

RAPORT ROCZNY Z WYNIKÓW DZIAŁAŃ SZKOŁY IM. WŁADYSŁAWA REYMONTA W LIPIEJ GÓRZE
w roku szkolnym 2022/2023

(sporządzony na podstawie *Planu działań SZPZ/PPZ* na dany rok szkolny)

Raport należy zamieścić na stronie internetowej szkoły i pozostawić przez okres 5 lat (proszę nie przysyłać do wojewódzkiego i rejonowych koordynatorów SZPZ).

Problem priorytetowy (przytoczyć z planu działań SZPZ/PPZ na dany rok szkolny):

Aktywność fizyczna i zdrowe nawyki żywieniowe jako przeciwdziałanie otyłości.

Wyniki ewaluacji: W wyniku całorocznej pracy uczniowie bardziej angażowali się w działania prozdrowotne. O otyłości mówi się coraz więcej w aspekcie negatywnych konsekwencji zdrowotnych, jakie niesie ona ze sobą. Nadwaga jest często pierwszym krokiem do problemów z otyłością w przyszłości. Zwiększyła się u uczniów wiedza, znajomość i rozumienie takich tematów jak: przyczyny powodujące nieprawidłową masę ciała, zasady zdrowego odżywiania, oraz jaki wpływ ma aktywność fizyczna na zdrowie.

Cel zaplanowany (przytoczyć z planu działań SZPZ/PPZ na dany rok szkolny):

Kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych, wdrażanie do dbania o prawidłową sylwetkę ciała.

Kryterium sukcesu (przytoczyć z planu działań SZPZ/PPZ na dany rok szkolny):

Podniesienie poziomu świadomości (70%) uczniów oraz osób dorosłych w zakresie indywidualnej odpowiedzialności za dokonywanie wyborów w zakresie odżywiania oraz zdrowego stylu życia.

Jak sprawdzono, czy osiągnięto kryterium sukcesu? Zaplanowane przeprowadzenie ankiet i analiza ich wyników, obserwację uczniów, rozmowy z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły, wykonanie gazetek i plakatów, umieszczanie informacji na temat podjętych działań na stronie internetowej szkoły, szkolnym facebooku, informacje zwrotne od osób odpowiedzialnych za realizację wyznaczonych zadań, omawianie zagadnień dotyczących podejmowanych działań i wyciąganie wniosków podczas spotkań szkolnego zespołu ds. promocji zdrowia.

Kryterium sukcesu zostało osiągnięte.

Realizacja zadań			
Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	W jakim stopniu osiągnięto kryterium sukcesu?	Czego nie udało się zrobić i dlaczego?
1. "Sprzątnie Świata".	Udział wszystkich uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły	Podczas tej Akcji odbył się konkurs zaprezentowania stroju jesiennego wykonanego z materiałów odpadowych i ekologicznych przygotowanych przez całą klasę.	
2. Działania na rzecz zdrowych zębów	Uczniowie klas I-III (fluoryzacja)	Uczniowie realizują wiele zadań, których celem jest uświadomienie im	

	Uczniowie klas IV-VIII (pogadanki, prezentacje multimedialne)	konieczności dbania o zęby oraz kształtowanie prawidłowych nawyków w zakresie przeciwdziałania próchnicy. Uczniowie naszej szkoły systematycznie biorą udział we fluoryzacji zębów.	
3. Nasza szkolna książka kucharska pt.: „ZDROWY POSIŁEK DLA UCZNIA” :	Udział wszystkich uczniów	Przepisy: • na proste i zdrowe dania, • zdrowe kanapki, • sałatki, • surówki • ciasta • desery	
4. Turniej tańca dyskotekowego	Uczniowie, którzy uczestniczyć będą w zabawie Andrzejkowej	Uczniowie podczas zabawy Andrzejkowej rozwijali pasję taneczne, aktywność fizyczną przy muzyce.	
5. „List do przyjaciela”	Uczniowie klas IV-VIII (30%)	Uczniowie pisali list do przyjaciela przekonujący go o zaletach właściwego odżywiania i aktywności fizycznej.	
6. " Kolorowy Tydzień "	Udział wszystkich uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły	Poniedziałek - Pomarańczowy Wtorek - Zielony Środa – Czerwony Czwartek – Fioletowy Piątek - Żółty W tym dniu uczniowie spożywali warzywa i owoce w danym kolorze. Kolor ubrania odpowiedni do danego dnia.	
7. Bezpieczny i aktywny wypoczynek w czasie ferii zimowych	Uczniowie kl.I-III (plakaty 50%), prezentacje uczniowie klas IV-VIII (50%)	Prezentacja, pogadanki i plakaty wykonane przez uczniów.	
8. Dzień Walki z Otyłością połączony z dniem pt. „Żyj zdrowo”.	Udział wszystkich uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły	W tym dniu najważniejszym celem był pomiar BMI, mierzenie ciśnienia i słuchanie bicia serca stetoskopem. Cała szkoła otrzymała zdrowe jabłka. Uczniowie rozwiązywali quizy, rebusy, krzyżówki a wszystkie przerwy spędzali aktywnie przy muzyce.	

		Każda klasa miała za zadanie przygotować krótkie przedstawienie na temat zdrowego stylu życia. Wszystkie klasy wywiązały się ze swoich zadań. Były piosenki, rymowanki, wierszyki, piękne stroje i ciekawe rekwizyty.	
9. Nudna przerwa między lekcjami? Nie w naszej szkole! ."	Udział wszystkich uczniów	„Aktywne przerwy" to wspaniały czas aktywności, zabawy i integracji między uczniami.	
10. Międzynarodowy Dzień Tolerancji i Dzień Życzliwości.	Udział wszystkich uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły	O tym, że dobre, życzliwe słowo wypowiedziane w kierunku drugiego człowieka lub posłany do kolegi, koleżanki uśmiech nie kosztuje dużego wysiłku, przekonali się nasi uczniowie, tworząc wraz z nauczycielami „drzewo dobrego słowa". Każdy mógł zapisać na liściu dobre słowo lub życzenia dla swoich rówieśników i nauczycieli. Tak niewiele, a tak dużo!!! Młodsze dzieci wykonały na korytarzu szkolnym gazetkę nawiązującą do tego, że warto kierować się w życiu, takimi wartościami, jak: tolerancja, szacunek, zrozumienie. Samorząd Uczniowski wręczał kolegom i nauczycielom różne miłe, zabawne zadania do wykonania, np. „uśmiechnij się do pierwszej napotkanej osoby". Uśmiech nie schodził z naszych twarzy przez cały dzień.	
11. Dzień Herbaty.	Udział wszystkich uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły	W tym dniu i w naszej szkole królował aromat herbaty z dodatkiem imbiru, cytryny, pomarańczy, cynamonu, goździków oraz ponczu owocowego. Młodzież wraz z nauczycielami utworzyła na szkolnym korytarzu	

		herbaciarnię, w której panował przedświąteczny nastrój. Pachniało świerkiem i piernikiem.	
12. Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach.	Udział wszystkich uczniów i nauczycieli	Celem naszych działań było promowanie wiedzy i zwiększenie świadomości uczniów i nauczycieli na temat: - czym są i jak działają antybiotyki, - nowe antybiotyki na oporne bakterie, - skąd się bierze antybiotykoodporność?, - przyczyny narastania oporności bakterii na antybiotyki, - bakterie oporne na antybiotyki, - nadużywanie antybiotyków w przemyśle i rolnictwie, - antybiotyki nie leczą chorób wywołanych przez wirusy.	
13. Spektakl teatralny pt.: „Ala na tropach recyklingu” – jedna z nagród za udział w konkursie „Aluminiowa Góra Puszek”.	Udział wszystkich uczniów	Spektakl ten został wyprodukowany przez Fundację RECAL z Warszawy, mówiący o selektywnej zbiórce opakowań reprezentując wartości takie jak przyjaźń, pogoda ducha i aktywność fizyczna.	
14. „Tydzień dla profilaktyki chorób zakaźnych”.	Udział wszystkich uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły	Akcja była organizowana pod patronatem Ministerstwa Edukacji i Nauki wspólnie z Głównym Inspektorem Sanitarnym.	
15. Projekt w języku angielskim pt. „Owoce nie są nudne”	Uczniowie kl.IV	Celem projektu było pokazanie w jaki sposób można zachęcić innych do zjadania codziennej porcji owoców. Klasa IV udowodniła, że owoce wcale nie są nudne!!! Na zajęciach	

		języka angielskiego czwartoklasiści uczestniczyli w projekcie: Be creative with fruits!, pokazując, w jaki sposób można zachęcić innych do zjadania codziennej porcji owoców!	
16. Narodowy Dzień Sportu pod hasłem „Trenuj ducha, hartuj ciało – w tym radości jest niemało”.	Udział wszystkich uczniów	Udział w grach sportowych i zawodach, przypomnienie zabaw podwórkowych.	
17. Europejski Tydzień Sportu	Udział wszystkich uczniów	W ramach „Sportowego Tygodnia” na terenie szkoły zorganizowane zostały różne działania rekreacyjno – sportowe. Głównym celem działań sportowych była aktywizacja ruchowa. Największym powodzeniem cieszyły się zawody lekkoatletyczne. Rozegrany został również mecz piłkarski między klasami ósmymi. W ostatni dzień odbył się wykład na temat zdrowego odżywiania, który podsumował cały sportowy tydzień, wskazując, że nie tylko ruch, ale i właściwe odżywianie jest ważne, aby zachować zdrowie i szczupłą sylwetkę.	
18. Dzień Piekarza.	Uczniowie klas I-III	Dzięki produkcji pieczywa i innych wyrobów piekarskich mamy dostęp do smacznych i pożywnych produktów, które są nieodłącznym elementem naszej codziennej diety.	
21 marca to pierwszy dzień kalendarzowej wiosny.	Udział wszystkich uczniów i nauczycieli	Ten dzień uczniowie naszej szkoły wspólnie powitali idąc tanecznym krokiem na spacer. Po powrocie do szkoły klasy najmłodsze zaprezentowały wiosenne piosenki, przedstawiona została również postać Panny Marzanny wykonana przez	

		klasę V oraz ósmoklasiści dali pokaz przyrodniczych doświadczeń.	
19. Podróż do Irlandii - Dzień św. Patryka.	Udział wszystkich uczniów	Podczas przerw międzylekcyjnych, uczniowie mogli wziąć udział w zabawach, podczas których dążyli do osiągnięcia najlepszego wyniku i pobicia rekordu. Odbyły się: Taneczne wariacje - to jedna z ulubionych zabaw Irlandczyków. Uczniowie mogli sprawdzić w niej swoje umiejętności skoczno – taneczne. Mierzony był czas ile razy uczeń jest w stanie przekładać kij pod kolanami - w tzw. ósemki - w ciągu 1 min. Roztańczona droga. Na podłodze ułożone były skakanki wyznaczające trasę, którą należało pokonać jak najszybciej, podskakując naprzemiennie i unosząc wysoko kolana. Gra w zielone. Uczniowie losowali karteczki z nazwami różnych kategorii: przedmiotów, zwierząt, owoców, warzyw, roślin itp. Uczniowie w ciągu 30 sekund musieli podać trzy nazwy z danej kategorii, w kolorze zielonym. Księga Rekordów Guinnessa. Mierzono najdalszy skok w dal z miejsca ☺ Shamrock. Uczniowie losowali koniczynki, na których zapisane były w języku angielskim pytania lub zadania, które musieli wykonać. Największym powodzeniem cieszyła się zabawa:	

		Treasure hunting. Wszyscy uczniowie musieli być bardzo uważni tego dnia☺ W szkole zostały rozmieszczone koniczynki, które zawierały specjalne nagrody, ale nie rzeczowe!	
Konkurs z języka angielskiego: Cytaty o zdrowym życiu.	Konkurs skierowany był do uczniów klas V-VIII (50%)	Polegał na przedstawieniu cytatu oczyma wyobraźni i dosłownym zilustrowaniu jego treści.	
20. Dzień Bezpiecznego Internetu.	Udział wszystkich uczniów i nauczycieli	W każdej klasie odbyły się pogadanki i quizy. Uczniowie obejrzeli filmy i wykonali plakaty dotyczące bezpieczeństwa w sieci. W czasie lekcji języka angielskiego klasy: 3, 4, 5, poszerzały słownictwo w zakresie korzystania z narzędzi technologii, zapoznawały się z zasadami bezpiecznego korzystania z Internetu. Klasa 5, po obejrzeniu filmu odpowiadała na quiz prawda/fałsz. Ostatnim etapem było wykonanie projektu: Uczniowie mieli narysować ekran komputera/telefonu i umieścić na ekranie najważniejszą wg nich poznaną zasadę bezpiecznego korzystania z Internetu.	
Zdrowie na talerzu!	Uczniowie klasy II	Uczniowie klasy II przynieśli potrzebne produkty do zrobienia pysznych i zdrowych kanapek. Zadanie wykonały doskonale. Kanapki nie tylko były smaczne, zdrowe ale i pięknie ozdobione. Dzieci przy robieniu tych kanapek kształciły odpowiednie nawyki żywieniowe, rozwijały wyobraźnię, kreatywność oraz dbałość o higienę podczas sporządzania posiłków .	

21. Dzień Babci i Dziadka.	Udział uczniów i nauczycieli (60%)	Tego dnia uczniowie klas I-III przygotowali wierszyki oraz mini koncert taneczno-wokalny. Klasa V przypomniała w piękny taneczno-muzyczny i skoczny sposób jak kiedyś wyglądała Babci i Dziadek, następnie klasa VII zaprosiła wszystkich gości do wspólnego tańca i zabawy.	
22. Akcja „Sprzątamy dla Polski”	Udział wszystkich uczniów	Każda klasa miała do wykonania różne zadania. Celem akcji była troska o środowisko naturalne oraz kształtowanie postaw odpowiedzialności za wspólne dobro.	
23. Śniadanie na trawie	Udział wszystkich uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły	Nauczyciele oraz Rada Rodziców przygotowali moc atrakcji dla wszystkich. Odbył się turniej pt. Familiada. Połączona została wiedza z umiejętnościami sportowymi.	
24. Tydzień Bezpieczeństwa	Udział wszystkich uczniów i nauczycieli	Odbyły się spotkania z przedstawicielami WOPR i Straży Pożarnej. Uczniowie wzięli udział w konkursach profilaktycznych, zabawach sportowych. Przypomnieli sobie podstawy pierwszej pomocy, zasady zachowania na drodze i nad wodą. Wszystko po to, aby wakacje były bezpieczne!	

W rozwiązywaniu problemu priorytetowego pomagało nam uczestnictwo w różnych programach profilaktycznych i innowacjach :

- „Trzymaj Formę”
- „Bieg po zdrowie”
- Szkoła promująca zdrowie
- Owoce i warzywa w szkole
- Mleko w szkole
- Program Wychowawczo- Profilaktyczny Szkoły
- Szkolny System Wspierania Zdrowia Psychicznego Uczniów
- Innowacja pedagogiczna „Rekreacja Ruchowa i porady dietetyczne”
- Innowacja pedagogiczna „Korzystam z muzyki i mam super wyniki”

Wymienione programy i innowacje pedagogiczne były realizowane podczas całego okresu w formie cyklicznych spotkań, warsztatów, konkursów, zajęć wychowawczych i sportowych. Podczas zajęć stosowane były różnorodne metody pracy. Uczniowie wykonywali prace plastyczne, prezentacje, projekty, różne zadania konkursowe, apele, gazetki klasowe, uczestniczyli w zawodach i imprezach sportowych.

Przedstawiamy osiągnięcia naszych uczniów:

1. Turniej piłkarski o Puchar Komendanta WWK OHP w Poznaniu – III miejsce
2. Powiatowy Turniej Lekkoatletyczny kl.III-IV szkół wiejskich:
 - II miejsce sztafeta 4x100m (mieszana)
 - I miejsce skok w dal (kategoria dziewczęta)
 - II miejsce bieg 400m (kategoria dziewczęta)
3. Powiatowy Turniej Wiedzy Prewencyjnej – III miejsce (15 szkół)

Poza lekcjami wychowania fizycznego w szkole działa Szkolny Klub Sportowy to sport dla wszystkich dzieci, nie tylko dla najlepszych. Zapewnia uczniom dodatkowe możliwości ruchowego wyżycia się i właściwą organizację czasu wolnego. Celem zajęć jest upowszechnianie aktywnego i zdrowego stylu życia, przygotowywanie do zawodów, podwyższanie umiejętności ruchowych, przygotowywanie uczniów do świadomego uczestnictwa w rekreacji ruchowej (sposób spędzania wolnego czasu).

Wnioski (posumowanie i interpretacja wyników ewaluacji):

1. Korzyści z działań (dla uczniów, szkoły, społeczności szkolnej):
 - Uczniowie, rodzice i społeczność szkolna:
 - rozumieją potrzebę zdrowego odżywiania i aktywności ruchowej,
 - potrafią wspólnie podczas wolnego czasu stosować różnorodne formy aktywności ruchowej,
 - wzbogacili wiedzę i umiejętności z zakresu dietetyki,
 - wiedzą jakie są współczesne zagrożenia zdrowotne picia napojów energetyzujących,
 - znają założenia piramidy zdrowego żywienia
 - II śniadanie zaczęło być bardziej wartościowe, wzbogacone o owoce i warzywa
 - wiedzą, że powinni mieć swój plan do walki z otyłością (10 kroków)
 - wiedzą jak przeciwdziałać problemom psychicznym,
 - potrafią dokonać wyboru zdrowych produktów oraz formy aktywności ruchowej zgodnie z własnymi zainteresowaniami i predyspozycjami,
 - potrafią panować nad emocjami i negatywnymi zachowaniami.

- Trudności w realizacji działań:
- niestety część uczniów nie zawsze przestrzegało zasad zdrowego żywienia, preferując chociażby słodkie lub chipsy i gazowane, słodzone napoje , zamiast zdrowej kanapki,
- uczniowie nadal mają problemy z organizacją wolnego czasu, deklarowali, że lubią go spędzać przy komputerze, telefonie lub przed telewizorem.

W marcu 2023r. nasza szkoła otrzymała Wojewódzki Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie.

.....
Podpis Koordynatora SzPZ/PPZ