbędnych w danym dniu podręczników, zeszytów ćwiczeń czy materiałów do zajęć plastycznych, ale była także efektem przynoszenia rzeczy zdecydowanie niepotrzebnych. Założeniem akcji było uświadomienie rodzicom i uczniom jakie skutki niesie za sobą nadmierne obciążanie kręgosłupa zbyt ciężkim plecakiem oraz zmniejszenie wagi tornistrów oraz ich zawartości. Wychowawcy przeprowadzili z dziećmi pogadanki na temat zawartości plecaków, odbyły się pokazy prawidłowego pakowania i noszenia plecaków. W trakcie spotkań z rodzicami wychowawcy poruszyli problem przeciążonych plecaków i skierowali ich uwagę na konieczność przestrzegania pewnych zasad podczas kompletowania wyprawki dzieci oraz pakowania plecaka, 19 października 2016r. uczniowie naszego gimnazjum mieli okazję wysłuchać prelekcji na temat: **,,**Przestrzeganie prawa to obowiązek każdego, także ucznia”. Przedstawiciele policji przypomnieli uczniom o zasadach zachowania bezpieczeństwa na drogach, zwłaszcza o zmroku. Każdy z nas powinien pamiętać o elementach odblaskowych, które w pochmurne, jesienne dni powodują, że jesteśmy bardziej widoczni. W czasie wykładu dowiedzieliśmy się, jakie konsekwencje grożą uczniom, którzy nie realizują obowiązku szkolnego. Bez wątpienia tego typu przedsięwzięcia dyscyplinują każdego z uczniów i wyrabiają pozytywne nawyki. To edukacyjno -  wychowawcze spotkanie ze stróżami prawa uzmysłowiło młodzieży, że oprócz praw mają także obowiązki, które  należy wypełniać. 30 listopada 2016r. w Zespole Szkół w Gębicach odbyło się spotkanie zorganizowane dla uczniów klas pierwszych gimnazjum, które dotyczyło cyberzagrożeń. Zajęcia przeprowadziła pani Justyna Przybył - funkcjonariuszka Komendy Powiatowej Policji w Czarnkowie. Pani Justyna poruszyła bardzo istotną kwestię związaną z bezpiecznym korzystaniem z portali społecznościowych. Powiedziała uczniom, w jaki sposób chronić swoją prywatność, aby nie stać się ofiarą cyberprzestępcy. Uczniowie obejrzeli bardzo interesujące nagrania, w których m.in. osadzeni w zakładzie karnym pedofile opowiadali o tym, w jaki sposób, za pośrednictwem Internetu, manipulowali młodymi ludźmi, aby osiągnąć swoje cele. Zaproszona policjantka wspomniała uczniom także o przykładach cyberprzestępstw, które miały miejsce w powiecie czarnkowsko - trzcianeckim. Uczniowie bardzo aktywnie uczestniczyli w zajęciach. Na zakończenie zadawali pytania, na które otrzymali wyczerpujące odpowiedzi. Dnia 4 oraz 11 stycznia 2017r. naszą szkołę odwiedziła pani Monika Wesołek- Wolska, Dyrektor Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej w Czarnkowie, która przybliżyła w klasach gimnazjum temat przemocy rówieśniczej. Młodzież obejrzała film o Magdzie, która była wyśmiewana z powodu stylu ubierania się, sposobu mówienia, czy swoich przyjaciół, a raczej ich braku. Ciekawym punktem spotkania było przeprowadzenie ankiety, w której pytano uczniów co zrobiliby gdyby byli świadkami takiego zachowania Podczas warsztatów uczniowie wykonali plakaty przedstawiające podejście do drugiego człowieka. Młodzież miała okazję do zadawania pytań oraz małej ,,debaty” na temat przemocy.. Systematycznie propagowaliśmy wśród naszych uczniów zasady pierwszej pomocy przedmedycznej. Dzień 14 grudnia 2016 r. gimnazjaliści zapamiętają na bardzo długo. To wtedy naszą szkołę odwiedzili studenci pielęgniarstwa z Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Pile, którzy we wszystkich klasach gimnazjum przeprowadzili warsztaty nt. bezpieczeństwa podczas zabaw zimowych oraz przekazali im cenne wskazówki, które mogą wykorzystać w czasie udzielania pomocy w różnych wypadkach. Prowadzący przestrzegali młodzież przed wszelakimi niebezpieczeństwami, które mogą zaistnieć m. in. w trakcie zabaw sylwestrowych, dlatego przekazali nam sporą dawkę wiedzy na temat postępowania z fajerwerkami i petardami. Studenci przeprowadzili warsztaty z podstawowych zasad resuscytacji oraz układania ciała w pozycji bezpiecznej. Bez wątpienia umiejętność udzielania pierwszej pomocy przydaje się w każdym czasie i różnym wieku, bo przecież nigdy nie wiadomo, co spotka nas w życiu i czy nie będziemy zmuszeni podjąć działań ratujących ludzkie życie. Podczas spotkania wszystkim towarzyszył świetny humor. Młodzież poznała ludzi z pasją, dla których drugi człowiek stanowi największą wartość. 26 stycznia 2017 r. po raz kolejny w naszej szkole mieliśmy okazję gościć studentów pielęgniarstwa z Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Pile. Tym razem przyszli pielęgniarze przybliżyli uczniom temat codziennych zdarzeń, które możemy zaobserwować w naszym otoczeniu. Nasi goście, korzystając z krótkich filmów edukacyjnych, zaprezentowali reakcje organizmu człowieka i odpowiednie zachowania ludzi podczas ataku astmy, obniżenia poziomu glukozy w krwi, wypadku samochodowego, złamania nogi, czy innych niebezpiecznych przypadków.Po prezentacji filmów rozpoczęły się kolejne zajęcia, których celem było przypomnienie zasad udzielania pierwszej pomocy. W trakcie ćwiczeń na fantomach każdy uczeń miał okazję sprawdzić swoje umiejętności i wykorzystać wcześniej zdobytą wiedzę.Nasi goście przekazali nam porcję wiedzy na temat odpowiedniej reakcji człowieka na różnego rodzaju sytuacje nietypowe: nagłe zasłabnięcie, złamanie, wypadek komunikacyjny. Kto wie, może w przyszłości ktoś z nas zostanie lekarzem albo będzie świadkiem wypadku i wówczas nasze doświadczenie i szybka, odpowiednia reakcja będą na wagę czyjegoś życia.  W klasie III szkoły podstawowej w ramach zajęć programu „Ratujemy i uczymy ratować” szkolenie z pierwszej pomocy przeprowadziła Pani pielęgniarka Hanna Budek. Pielęgniarka pokazała uczniom jak ułożyć poszkodowanego - osobę nieprzytomną w pozycji bocznej ustalonej tzw. bezpiecznej i jak przeprowadzić poprawną reanimację osoby, która nie oddycha. W dalsze części spotkania uczniowie ćwiczyli właściwe zachowania na fantomach i mogli się sami sprawdzić w roli ratowników. Wszyscy uczestnicy zajęć zdali egzamin otrzymali certyfikat udziału w programie.  13 marca 2017 r. pedagodzy oraz Dyrektor Zespołu Szkół w Gębicach uczestniczyli w konferencji nt. „Bez przemocy”. Konferencja była podsumowaniem Społecznej Kampanii Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Gminie Czarnków. Spotkanie rozpoczęła wymowna etiuda teatralna przedstawiona przez reprezentantów uczniów szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. W etiudzie brali udział także uczniowie naszej szkoły. Podczas konferencji odbyły się prelekcje wygłoszone przez specjalistów zajmujących się problematyką przemocy w rodzinie.  16 marca 2017 roku uczniowie klas drugich gimnazjum uczestniczyli w warsztatach nt. technik skutecznego uczenia się oraz sposobów radzenia sobie ze stresem, przeprowadzonych przez panią Agnieszkę Raczewską - pedagoga Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Czarnkowie. W swojej prelekcji pani Agnieszka wyjaśniła gimnazjalistom, czym jest stres, kiedy do niego dochodzi, jakie są jego objawy oraz jakie odczucia towarzyszą człowiekowi w sytuacji stresowej. Uświadomiła uczniom, że stres może pełnić również pozytywne funkcje, np. motywować do działania. Pokazała uczniom, w jaki sposób się relaksować, jak wprowadzać się w stan odprężenia oraz co zrobić, aby nauka stała się efektywniejsza. Uczniowie bardzo chętnie uczestniczyli w zajęciach, z wielkim zaangażowaniem wykonywali wszelkie ćwiczenia. Było to bardzo interesujące spotkanie, podczas którego młodzież nie tylko świetnie się bawiła, ale również została wyposażona w wiedzę, którą może wykorzystać w życiu codziennym. Dobra współpraca z rodzicami jest jednym z kluczowych elementów właściwie funkcjonującej placówki oświatowej. Współczesna szkoła dążąca do poprawy jakości pracy nie może rozwijać się bez aktywnego udziału w jej życiu - rodziców. Mając tę świadomość 24 kwietnia 2017r. zorganizowaliśmy spotkanie ”World Cafe”, podczas którego, w miłej atmosferze, przy kawie i pysznych rogalach, omówiliśmy z rodzicami i uczniami program wychowawczy i profilaktyki szkoły. Zarówno rodzice jak i uczniowie mieli możliwość wypowiedzieć się w kwestiach organizowanych działań wychowawczych. Przybyli goście bardzo aktywnie współpracowali w grupach, czego efektem, są wypracowane propozycje realizacji poszczególnych zadań zawartych w programie wychowawczym, które zostaną uwzględnione podczas modyfikacji tego dokumentu w przyszłym roku szkolnym. Spotkanie to przyniosło nie tylko merytoryczne korzyści, ale również świetnie zintegrowało rodziców z dziećmi.  **Aktywność ruchowa i zachowania proekologiczne** W ciągu całego roku szkolnego poświęciliśmy wiele uwagi propagowaniu aktywności ruchowej, jako ważnego składnika zdrowego stylu życia. Uczniowie naszej szkoły uczestniczyli w licznych zawodach organizowanych na terenie gminy Czarnków i powiatu czarnkowsko - trzcianeckiego. Rywalizowali w różnych dyscyplinach sportowych, w których kilkakrotnie zdobyli czołowe miejsca: - II miejsce chłopcy GMINNY TURNIEJ PIŁKI SIATKOWEJ - I miejsce, dziewczęta GMINNY TURNIEJ TENISA STOŁOWEGO - II miejsce chłopcy GMINNY TURNIEJ PIŁKI HALOWEJ - I miejsce, chłopcy GMINNY TURNIEJ UNIHOKEJA - II miejsce, dziewczęta GMINNY TURNIEJ UNIHOKEJA - II miejsce GMINNY TURNIEJ W WARCABACH 100-POLOWYCH - I miejsce – TURNIEJ PIŁKI NOŻNEJ „KOMAT” Zachęcaliśmy uczniów do aktywności fizycznej poprzez zorganizowanie marszu na orientację w ramach imprezy integracyjnej „Podaj dalej … drugie życie odpadów”, która odbyła się we wrześniu 2016 r. Uczniowie naszej szkoły wraz z uczniami Zespołu Szkół Specjalnych im. K. Makuszyńskiego w Gębicach oraz uczestnikami Warsztatów Terapii Zajęciowej w Gębicach udali się na wspólną wyprawę do gębiczyńskich lasów. Podczas marszu grupy rywalizowały w konkurencjach teoretycznych i sprawnościowych. Na zakończenie odbyła się wspólna biesiada.  W kwietniu 2017r. w ramach obchodów Dnia Ziemi zorganizowano w naszej szkole konkurs „EKO – KLASA”. Głównym celem konkursu było rozwijanie wśród uczniów wrażliwości na potrzebę ochrony środowiska oraz promowanie zachowań proekologicznych.Nad prawidłowym przebiegiem konkursu czuwało jury w składzie: przewodnicząca – pani dyrektor Beata Maszewska oraz członkowie – pani Aleksandra Gibas i pan Robert Fryska. Podczas zmagań konkursowych młodzież gimnazjalna musiała wykazać się wiedzą przyrodniczą i refleksem. Wśród konkurencji, przygotowanych przez organizatora konkursu, były m.in. łamigłówka ekologiczna, rozpoznawanie parków narodowych czy picie soku przez słomkę na czas. Zwycięskie klasy otrzymały dyplom i nagrodę w postaci kwiatka doniczkowego, a uczestnicy poszczególnych konkurencji drobny upominek.  W poniedziałek 15 maja 2017 roku odbył się Szkolny Turniej Ekologiczno – Sportowy, w którym uczestniczyli uczniowie klas szkoły podstawowej. W tym roku turniej odbył się pod hasłem „O przyrodę dbaj, by na Ziemi był raj”. Drużyny: motyli, biedronek i pasikoników zmagały się z zadaniami z zakresu przyrody, ekologii, ochrony środowiska.  Dużą radość sprawiło drużynom poszukiwanie zadań w trakcie wędrówki po lesie. Po znalezieniu wszystkich zadań udaliśmy się do leśniczówki w Gębicach. W leśniczówce drużyny rozwiązywały znalezione w lesie zadania. Uczniowie rozpoznawali owady, ptaki, drzewa, odczytywali temperaturę z termometrów, wykreślali nazwy wiosennych, kwiatów, układali mapę Polski z puzzli. Kulminacyjnym punktem turnieju było nagrodzenie zwycięskich drużyn. Dyplomy wręczyła pani Dyrektor Beata Maszewska. Zwyciężyła drużyna pasikoników, drugie miejsce zajęła drużyna biedronek, trzecie miejsce drużyna motyli. Każdy uczestnik turnieju otrzymał znaczek przyjaciela przyrody. Konkurs po raz kolejny okazał się wspaniałą, ekologiczną zabawą.  Z okazji Dnia Dziecka 1 czerwca 2017 r. Zespół Szkół w Gębicach zorganizował festyn środowiskowy w którym wzięły udział wszystkie placówki oświatowe z Gębic: Publiczne Przedszkole w Gębicach, Zespół Szkół Specjalnych im. Kornela Makuszyńskiego w Gębicach, Warsztaty Terapii Zajęciowej w Gębicach, Zespół Placówek Oświatowych „Nasz Dom” w Gębicach. Uczestnicy tych placówek rywalizowali ze sobą w konkurencjach sportowych.  Do rywalizacji stanęły 3 drużyny mieszane - Czerwoni, Niebiescy i Żółci. Drużyny zmierzyły się w następujących konkurencjach: łowienie drewnianych ryb, przebijanie balonów, przenoszenie wody w czerpaku, skoki w workach, przeciąganie liny, celne kopnięcia do bramki, bieg na nartach, unihokej z jajami. Nieważne kto był lepszy, jaki był ostateczny wynik, ponieważ tego dnia każdy okazywał się zwycięzcą. Kulminacyjnym momentem festynu stał się energetyczny koncert zespołu **„**Adonis”, podczas którego wszyscy bawili się znakomicie. Pogoda dopisała a humory – jeszcze bardziej. Nadmuchiwane zamki, malowanie twarzy, jazda konna, wspinaczka, konkurencje sportowe, możliwość gry w piłkę z przedstawicielami  Akademii Reissa, obserwacje astronomiczne, gra w Bocce i Bule, animatorzy zabaw – atrakcji było co niemiara! Każdy z uczniów mógł znaleźć coś dla siebie.  W naszej szkole systematycznie prowadzone są pozalekcyjne zajęcia sportowe na których nauczyciele wychowania fizycznego propagują aktywność fizyczną poprzez różnorodne formy pracy: aerobic, nordic walking, piłka nożna, piłka siatkowa, koszykówka, unihokej. Uczniowie klas szkoły podstawowej uczestniczą w zajęciach na basenie. Głównym celem zajęć jest popularyzacja pływania wśród dzieci. Zajęcia te cieszą się dużą popularnością wśród uczniów, gdyż doskonalą ich umiejętności pływackie, korygują wady postawy, przyczyniają się do wzrostu aktywności fizycznej.  Nieustannie organizowane są różnego rodzaju wyjazdy, które mają na celu zachęcenie uczniów, a przez nich ich rodziny do aktywnego wypoczynku, spędzania czasu wolnego w ruchu na świeżym powietrzu. W roku szkolnym 2016/2017 odbyły się wyjazdy na lodowisko, do Jamp Areny w Poznaniu, wycieczka na kręgle do Obornik, wycieczka do Krakowa.  Uczniowie spędzają przerwy w ruchu: grają w piłkę, skaczą na skakance. rzucają piłkę do kosza. W trakcie zajęć prowadzone są ćwiczenia śródlekcyjne, które pozwalają zrelaksować uczniów, odprężyć psychicznie, ożywić układ wegetatywny oraz zmysłowy (oczy i uszy), pobudzić układ oddechowy i krążenia, a przede wszystkim skorygować postawę ciała.W ciągu roku szkolnego 2016/2017 systematycznie aktualizowano gazetki propagujące bezpieczeństwo oraz zdrowy, aktywny tryb życia:• „Bezpieczna droga do szkoły”• „Światowy Dzień Serca”,• „Aktywność fizyczna sposobem na zdrowie”,• „Nie daj się grypie”,• „Śniadanie daje moc”,• „Dobre rady na zimowe wypady”• „Kwiecień miesiącem zdrowia”,• „W zieleni spokój radość i zdrowie”,W naszej szkole w ramach programu edukacji zdrowotnej realizowano o następujące programy: • „Mały Mistrz”,• „Śniadanie daje moc”• „Bezpieczna Szkoła-Bezpieczny Uczeń”,• „Szkoła Przyjazna Rodzinie”• „Nie pal przy mnie proszę”,• ”Trzymaj formę”• „Problem z głowy”• ”Bezpiecznie to wiedzieć i znać”• „Znajdź właściwe rozwiązanie”,• „Żyj smaczne i zdrowo””.  Realizacja wszystkich działań propagujących zdrowy styl życia w naszej szkole przyczyniła się do integracji społeczności szkolnej. Uczniowie aktywnie uczestniczyli w realizowanych zajęciach i z zaangażowaniem wykonywali powierzone im zadania. W roku szkolnym 2016/2017 zostały podsumowane nasze działania z ostatnich trzech lat, w czasie których dążyliśmy do uzyskania certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie. **13 grudnia 2016 r. nasza szkoła została uhonorowana Wojewódzkim Certyfikatem Szkoły Promującej Zdrowie**. Przyznane wyróżnienie potwierdza bardzo dobrze zorganizowaną edukację profilaktyczną i zdrowotną w naszej szkole. Wnioski do pracy w nowym roku szkolnym1. Podjąć starania o uzyskanie Krajowego Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie.Napisać program działań prozdrowotnych na lata 2017-2020.2. Kontynuować realizację działań prozdrowotnych, realizować programy promujące zdrowy styl życia.  |

1. **Monitoring podjętych działań.**

|  |
| --- |
| Monitorowanie realizacji działań z zakresu promocji zdrowia było prowadzone na bieżąco w ciągu roku szkolnego. Dokonywali go członkowie zespołu ds. promocji zdrowia. Działania były dokumentowane w teczce „Promocja zdrowia”, a także w sprawozdaniach zespołów przedmiotowych i wychowawczych, dziennikach lekcyjnych, dziennikach zajęć świetlicowych. Informacje zamieszczano również na stronie internetowej szkoły .  |

1. **Informacja na temat ewaluacji podjętych działań.**

|  |
| --- |
| Ewaluacja podejmowanych działań prowadzona była przez zespół ds. promocji zdrowia na podstawie rozmów z uczniami i rodzicami, obserwacji, analizy dokumentacji, analizy prac uczniów i wyników konkursów. Wynika z niej, że wśród uczniów wzrasta poziom wiedzy dotyczący zasad zdrowego żywienia i znaczenia aktywności fizycznej dla zdrowia. Nadal jednak należy propagować właściwe nawyki żywieniowe oraz kłaść nacisk na popularyzację aktywnego stylu życia poprzez działalność edukacyjną i praktyczne działania (rajdy, wycieczki, konkursy, zawody sportowe), wskazywać alternatywne dla telewizji i Internetu formy spędzania wolnego czasu. Wśród uczniów klas młodszych szkoły podstawowej i ich rodziców należy propagować rozwiązania, które wyeliminują problem ciężkich tornistrów.  |

1. **Dokumentacja potwierdzająca podjęte działania** – załącznik „Prezentacja działań z zakresu promocji zdrowia” podjętych przez Zespół Szkół w Gębicach w roku szkolnym 2016/2017.

*Uwaga!*

*Prezentację przygotować w programie PowerPoint. Maksymalna liczba slajdów nie powinna przekraczać 25. Do raportu dołączyć wydruk prezentacji (6 - 8 slajdów na stronie).*

1. **Opis stopnia przygotowania do przystąpienia z wnioskiem o przyjęcie do Krajowej Sieci SzPZ/nadanie polskiego certyfikatu *Szkoła Promująca Zdrowie – wypełniają tylko te szkoły/placówki, które należą do Wielkopolskiej Sieci SzPZ dwa lata lub więcej.***

|  |
| --- |
|  |

 *Podpis Dyrektora: Podpis koordynatora szkolnego:*

 *Gębice 18.09.2017r.*

 *miejscowość, data*

1. **Załącznik uzupełnić pismem komputerowym i przesłać do właściwego Koordynatora Regionalnego; uwagi oraz wskazówki w szarych polach usunąć;** [↑](#footnote-ref-1)