

Publiczna Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Zbludowicach

PLAN DZIAŁAŃ SZKOLNEGO ZESPOŁU PROMOCJI ZDROWIA

Rok szkolny 2025/2026

I. Problem priorytetowy do rozwiązania

Utrzymanie dobrostanu psychicznego, fizycznego i społecznego uczniów oraz ich rodzin, ze szczególnym uwzględnieniem higieny cyfrowej i bezpieczeństwa w sieci, przeciwdziałania agresji, przemocy i uzależnieniom, a także kształtowania odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

II. Cel główny

Tworzenie w szkole środowiska sprzyjającego zdrowiu, bezpieczeństwu i dobrym relacjom poprzez zintegrowane działania wychowawcze, profilaktyczne i prozdrowotne skierowane do uczniów, rodziców i nauczycieli.

III. Cele szczegółowe

1. Promowanie zdrowego stylu życia (aktywność fizyczna, odżywianie, higiena).
2. Rozwijanie kompetencji emocjonalno-społecznych uczniów (radzenie sobie ze stresem, komunikacja, empatia).
3. Zapobieganie agresji, przemocy, uzależnieniom i zachowaniom ryzykownym (w tym cyberprzemocy).
4. Wspieranie rodziny w procesie wychowania i budowania relacji z dzieckiem.
5. Systematyczne wdrażanie i monitorowanie Standardów Ochrony Małoletnich.
6. Rozwijanie współpracy z instytucjami wspierającymi dziecko i rodzinę (PPP, MGOPS, PCPR, PSSE, PCK, Policja, sąd, kuratorzy itp.).
7. Kontynuowanie działań podjętych w ramach programów: „Aktywna Szkoła”, „Mały Mistrz”, „Czyste powietrze wokół nas”, „Nie pal przy mnie, proszę”, „Trzymaj formę”, „Bieg po zdrowie”.

IV. Oczekiwane efekty

- Uczniowie potrafią rozpoznawać emocje, nazywać je i szukać konstruktywnych sposobów radzenia sobie.
- Ograniczenie zachowań agresywnych i przejawów cyberprzemocy.
- Wzrost świadomości dotyczącej higieny cyfrowej i bezpiecznego korzystania z Internetu.
- Wzrost aktywności fizycznej uczniów i ich zaangażowania w projekty prozdrowotne.
- Lepsza współpraca szkoły z rodzicami i instytucjami zewnętrznymi.
- Utrwalenie wizerunku szkoły jako placówki bezpiecznej i promującej zdrowie.

V. Zadania na rok szkolny 2025/2026

Obszar działań	Zadania / działania szczegółowe	Odpowiedzialni	Termin realizacji	Oczekiwane efekty	Sposób ewaluacji
Edukacja prozdrowotna	- Zajęcia wychowawcze dotyczące zdrowego stylu życia, snu, odpoczynku i równowagi ekran-ruch - Kontynuacja programów: „Trzymaj formę”, „Bieg po zdrowie”, „Czyste powietrze wokół nas”, „Nie pal przy mnie, proszę” - Gazetki i kampanie informacyjne o zdrowiu (korytarze, strona szkoły) - profilaktyka zdrowotna prowadzona przez pielęgniarkę szkolną	Pedagog, pielęgniarka, wychowawcy, Zespół SzPZ	Cały rok	Uczniowie znają i stosują podstawowe zasady zdrowego stylu życia	Sprawozdania wychowawców, obserwacja, udział w programach
Dobrostan psychiczny	- Cykl zajęć dbania o dobrostan psychiczny' (stres, emocje, poczucie własnej wartości) - Obchody Światowego Dnia	Pedagog, psycholog, pedagogzy specjaliści, wychowawcy	IX–X, cały rok	Uczniowie potrafią rozmawiać o emocjach i proszą o pomoc w	Ankiety, obserwacja, rozmowy indywidualne

	Zdrowia Psychicznego - Warsztaty o empatii, komunikacji 'ja' i kulturze dialogu			trudnych sytuacjach	
Bezpieczeństwo cyfrowe	- Zajęcia nt. hejtu, mowy nienawiści i cyberprzemocy - Udział w 'Dniu Bezpiecznego Internetu' - Wspieranie rodziców w znajomości i egzekwowaniu higieny cyfrowej i nadmiaru ekranów wśród dzieci	Informatyk, pedagog, psycholog, wychowawcy	I-II semestr, DBI – luty	Świadome i bezpieczne korzystanie z Internetu	Ankiety, frekwencja, analiza sytuacji problemowych
Aktywność fizyczna	- Ogólnopolskie Testy Sprawnościowe - Kontynuacja programów 'Aktywna Szkoła', 'Mały Mistrz', gimnastyka korekcyjna - Dzień Sportu, udział w zawodach sportowych	Nauczyciele WF, koordynator programów, wychowawcy	Cały rok	Wzrost sprawności fizycznej i udziału uczniów w aktywności ruchowej	Wyniki testów, osiągnięcia sportowe, obserwacja aktywności
Współpraca z rodzicami i instytucjami	- Prelekcje i warsztaty: nauka wspierania dziecka w budowaniu relacji, 'Granice i zasady w świecie online' - Udostępnianie materiałów edukacyjnych (gazetki, strona szkoły, e-dziennik) - Kontynuacja współpracy z PPP, MGOPS, PCPR, PSSE, Policją, Sądem, PODiDN	Koordinatorka SzPZ, pedagog, psycholog, logopeda	Cały rok	Skuteczniejsze wsparcie uczniów i rodzin, szybsza reakcja na kryzysy	Protokoły, sprawozdania,
Terapia logopedyczna i specjalistyczna	- Indywidualne i grupowe zajęcia logopedyczne w oddziałach przedszkolnych i	Logopeda, pedagog specjalni,	Cały rok	Poprawa wymowy, komunikacji i	Dokumentacja zajęć, opinie PPP, obserwacja postępów

	klasach młodszych - Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne, rewalidacyjne, terapeutyczne - spotkania biblioteczne wspierające czytelnictwo od najmłodszych lat	psycholog bibliotekarz		funkcjonowania edukacyjnego uczniów	
--	--	---------------------------	--	-------------------------------------	--

VI. Ewaluacja działań

1. Analiza ankiet skierowanych do uczniów, rodziców i nauczycieli.
2. Sprawozdania wychowawców i specjalistów (pedagog, psycholog, logopeda, pedagodzy specjalni).
3. Analiza dokumentacji: dzienniki zajęć, protokoły, notatki ze spotkań.
4. Podsumowanie na posiedzeniu Szkolnego Zespołu Promocji Zdrowia i opracowanie wniosków do dalszej pracy.

VII. Osoby odpowiedzialne

Koordynator Szkolnego Zespołu Promocji Zdrowia: Elżbieta Stramska

Członkowie zespołu: Anna Majsak, Barbara Więckowska, Beata Korczyńska

Współpracujący: wychowawcy klas, nauczyciele, pielęgniarka szkolna, opiekunowie SK PCK, Samorządu Uczniowskiego oraz Zespołu PPP.