

Sprawozdanie z działań w ramach Szkoły Promującej Zdrowie w Gimnazjum w I półroczu roku szkolnego 2016/17

Zgodnie z przyjętym planem działania dotyczące promocji zdrowia realizowane były w trzech obszarach obejmujących: zdrowe odżywianie, aktywność fizyczną oraz zdrowie psychiczne, klimat społeczny i bezpieczeństwo. Zadania dotyczyły również wybranych problemów priorytetowych: występowania zjawiska dokuczania i odtrącania niektórych uczniów oraz nadmiernego hałasu w szkole.

- 1) „Racjonalnie się odżywasz, zdrowie wygrywasz” to tytuł konkursu plastycznego zorganizowanego we wrześniu przez Ministerstwo Edukacji Narodowej we współpracy z Ośrodkiem Rozwoju Edukacji oraz kuratoriami oświaty, w ramach rządowego programu „Bezpieczna i przyjazna szkoła”. Do udziału w konkursie przystąpiła klasa IVa SP i Ic gimnazjum. Zadaniem uczniów było wykonanie jednej pracy plastycznej format A4 przez cały zespół klasowy (kalendarz całoroczny). Celem konkursu było upowszechnianie wśród dzieci i młodzieży w wieku szkolnym wiedzy na temat prawidłowego żywienia oraz kształtowanie pozytywnej postawy wobec spożywania zdrowych produktów żywieniowych. (odpowiedzialna – p. Małgorzata Cendrowska).

- 2) W ramach "Dnia życzliwości" zorganizowane zostały następujące przedsięwzięcia:
 - a) 21 listopada na lekcjach języka angielskiego, w wybranych klasach gimnazjalnych, uczniowie poprowadzili zajęcia ze szczególnym akcentem na życzliwość. Uczniowie wykazali się dużą inicjatywą i przygotowali plakietki ze zwrotami grzecznościowymi używanymi w krajach anglojęzycznych, a także prezentacje dotyczące oryginalnych zawodów sportowych, savoir - vivre korzystania z siłowni czy quiz geograficzny. Aby urozmaicić lekcje uczniowie przygotowali zdrowe przekąski podając przepisy ich wykonania, następnie zaprezentowali ćwiczenia odprężające, którym towarzyszyła muzyka relaksacyjna. Wszystkie realizowane zajęcia odbyły się w miłej atmosferze a prezentowane działania młodzieży odbywały się z użyciem języka angielskiego. (odpowiedzialni - zespół nauczycieli j. angielskiego).

 - b) Zorganizowany został dla uczniów klas IV –VI SP i Gimnazjum konkurs plastyczny „Magiczne słowa”. Zadaniem uczniów było wykonanie komiksu z magicznymi słowami: proszę, przepraszam, dziękuję. Organizatorem konkursu była p. Małgorzata Skrzędziejewska – Cendrowska.

 - c) Samorząd Szkolny Gimnazjum przygotował wiele plakatów zachęcających do bycia życzliwym, obrazki przedstawiające pozytywne emocje. Pani Małgorzata Cendrowska rozdawała medale z buźkami dla nauczycieli.

- d) Uczniowie pod kierunkiem nauczycieli języka niemieckiego wykonali kotyliony w kolorze flagi niemieckiej z napisami grzecznościowymi w tym języku. Nagrodami były kotyliony. Wybrane zostały również najładniejsze 3 kotyliony, a ich wykonawcy nagrodzeni książkami.
- 3) Utworzone zostały specjalne miejsca wypoczynku w szkole w ramach projektów: Studio Ciszy, Grajkącik i Farma Relaksu. Długo wyczekiwane przez uczniów cieszą się zainteresowaniem. Uczniowie mogą tu odpocząć w czasie przerwy czy oczekiwania na zajęcia pozalekcyjne. Pomysłodawczynią i koordynatorką wszystkich działań dotyczących tych projektów jest p. Małgorzata Cendrowska. Zaangażowała wiele osób - nauczycieli, darczyńców, rodziców, uczniów.

W Grajkąciku można grać, układać, rozwiązywać, czyli miło i pożytecznie spędzać wolny czas przed czy po lekcjach. Do dyspozycji uczniów jest dziesięć kolorowych plansz, opowiadających o zabawach i zajęciach rozwijających pamięć, logiczne myślenie, spostrzegawczość. Wykonaniem, montowaniem plansz, malowaniem szafek zajęły się dziewczęta z klas pierwszych na lekcjach techniki.

Studio Ciszy to miejsce przeznaczone jest do relaksu i wyciszenia się uczniów.

Miejsce to ma zwracać uwagę na problem hałasu panującego w różnych środowiskach, jego uciążliwości i szkodliwego wpływu na zdrowie. Kącik Studio ciszy został wykonany w ramach projektów edukacyjnych w klasach drugich. Rozpoczęta została reaktywacja miejsca zwanego dawniej "Kącikiem relaksu" a teraz " Farmą relaksu". Na zajęciach technicznych uczniowie pod kierunkiem pana Pawła Zacnego wykonali z europalet siedziska.

- 4) Pod kierunkiem pedagoga szkolnego pani Ewy Pius odbyły się następujące zajęcia w gimnazjum :
- a) 28 listopada zrealizowany został program profilaktyczny dla klas II gimnazjum „Kształtowanie pozytywnego wizerunku osób niepełnosprawnych” poprowadzony przez terapeutę Rodzinnej Poradni Profilaktyki Uzależnień Monar pana Adama Nyka.
- b) 26 września odbyły się warsztaty profilaktyczne dla uczniów klas III gimnazjum „Bezpieczeństwo na drodze sprawą nas wszystkich”. Realizatorem programu był Monar i Stowarzyszenie Kurtyna. Tematyka dotyczyła wpływu alkoholu na organizm, na zdolność prowadzenia pojazdu, skutków prowadzenia pojazdu pod wpływem alkoholu, skutków braku reakcji na widok innych nietrzeźwych uczestników ruchu drogowego. Wykorzystane zostały w czasie ćwiczeń alko-gogle.
- c) W grudniu odbyły się warsztaty profilaktyczne z zakresu przeciwdziałania zjawisku mobbingu szkolnego dla klas II gimnazjum. Głównym celem było kształtowanie postaw tolerancyjnych w stosunku do rówieśników i przeciwdziałanie wykluczeniu.

- 5) 17 listopada 16 uczniów gimnazjum wzięło udział w ogólnopolskim konkursie o zdrowiu MEDITEST. Trzech uczniów otrzymało wyróżnienia za bardzo dobre wyniki.
- 6) Działania związane z aktywnością i zdrowiem fizycznym:
- a) Nasze Gimnazjum zgłosiło chęć przystąpienia do Ogólnopolskiego Programu Profilaktyki Cukrzycy i Chorób Cywilizacyjnych „PoZdro!”. W dniach 28 i 29 listopada podczas zajęć lekcyjnych, na terenie szkoły odbyły się badania przesiewowe uczniów klas pierwszych (dzieci w wieku 12 – 13 lat), których rodzice wyrazili zgodę na przystąpienie do programu. W ramach przeprowadzonych działań, zostało przebadanych 79% populacji klas pierwszych gimnazjum. Szczegółowy raport statystyczny zostanie przekazany szkole po zakończeniu III edycji badań Programu PoZdro w Warszawie.
 - b) Siłownia plenerowa - projekt edukacyjny uczniów klas drugich nadzorował p. Ł. Zieliński. Codziennie w okresie jesiennym na dużych przerwach od kilku, do kilkunastu chłopców ćwiczyło na dworze, na wyznaczonych stanowiskach wzmacniając określone partie mięśni.
 - c) Od października rozpoczęliśmy sportową rywalizację na „najbardziej usportowioną klasę w szkole”, która będzie prowadzona przez cały rok. Głównymi zadaniami projektu są: współdziałanie w zespole, utrwalanie zasad gier zespołowych, zasad kulturalnego kibicowania drużynom i zachowania „fair play” na boisku i poza nim. Wyniki rywalizacji wywieszane są na tablicy ogłoszeń dla szkoły podstawowej i gimnazjum.
 - d) 14.12.16r. - organizacja i prowadzenie mikołajkowego turnieju tenisa stołowego dziewcząt (projekt edukacyjny uczniów kl. drugich pod kierunkiem p. J. Szpoton).
 - e) 11.10.16r. - wyjazd z uczniami szkoły podstawowej i gimnazjum na mecz reprezentacji Polski w piłkę nożną na Stadionie Narodowym – p. dyr. A. Olęcki, p. J. Szpoton.
 - f) 08.12.16r. - mikołajkowy turniej p. siatkowej dla uczniów klas I - III gimnazjum - J. Szpoton, J. Kołpaczyńska (7 drużyn).
 - g) 10.01.17r. - udział w I Noworocznym Turnieju „o „Puchar Króla” w piłce ręcznej p. Ł. Zieliński.

Przygotowała Aneta Wąsowicz - Ciechomska