



SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI PROGRAMU SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE

**Szkoła Podstawowa
z Oddziałami Integracyjnymi nr 275
im. Artura Oppmana w Warszawie**

OKRES REALIZACJI

Rok szkolny: 2011-2016

**Realizacja ogólnopolskiego programu „Szkoła Promująca Zdrowie”
w wybranych obszarach zdrowia fizycznego i psychicznego pod
hasłem „SZKOŁA ZARAŻAJĄCA ZDROWIEM”
we wszystkich aspektach funkcjonowania szkoły.**

Informacje podstawowe o szkole:

Nazwa	Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 275 w Warszawie
Adres	ul. Hieronima 2 03-243 Warszawa
Telefon	(22) 8111144
Adres e-mail	sp275@edu.um.warszawa.pl
Strony www	sp275.waw.pl
Imię i nazwisko dyrektora szkoły	Jolanta Saczuk
Imię i nazwisko koordynatora	Agnieszka Buława
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	Monika Gabryś, Dorota Wiśniewska, Elżbieta Weinberger, Anna Sikorska, Iwona Karcz, Inga Wróblewska, Monika Dybała, Dorota Brzezińska
Data podjęcia uchwały o przystąpieniu do programu	11 kwietnia 2012 r.
Data przyjęcia do mazowieckiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie	24 kwietnia 2016r.

I. CHARAKTERYSTYKA SZKOŁY.

Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 275 im. Artura Oppmana w Warszawie jest jedną z jedenastu szkół publicznych w Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy.

Szkołą funkcjonuje od września 1969r. w jednym z osiedli mieszkaniowych Bródna. Wychodząc naprzeciw potrzebom środowiska szkoła w 2005r. przekształciła się w Szkołę Podstawową z Oddziałami Integracyjnymi. Chcąc poszerzyć ofertę i dać szansę na rozwijanie zainteresowań oraz talentów od roku 2007 szkoła organizuje klasy sportowe o profilu pływanie. Od stycznia 2010r. szkoła wzbogaciła się o nowoczesną część modułową, przeznaczoną dla dzieci 6-letnich.

W szkole jest 668 uczniów, którzy uczą się w 30 oddziałach, w tym 3 oddziałach przedszkolnych i 2 klasach sportowych o profilu pływania. Na każdym poziomie jest oddział integracyjny.

Funkcje kierownicze w szkole sprawuje dyrektor, jego dwóch zastępców i kierownik świetlicy. W szkole zatrudnionych jest 80 nauczycieli, dwóch pedagogów, psycholog, logopeda, terapeuta pedagogiczny, terapeuta SI i 7 pedagogów specjalnych do pracy z dziećmi niepełnosprawnymi. Wysoko wykwalifikowana kadra dba o wszechstronny rozwój uczniów, oferuje im wsparcie i pomoc. W szkole działa aktywnie Rada Szkoły, Rada Rodziców, Samorząd Uczniowski klas IV-VI oraz Mały Samorząd klas I-III.

Otwartość na inicjatywy uczniowskie, rodzicielskie i nauczycielskie skłoniła nas do przystąpienia do projektu „Szkoła Współpracy. Uczniowie i rodzice kapitałem społecznym nowoczesnej szkoły”, którego celem jest powszechne i aktywne włączanie się rodziców oraz uczniów w proces decyzyjny, w roku 2014/15 zaś przystąpiliśmy do projektu „SAS Szkoła Aktywna w społeczności”, skupiającego działania naszej szkoły w korelacji ze środowiskiem lokalnym.

Nasza szkoła posiada certyfikaty: „Szkoła z klasą”, „Szkoła Przyjazna Uczniom z dysleksją”, „Wiślana Szkoła”, „Wars i Sawa”, „Cyfrowa Szkoła”, „Szkoła w ruchu”, „Lepsza Szkoła”. W szkole ponadto realizuje się założenia wielu różnorodnych programów i projektów oraz podejmuje wielu działań angażujących całą społeczność szkolną.

Szkoła dysponuje salą gimnastyczną, małą salką do rozwijania sprawności ruchowej, dwoma pracowniami specjalistycznymi: do terapii integracji sensorycznej i do stymulacji polisensorycznej, biblioteką wraz z czytelnią multimedialną, trzema salami świetlicowymi oraz stołówką. Na terenie szkoły znajdują się dwa place zabaw, jeden o podłożu trawiastym, drugi o sztucznej nawierzchni powstały w ramach projektu „Radosna szkoła” oraz nowoczesne boiska z placem zabaw dla uczniów klas I-VI.

Oferta szkoły jest systematycznie wzbogacana i modyfikowana w oparciu m.in. o propozycje uczniów i rodziców. Uczniowie mogą korzystać z bogatej oferty kół przedmiotowych, kół zainteresowań, zajęć sportowych oraz zajęć wspomagających, rewalidacyjnych i terapeutycznych. Atmosfera panująca w szkole, bogata oferta edukacyjna, dbałość o wysoki poziom dydaktyczny sprawiają, że uczniowie odnoszą sukcesy w różnorodnych konkursach przedmiotowych, tematycznych oraz zawodach sportowych na szczeblu lokalnym, warszawskim i ogólnokrajowym.

II. CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU, JEGO CELE I KIERUNKI REALIZACJI.

Zdrowie człowieka jest wartością, zasobem i środkiem do codziennego życia. Dzięki niemu możemy realizować swoje marzenia, zamierzenia, aspiracje, rozwijać się, zmieniać środowisko, tworzyć dobra materialne i kulturalne. Zdrowie warunkuje również dobre osiągnięcia dzieci i młodzieży, natomiast edukacja zdrowotna jest prawem każdego człowieka.

Jednym z wielu zadań szkoły jest szeroko rozumiana promocja zdrowia, a nasza szkoła od wielu lat podejmuje działania mające na celu rozpowszechnianie zdrowego stylu życia. Podejmowane przez szkołę liczne działania prozdrowotne dały podstawę do włączenia się w realizację programu „**Szkoła Promująca Zdrowie**”, dlatego postanowiliśmy, jako „**Szkoła zarażająca zdrowiem**” przystąpić do aktywnej jego realizacji. W roku szkolnym 2011/2012 wysłaliśmy kartę zgłoszeniową szkoły do Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących zdrowie, która opisywała dotychczasowe działania prozdrowotne organizowane w naszej szkole.

Szkoła Promująca Zdrowie to szkoła, która tworzy warunki sprzyjające dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej oraz podejmowaniu przez jej członków działań na rzecz zdrowia. W szkole promującej zdrowy styl życia: zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną panuje dobra atmosfera i obowiązują zasady aktywnej współpracy, gdzie podstawowym celem działań jest:

- fizyczne, psychiczne oraz społeczne zdrowie całej społeczności szkolnej,
- promowanie wśród społeczności szkolnej zdrowego stylu życia: właściwego odżywiania i aktywności fizycznej,
- stwarzanie odpowiednich warunków (fizycznych, psychicznych i społecznych) sprzyjających ochronie i pomnażaniu zdrowia oraz dobremu samopoczuciu całej społeczności szkolnej,
- umożliwienie aktywnego uczestnictwa całej społeczności szkolnej w działaniach na rzecz zdrowia,
- tworzenie atmosfery sprzyjającej dobrej kondycji fizycznej, psychicznej, emocjonalnej zarówno uczniów, jak i pracowników szkoły,
- promowanie zdrowego stylu życia w środowisku lokalnym,

Realizacja celów programu odbywała się w naszej szkole poprzez organizowanie działań na rzecz zdrowia w poszczególnych obszarach:

- 1) Zdrowe odżywianie.
- 2) Aktywność fizyczna.

- 3) Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą.
- 4) Stwarzanie odpowiedniego klimatu społecznego w szkole.
- 5) Profilaktyka zdrowia fizycznego.
- 6) Współpraca z osobami oraz instytucjami wspomagającymi program.
- 7) Kształcenie w zakresie promocji zdrowia, dzielenie się dobrymi praktykami.

III. DZIAŁANIA SZKOŁY „W DRODZE DO CERTYFIKATU” – OKRES PRZYGOTOWAWCZY.

Realizując program w okresie przygotowawczym przeprowadzone zostało w szkole wiele działań, wśród których wyróżnia się:

- **nawiązanie współpracy z koordynatorem wojewódzkim** w Kuratorium Oświaty w Warszawie m.in. poprzez wysłanie karty zgłoszeniowej naszej szkoły do programu;
- **powołanie szkolnego koordynatora Szkoły Promującej Zdrowie oraz Zespołu do spraw Promocji Zdrowia**, z którym współpracowała cała społeczność szkolna. Istotne było też stworzenie planu pracy i ustalenie terminów spotkań zespołu;
- **zapoznanie społeczności szkolnej z ideą programu Szkoły Promującej Zdrowie** poprzez: apele uczniowskie, godziny wychowawcze w klasach IV-VI i zajęcia w klasach I-III, posiedzenia rady pedagogicznej, zebrania z rodzicami, zebrania z pracownikami niepedagogicznymi, spotkania rady rodziców, wykonanie folderu informacyjnego o programie, zamieszczenie informacji na stronie internetowej szkoły w zakładce „Szkoła Promująca Zdrowie”, gazetki na korytarzach szkolnych;
- **organizacja zajęć z edukacji zdrowotnej** – powstała grupa liderów promocji zdrowia z poszczególnych klas IV-VI, którzy uczestniczyli w zajęciach prozdrowotnych w każdym tygodniu po jednej godzinie lekcyjnej;
- **przeprowadzenie konkursu na logo Szkoły Promującej Zdrowie** – konkurs wygrała praca plastyczna uczennicy klasy I;
- **wybór maskotki Szkoły Promującej Zdrowie** – maskotką Szkoły Promującej zdrowie jest gruszka,
- **przeprowadzenie konkursu na hasło Szkoły Promującej Zdrowie;**

- **dokonanie wstępnej diagnozy potrzeb i zasobów środowiska szkolnego** mającej na celu ustalenie problemów priorytetowych na kolejne lata aplikowania o certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie.

Na podstawie diagnozy wstępnej wyłonione zostały następujące problemy priorytetowe:

- złe nawyki żywieniowe i mała aktywność fizyczna wśród uczniów,
- problem zachowań aspołecznych w szkole,
- występowanie zjawiska przeciążenia nauką i pracą oraz stresem z tym związanym wśród uczniów oraz nauczycieli.

Na podstawie wyników diagnozy wstępnej programu zostały również wyznaczone głównie zadania szkoły w ramach programu:

I. Promocja zdrowego stylu życia poprzez zdrowe odżywianie i aktywność ruchową pod hasłem „**Zdrowa żywność i sport – zdrowe dzieci**” – działania realizowane w okresie przygotowawczym, kontynuowane w kolejnych latach realizacji programu.

II. Uprzejmość i bezpieczeństwo w szkole pod hasłem „**Bezpiecznie i miło, by się w szkole lepiej żyło**” - rok szkolny 2013/14. Działania związane ze stwarzaniem dobrego klimatu społecznego

III. Rok walki ze stresem pod hasłem „**Powiedz stresowi – NIE!**” – rok szkolny 2014/15. Działania dążące do przeciwdziałania stresowi i stwarzające dobre warunki pracy oraz nauki.

IV. Rok rozwijania talentów pod hasłem „**Czuj się bezpiecznie i rozwijaj talenty**” - rok szkolny 2015/16. Działania stwarzające możliwości rozwijania talentów wszystkich członków społeczności szkolnej. Podstawą stworzenia planu działań w roku rozwijania talentów była przeprowadzona we wrześniu 2015/16 autoewaluacja w zakresie klimatu społecznego.

Szkoła Promująca Zdrowie jest wielką inwestycją nie tylko w zdrowie, ale też w edukację młodego pokolenia. Tylko zdrowy uczeń jest w stanie rozwijać się wszechstronnie i osiągać wysokie wyniki. Jest to szkoła, w której panuje dobra atmosfera i obowiązują zasady współpracy, gdzie zdrowie całej społeczności szkolnej jest podstawowym celem działania. Mając na uwadze wagę działań promujących zdrowie oraz ich wpływu na dobre samopoczucie nasza szkoła realizowała cele programu poprzez organizowanie różnorodnych działań promujących zdrowy styl życia, które zostały zaplanowane na podstawie diagnozy wstępnej i umieszczone w planach działań Szkoły Promującej Zdrowie na każdy rok szkolny oraz w corocznych szkolnych planach wychowawczych

i planach profilaktyki. Istotna jest, więc korelacja działań z Koncepcją Pracy Szkoły oraz z wszelkimi planami i programami wewnątrzszkolnymi. Wiele działań wynikało z realizacji programów i projektów proponowanych przez instytucje zewnętrzne, których celem również jest promocja zdrowia.

Realizacja celów programu odbywała się poprzez różnorodne formy, które charakteryzowały: nowatorstwo, innowacyjność, rozwijanie postaw twórczości, wykorzystanie nowoczesnych technik oraz oryginalnych metod pracy.

Działalność innowacyjna, kreatywna i twórcza w zakresie programu stwarza warunki lepszego rozwoju społeczności szkolnej we wszystkich obszarach zdrowia:

- kształtuje postawy prozdrowotne,
- skłania do nabycia odpowiednich umiejętności dbania o własne zdrowie, poprzez aktywność ruchową, dbanie o bezpieczeństwo i dobre samopoczucie,
- motywuje do rozwijania aktywności twórczej poprzez udział w różnorodnych twórczych formach realizacji celów programu np. projekty, konkursy, akcje prozdrowotne,
- angażuje do aktywności i kreatywności uczniów poprzez stosowanie metod aktywizujących podczas realizacji programu oraz wykorzystywanie własnych pomysłów w zakresie działań związanych z dbaniem o własne zdrowie.



Maskotka promująca zdrowie w naszej szkole.

IV. REALIZACJA DZIAŁAŃ W POSZCZEGÓLNYCH OBSZARACH PROMOCJI ZDROWIA

w okresie przynależności do sieci szkół ubiegających się o certyfikat.

DZIAŁANIA SZKOŁY W ZAKRESIE PROMOCJI ZDROWEGO ODŻYWIANIA:

Promocja zdrowego stylu życia poprzez zdrowe odżywianie to problem priorytetowy okresu przygotowawczego, jednak działania promujące zdrowe odżywianie nasza szkoła organizowała poprzez wszystkie lata realizacji programu.

Realizując program przeprowadziliśmy następujące działania promujące zdrowe odżywianie:

- projekt **Tydzień chleba w szkole** - realizowany w naszej szkole w dniach 16-23 października 2012r. w ramach **Ogólnopolskiej Kampanii zorganizowanej przez Fundację Dobre Życie**. W projekcie wzięła udział cała społeczność szkolna oraz instytucje wspierające, którymi były pobliskie piekarnie. W ramach projektu zostały przeprowadzone różnego rodzaju działania związane z promocją zdrowego chleba na zakwasie. Były to: pogadanki i prelekcje na temat jakości chleba na zakwasie, czytanie baśni, legend oraz opowiadań o chlebie, wszystkie klasy uczestniczyły w konkursie na plakat „Nasz chleb powszedni”, wypiek chleba i degustacja pieczywa z masłem, projekcja filmu „Od ziarenka do bochenka”, wystawa różnego rodzaju pieczywa z akcentem ludowym podsumowująca Tydzień chleba, wycieczki do piekarni, podczas których uczniowie poznawali pracę piekarza;

- szkolny projekt **Tydzień warzyw i owoców**, których realizacją zajęli się nauczyciele i uczniowie klas I-III. Projekt odbył się w dniach 10-16 kwietnia 2014r. i obejmował następujące działania:

- pogadanki i prelekcje na temat wartości odżywczych warzyw i owoców,
- cały tydzień został podzielony na poszczególne dni: Dzień Gruszki, Dzień marchewki, Dzień jabłka, Dzień ogórka, Dzień banana, w których uczniowie przynosili do szkoły wyznaczony owoc lub warzywo,
- ogłoszony został konkurs plastyczny dla klas 0-III, „Ulubione warzywo lub owoc”,
- liderzy promocji zdrowia przeprowadzili w klasach V i VI „Quiz wiedzy na temat warzyw i owoców”,
- w ostatnim dniu została zorganizowana degustacja soku jabłkowego we współpracy z firmą Adam-Pol dostarczającą darmowe owoce i warzywa do naszej szkoły;

- **obchody Dzielnicowych i Warszawskich Dni Dobrego Jedzenia** - nasza szkoła corocznie uczestniczyła w organizacji dzielnicowych dni promujących zdrową żywność oraz w konkursie na najlepiej przygotowane stoisko ze zdrowymi potrawami o konkretnej tematyce, którą określa organizująca obchody szkoła;

- **organizacja Dzielnicowego Dnia Dobrego Jedzenia** pod hasłem „Rok na talerzu” – w roku szkolnym 2013/14 byliśmy gospodarzami Dzielnicowych Dni Zdrowego Jedzenia. W uroczystości wzięło udział wiele szkół oraz wielu gości m.in. swoją obecnością zaszczylił nas Burmistrz dzielnicy Targówek m.st. Warszawy Sławomir Antonik, który samodzielnie przygotował zdrową sałatkę;

- projekt „**Kuchnie świata**” - realizowany we współpracy z **firmą Gastro Team**, której własnością jest nasza szkolna stołówka. Projekt miał za zadanie przybliżenie zdrowej żywności z krajów świata poprzez organizowanie degustacji zdrowych potraw różnego pochodzenia dla całej społeczności szkolnej. Zorganizowaliśmy m.in. degustację kuchni chińskiej, węgierskiej, włoskiej, japońskiej, greckiej;

- obchody **Światowego Dnia zdrowia** – w roku szkolnym 2014/15 pod hasłem „Bezpieczeństwo żywności”, w roku szkolnym 2015/16 pod hasłem „Szkoła Promująca Zdrowie”;

- realizacja **programów zewnętrznych:**

- **Śniadanie Daje Moc** – organizacja wspólnych śniadań z wychowawcą w klasach 0-III, przygotowywanie stoisk ze zdrową żywnością na korytarzu szkolnym, prowadzenie praktycznej nauki przyrządzania zdrowych potraw;
- **Warzywa i owoce w szkole** – uczniowie z klas I-III otrzymują darmowe warzywa i owoce rozprowadzane w szkole przez współpracującą ze szkołą firmę Adam-Pol, w roku szkolnym 2015/16 odbyła się również akcja darmowych jabłek rozprowadzanych w całej szkole;
- **Szklanka mleka** – uczniowie klas młodszych otrzymują nieodpłatnie mleko w kartoniku;
- **Wiem, co jem** – program edukacyjny dotyczący zasad zdrowego stylu życia oraz zdrowego odżywiania;
- **Zdrowie nietrudne z marka KUPIEC**– program realizowany w klasach II kształtujący nawyki zdrowego odżywiania, w maju 2016r. nasza szkoła otrzymała wyróżnienie w konkursie na najlepiej zrealizowany program;
- **Start po zdrowie** – w ramach programu prowadzone były zajęcia przedstawicieli firmy Adam-Pol. Poruszane tematy to m.in.: Piramida zdrowia, Śniadaniówka pełna zdrowka itp.;

- organizacja cyklu zajęć oraz pogadarek na temat zdrowego odżywiania: w ramach programu Edukacji Zdrowotnej, na godzinach wychowawczych, zajęciach edukacji wczesnoszkolnej, w ramach spotkań liderów promocji zdrowia, zajęciach świetlicowych;
- organizacja konkursów dotyczących wiedzy o zdrowym odżywianiu;
- dostępność wody mineralnej oraz zamontowanie kranu z bieżącą wodą do picia;
- reorganizacja stołówki szkolnej;
- zmiana asortymentu towarów w sklepiku szkolnym – sprzedawane są tylko zdrowe produkty;
- gromadzenie w bibliotece szkolnej publikacji dotyczących zdrowego odżywiania;
- przygotowywanie gazetek i wystaw promujących zdrowe jedzenie.



PROMOCJA ZDROWEGO STYLU ŻYCIA POPRZECZ AKTYWNOŚĆ RUCHOWĄ.

W ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie w naszej szkole zostały przeprowadzone następujące działania związane z promowaniem aktywności ruchowej:

- **realizacja zewnętrznych programów** w ramach, których zorganizowane zostały różnego rodzaju przedsięwzięcia sportowe:

a) w roku szkolnym 2013/14 realizowaliśmy założenia programu **Szkoła w Ruchu „Ćwiczycy każdy może”**. W ramach programu przeprowadzone zostały różnego rodzaju działania związane z rozwijaniem aktywności ruchowej uczniów, wśród których znalazły się innowacyjne lekcje wychowania fizycznego: połączenie zajęć wychowania fizycznego z informatyką, zajęcia z wykorzystaniem nietypowych pomocy dydaktycznych np. lekcje ze spadochronem oraz w ramach działań w obszarze alternatywnych form realizacji znalazły się zajęcia taneczne np. nauka układu tanecznego „Upiór w operze” oraz zajęcia o igrzyskach olimpijskich w Starożytnej Grecji. Układy taneczne wykonane zostały też na międzyszkolnych pokazach.

W ramach programu ponadto zostały również zorganizowane działania angażujące całą społeczność szkolną, w których uczestniczący goście razem z uczniami brali udział w różnego rodzaju konkurencjach sportowych: **Dzień babci i dziadka na sportowo**, uczniowie ponadto wzięli udział w imprezie dzielnicowej **Ekobieg ERP – Biegi i Marsze Przelajowe** – zakończenie lata Targówek 2013 dla dzieci i młodzieży, impreza odbyła się na terenie Grodziska Polanie - strefy archeologicznej w dzielnicy. Atrakcją dla uczniów w ramach realizacji programu były **zajęcia pozalekcyjne na lodowisku** oraz **gry i zabawy rekreacyjne na pływalni „Polonez”**. Po roku intensywnych działań sportowych w zakresie programu otrzymaliśmy certyfikat „Szkoly w ruchu”.

b) w roku szkolnym 2014/15 i 2015/16 uczestniczyliśmy w realizacji dwóch edycji programu **„W-F z klasą”**. W ramach programu zostały przeprowadzone następujące działania:

- organizacja szkolnych uroczystości dla całej społeczności szkolnej: **Dzień Dziecka na sportowo, Z babcią i dziadkiem zdrowo i sportowo, Dzień matki i ojca na wesolo i sportowo**;
- udział uczniów w: Ogólnopolskiej akcji sportowej **„Polska biega”**, w imprezie sportowej **Bieg Niepodległości**, dzielnicowej akcji **Sportowy Targówek**, w **V Ogólnopolskim Turnieju tenisa Stołowego**;
- spotkanie z **Arturem Siódmiakiem** byłym polskim piłkarzem ręcznym;

- organizacja **debaty**, w której uczestniczyli przedstawiciele nauczycieli, uczniów i rodziców oraz przedstawiciele Samorządu Uczniowskiego klas IV-VI. Debata odbyła się na temat: „Jak zaangażować uczniów, rodziców w życie szkoły” oraz „W jaki sposób udoskonalić zajęcia sportowe i rekreacyjne w szkole”. Podczas debaty uczestnicy przedstawili wiele ciekawych pomysłów i rozwiązań związanych z tematem;
- organizacja **spotkania „Okrągły stół”**, w których wzięli udział przedstawiciele nauczycieli uczniów, rodziców oraz **koordynator programu W-F z klasą z Centrum Edukacji Obywatelskiej p. Aleksandra Saczuk**. Wszyscy uczestnicy dyskutowali na temat plusów i minusów lekcji wychowania fizycznego w naszej szkole oraz propozycjach korzystnych zmian. Tematem głównym spotkania było „Uatrakcyjnienie zajęć sportowych w szkole”. Zagadnienie do realizacji w obecnym roku szkolnym, jakie wybrano, to organizowanie rozgrzewki przy muzyce;

c) realizacja programów: **„Akademia zdrowego ucznia”**, **„Trzymaj formę”**, **„Aktywnie po zdrowie”**;

- organizacja **impres sportowych dla uczniów klas młodszych**, wśród których znalazły się m.in. **Olimpiada skrzatów, Bieg po zdrowie**;

- organizacja sportowych zajęć dodatkowych dla uczniów klas I-III w ramach programu **„Od zabawy do sportu”**;

- przeprowadzenie akcji **sportowe przerwy**, które uczniowie mają możliwość spędzania na sportowo np. wspólne ćwiczenia, zumba, gra w tenisa stołowego na korytarzu szkolnym,

- zajęcia **zespołu cheerliderek**, których sportowe układy dopełniają różnego rodzaju imprezy sportowe w szkole i na uroczystościach lokalnych;

- organizowanie dodatkowych zajęć sportowych w ramach **Szkolnego Koła Sportowego**,

- stworzenie **klas sportowych** o profilu pływackim;

- organizowanie **zajęć na basenie, lodowisku**;

- organizowanie **zielonych szkół i obozów sportowych**;

- udział uczniów w wycieczkach pieszych, rowerowych i autokarowych.

W ramach rozwijania aktywności ruchowej w czerwcu 2016 roku odbędzie się **Dzień Sportu**, w którym uczestniczyć będzie cała społeczność szkolna.



DZIAŁANIA ZWIĄZANE ZE STWARZANIEM DOBREGO KLIMATU SPOŁECZNEGO.

W ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie przeprowadziliśmy wiele działań służących eliminacji problemu przemocy i zachowań aspołecznych pojawiających się wśród uczniów oraz dążących ku temu, aby nasza szkoła była bezpieczna oraz stwarzała całej społeczności klimat sprzyjający dobremu samopoczuciu i aktywnej pracy pozbawionej stresu:

- rok szkolny 2013/14 w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie to działania związane z kształtowaniem odpowiednich postaw prospołecznych: życzliwości, uprzejmości oraz kształtowanie nawyku dbania o własne bezpieczeństwo pod hasłem **„Bezpiecznie i miło, by się w szkole lepiej żyło”**;
- rok 2014/15 zaś to rok dobrego samopoczucia i walki ze stresem oraz przeciążeniem pracą i nauką pod hasłem **„Powiedz stresowi – NIE”**.

Promocja zdrowia poprzez kształtowanie postaw życzliwości i uprzejmości oraz kulturalnego zachowania.

Wśród wielu działań podejmujących tą tematykę można wyróżnić działania zaplanowane przez zespół od spraw promocji zdrowia, ale również szereg działań związanych z realizacją programów oraz projektów zewnętrznych. Wśród nich znalazły się:

- organizacja **Tygodnia Uprzejmości i Życzliwości w szkole** w dniach 18-22 listopada w związku z obchodzonym 21 listopada **Światowym Dniem Życzliwości i Pozdrowień**. Podczas Tygodnia Uprzejmości i Życzliwości zostały przeprowadzone następujące działania:

- panowała miła i serdeczna atmosfera w szkole, wszyscy się do siebie uśmiechali,
- na lekcjach rozmawialiśmy o uprzejmości i dobrym zachowaniu,
- uczniowie wykonali uśmiechnięte buźki i nosili je przez cały tydzień przypięte do ubrania,
- we wszystkich salach wykonane zostały gazetki na temat życzliwości, drzwi każdej sali ozdobił napis „Uśmiechnij się”,
- wszyscy uczniowie wykonali plakaty i prace plastyczne o życzliwości i uprzejmości, które zostały umieszczone w Szkolnej Galerii Życzliwości,
- w salach znalazły się gazetki z cytatami na temat uśmiechu, dobroci i życzliwości,
- przez cały tydzień uczniowie pisali kartki pocztowe z pozdrowieniami, które potem zostały dostarczone do adresatów przez życzliwych posłańców,
- w bibliotece została wykonana wystawa pozdrowień z kart pocztowych przyniesionych przez uczniów i przez cały tydzień wyłożona była Księga Życzliwości, w której cała społeczność szkolna mogła wpisać miłe słowa;

- obchody **Światowego Dnia Serca**, w ramach, którego odbyły się: pogadanki i prelekcje na temat „Jak dbać o własne serce?”, konkurs na plakat pod hasłem „**Zdrowe serce**”, uczniowie klas 0-III wykonali różnymi technikami plastycznymi plakaty z sercem w ramach akcji „**Podaruj innym serce**”, których wystawa odbyła się w bibliotece szkolnej w związku z akcją „Podaruj serce bibliotece”, czytanie na dywanie w ramach obchodzonego w szkole Tygodnia czytania z serduszkami, w ramach obchodów przeprowadzono też działania związane z tzw. samopomocą koleżeńską pod hasłem „**Dobre serce mamy, więc w nauce pomagamy**”, uczniowie zdolni pomagali w nauce uczniom posiadającym trudności;

- w październiku 2014r. odbył się **Tydzień czytania o kulturalnym zachowaniu**, podczas którego uczniowie słuchali utworów promujących kulturalne zachowanie, uczniowie zaś w salach stworzyli gazetki „magicznych słów”;
- organizacja **Dni Kulturalnego Zachowania się w szkole i poza nią** w grudniu 2014r. Uczniowie w salach tworzyli kąciki „Savoir-vivre”, odbył się konkurs na najładniejszą dekorację świątecznego stołu, na lekcjach nauczyciele rozmawiali z uczniami o właściwym zachowaniu w różnych miejscach, w ramach projektu **„Przyjemne i bezpieczne przerwy”** we współpracy z rodzicami zorganizowano radiowęzeł, który uprzyjemnia muzyką uczniom pobyt w szkole;
- organizacja **Dni Kultury Słowa**, podczas którego propagowane było hasło „Stop wulgaryzmem” oraz zorganizowano Konkurs Pięknego Czytania dla uczniów klas młodszych;
- realizacja ogólnoszkolnego projektu **„Wybory Ucznia z klasą”**, w ramach, którego corocznie ogłaszany jest konkurs na najbardziej uprzejmego i kulturalnego ucznia lub uczennicę w szkole. W każdej klasie został wybrany jeden „Uczeń z klasą” według opracowanego wcześniej regulaminu oraz przygotowanego przez uczniów klas IV-VI **Kodeksu Ucznia z klasą**. Wybrani uczniowie z klasą otrzymali znaczek ze szkolnym logo „Ucznia z klasą” (znaczek noszony był przez cały rok szkolny przez uczniów z klasą wybieranych, co miesiąc), dyplom oraz nagrodę w postaci maskotki podczas apelu samorządu klas 0-III i IV-VI podsumowującym dany rok szkolny.





Działania związane z wyrabianiem wśród uczniów nawyku dbania o własne bezpieczeństwo.

Bezpieczeństwo uczniów i pracowników szkoły jest bardzo ważnym elementem dbania o zdrowie i odpowiednie warunki nauki oraz pracy. Lata przynależności do sieci szkół promujących zdrowie to również lata intensywnych działań w tym zakresie. Wśród nich znalazły się:

- organizacja **Szkolnego Dnia Bezpieczeństwa**, który obchodziliśmy podczas **Światowego Dnia Bezpieczeństwa i Ochrony Zdrowia**, który przypada na dzień 28 kwietnia. Z okazji obchodów tego dnia odbyły się prelekcje i pogadanki na temat bezpiecznego zachowania w szkole i poza nią, uczniowie przypomnieli sobie zasady obowiązujące w szkolnych regulaminach oraz zasady ewakuacji szkoły w razie różnego rodzaju zagrożeń, a także odbyły się apele o bezpieczeństwie zorganizowane przez samorządy szkolne klas 0-III i IV-VI;
- w styczniu 2014 roku przeprowadzona została **akcja „Stop uzależnieniom”** – odbyły się pogadanki i prelekcje na temat zagrożeń wynikających z uzależnień oraz omówione zostały na godzinach wychowawczych oraz zajęciach edukacji wczesnoszkolnej sposoby ich zapobiegania, w bibliotece szkolnej emitowane były filmy na temat uzależnień od alkoholu, palenia tytoniu, innych używek np. dopalaczy i narkotyków;
- w lutym 2014 roku obchodzony był **Dzień Bezpiecznego Internetu**, podczas którego uczniowie wszystkich klas uczestniczyli w prelekcjach przygotowanych przez policjantów na temat bezpiecznego poruszania się w sieci, świadomego wyboru odpowiednich informacji oraz zagrożeń wpływających z niewłaściwego użytkowania Internetu;

- odbył się **konkurs** dla uczniów klas IV-VI na **projekt znaku zakazu lub nakazu** dotyczący bezpiecznego zachowania się w szkole, poruszania na korytarzach lub kulturalnego zachowania wobec siebie;
- akcja **Bezpieczne ferie i wakacje** - w każdym semestrze wychowawcy klas przygotowywali apele dla uczniów, podczas których przypominali zasady bezpiecznego zachowania się podczas zabaw w czasie wolnym od nauki;
- w ramach akcji „**Stop dopalaczom**” odbyły się pogadanki oraz prelekcje dla uczniów i rodziców na temat jak ustrzec się przed tymi groźnymi używkami.

Dążąc do poprawy bezpieczeństwa przeprowadzone również zostały również działania związane z **realizacją profilaktycznych programów zewnętrznych:**

- dzielnicowa kampania „**Nie jestem obojętny – widzę, działam**” w ramach, której odbyły się zajęcia na temat spotkań z nieznanymi i reakcji na tego rodzaju zachowania, projekcje filmów w bibliotece szkolnej oraz na zajęciach, przeprowadzone zostały wśród uczniów ankiety dotyczące bezpiecznych miejsc w dzielnicy oraz na temat: „Co zrobić, żeby poprawić bezpieczeństwo w szkole”;
- kampania prewencyjna „**Z Borsukiem bezpieczniej**”, w której wzięli udział uczniowie klas 0-III uczestnicząc w prelekcjach prowadzonych przez Policję Stołeczną;
- kampania społeczna „**Bądźmy razem bezpieczni**” przeprowadzona przez Tramwaje Warszawskie promująca bezpieczeństwo na drogach, w ramach kampanii uczniowie oglądali przedstawienie edukacyjne pt. „Kulek”;
- realizacja programu **Szkoła Przyjazna Bezpieczeństwu** fundacji Grupy PKP w klasach drugich edukacji wczesnoszkolnej;
- w ramach akcji bezpieczny Internet realizowane były programy: **Dziecko w sieci, Dzieciaki Sieciaki, Owce w sieci**;
- uczniowie byli widzami przedstawienia teatralnego „**Bomba w sieci**” – **bezpieczny Internet**;
- we współpracy ze **Strażą Miejską** realizowane były następujące programy: **Bezpieczna droga do szkoły, Moje pierwsze kroki ze Strażą Miejską, Wiem co robić, kiedy jestem sam, Poznaj motoświat** – przedstawiciele Straży Miejskiej prowadzili zajęcia dla uczniów o tematyce bezpieczeństwa np.: „Uczymy się żyć bez przemocy”, „Złość wróg, czy przyjaciel”, „Mój przyjaciel pies”, „Kto mnie chroni, kto pomaga”;
- realizacja działań w ramach programu edukacyjnego **Akademia bezpiecznego Puchatka**, największego programu o tematyce bezpieczeństwa wspierającego rozwój najmłodszych dzieci skierowanego do uczniów klas I. Program zwraca uwagę na potencjalne zagrożenia,

uświadamia dzieciom i ich rodzicom skutki niebezpiecznych zachowań w domu, szkole i na drodze.



Działania przeciwdziałające stresowi i stwarzające odpowiednie warunki nauki oraz pracy w szkole.

Ważnym elementem planu działań w ramach programu były działania mające na celu **stwarzanie odpowiednich warunków nauki i pracy** szczególnie te, których zadaniem była **eliminacja stresu i dbanie o dobre samopoczucie całej społeczności szkolnej.**

Organizowaliśmy wiele działań przez wszystkie lata przynależności do sieci, a rok szkolny 2014/15 szczególnie ogłosiliśmy **rokiem walki ze stresem pod hasłem „Powiedz stresowi NIE!”**.

Wszystkie działania zostały określone w trzech ważnych obszarach:

a) łagodny start, zapoznajemy ze szkołą – czyli działania sprzyjające najmłodszym uczniom naszej szkoły i pomagające przystosować się do nowych i nieznanych warunków szkolnych:

- organizacja **Dni Otwartych** dla rodziców przyszłych uczniów naszej szkoły, podczas których zainteresowani zapoznają się z działaniami oraz bazą lokalową szkoły;
- organizacja **działań stwarzających ciepły klimat szkolny**, w których uczestniczą najmłodszy uczniowie np.: imprezy czytelnicze dla klas 0-III np. Dzień Pluszowego Misia, Dzień Postaci z bajek, spotkania czytelnicze tzw. „Czytanie na dywanie” w ramach akcji „Cała Polska czyta dzieciom”, spotkania mikołajkowe, zabawy karnawałowe itp.;
- **współpraca z przedszkolami** – organizacja spotkań dla przedszkolaków z pobliskich przedszkoli,
- realizacja **programu adaptacyjnego** dla nowych uczniów – program obejmuje szereg działań przygotowujących uczniów do procesu edukacji;
- **spotkania informacyjne** dla rodziców przyszłych uczniów;

b) **tworzymy dobrą i przyjazną atmosferę pracy oraz nauki**, na co dzień, – czyli działania stwarzające codzienną dobrą atmosferę oraz dobre samopoczucie całej społeczności szkolnej:

- organizacja różnego rodzaju **przedsięwzięć szkolnych**:
 - akcja **Śmiechoterapia** – w ramach której przeprowadzone zostały następujące działania: **Dni żartów klasowych** „Prima Aprilis” – uczniowie przygotowywali śmieszne skecze klasowe; odbył się **Tydzień dobrego humoru w klasie** – uczniowie tworzyli klasowe zeszyty humoru, podczas zabawy karnawałowej odbył się konkurs na najśmieszniejsze przebranie;
 - organizacja akcji **Cała szkoła tańczy** – w ramach akcji organizowane były taneczne przerwy, zabawy karnawałowe, dyskoteki andrzejkowe oraz uczniowie brali udział w konkursach tanecznych;
 - udział w akcji **Cała Polska czyta dzieciom** – organizacja **spotkań czytelniczych** „Czytanie na dywanie” oraz w akcji **Bookcrossing**,
 - organizacja **Dnia Pluszowego Misia i Dnia Postaci z bajek**;
 - **organizacja spotkań klasowych i szkolnych** z okazji obchodów świąt okolicznościowych np. grudniowe spotkania przy choince, spotkania mikołajkowe, wigilie klasowe, bal karnawałowy dyskoteki szkolne itp.;
 - obchody **Dni Wiosny** - wspólne wykonanie dużej marzanny oraz udział uczniów klas 0-III w uroczystym apelu z okazji Pierwszego Dnia Wiosny;
 - w zimowe miesiące odbyły się **wesołe gry i zabawy zimowe** na śniegu i lodzie: wspólne lepienie bałwana, wycieczki na lodowisko;

- organizacja **Szkolnych Dni Tolerancji**, – podczas których odbyły się pogadanki i prelekcje na temat tolerancji wobec inności, w bibliotece szkolnej odbyły się czytelnicze spotkania „Z tolerancją za pan brat”, w świetlicy szkolnej, zaś corocznie organizowane są działania przypominające o tym, że nie wszyscy jesteśmy równi i tacy sami. W działaniach tych uczestniczyła cała społeczność szkolna oraz pracownicy Urzędu Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy;
- obchody **Dni Integracji** - realizacja działań o niepełnosprawności i integracji w ramach świetlicowego programu „**Jesteśmy tacy sami**”, w roku szkolnym 2015/16 odbyło się również I Forum Dyskusyjne „Czy jesteśmy tacy sami” z udziałem przedstawicieli Dzielnicy Targówek;
- działania szkoły w ramach projektu **Szkoły Aktywne w Społeczności** oraz **Samorządy Działają**,
- **zajęcia terapeutyczne** prowadzone przez szkolnych pedagogów i psychologów oraz zajęcia z zakresu **biblioterapii** prowadzone w bibliotece szkolnej przez nauczyciela bibliotekarza oraz przez wychowawców klas. We wrześniu 2014r. odbył się Tydzień czytania bajek terapeutycznych we współpracy z psychologiem szkolnym;
- zajęcia terapeutyczne z terapeutami ośrodka **Synapsis**;
- **organizowanie zajęć TZA- ART** – trening zastępowania agresji;
- organizowanie **zajęć psychoedukacyjnych** na temat: „Jak sobie radzić ze stresem, „Kolorowe emocje”, „Moje uczucia”, „Poprawa relacji w klasie”;
- realizacja programu Straży Miejskiej **Nasze emocje**;
- szkolna **działalność charytatywna** – udział w akcji „Góra grosza” w ogólnopolskiej akcji WOŚP, udział w akcji „Pola Nadziei”, w akcji „Uśmiech dla hospicjum – kartki świąteczne i dary oraz szkolna akcja pieczenia ciast, w akcji **Psia gwiazdka**, zbiórka karmy i koców dla schroniska w Celestynowie, zbiórka nakrętek;
- działania w ramach **Wolontariatu**, udział w akcjach świątecznych dla dzieci z hospicjum, pomoc w Domach Dziecka;
- wprowadzenie zasad **oceniającego kształtującego** na lekcjach i zajęciach pozalekcyjnych;
- udział w programie **Szkoła Współpracy**;
- aktywny **udział rodziców** w szkole poprzez włączanie się w realizację różnego rodzaju przedsięwzięć szkolnych w organizowanych spotkaniach i warsztatach oraz udział w działalności **Klubu Rodzica**;

- udział uczniów w warsztatach organizowanych przez trenerów **Vinci Szkoły Twórczej Nauki**;

c) działania dla uczniów klas VI - przygotowanie do kolejnego etapu edukacyjnego:

- kampania informacyjna w zakresie projektu **Doradztwa Zawodowego**;
- realizacja **programów przygotowujących do dalszych etapów edukacyjnych** np. Cyfrowa szkoła;
- udział uczniów w różnego rodzaju **projektach edukacyjnych**, w których angażowanie uczy współpracy, umiejętności poznawczych, społecznych oraz stwarza warunki dla budowania poczucia własnej wartości;
- **współpraca z gimnazjami** – organizacja spotkań oraz lekcji dla przyszłych gimnazjalistów;
- **spotkania z absolwentami naszej szkoły** – organizacja spotkań oraz zajęć z byłymi uczniami naszej szkoły, udział absolwentów w różnego rodzaju imprezach szkolnych i przedsięwzięciach. W roku 2014/15 Festyn Rodzinny upłynął też pod hasłem **Dnia Absolwenta**, na który zostali zaproszeni byli uczniowie naszej szkoły.





Działania stwarzające uczniom osiągnięcie sukcesów oraz rozwijanie talentów.

Rok szkolny 2015/16 upływał pod hasłem rozwijania talentów naszych uczniów oraz umożliwienia im jak najlepszych warunków do osiągnięcia sukcesów w różnego rodzaju dziedzinach. Działania organizowane w roku rozwijania talentów umożliwiały też pokazanie talentów nie tylko uczniów, ale też nauczycieli i rodziców.

Wśród głównych działań znalazły się:

- **projekty i programy** – np. „Wars i Sawa” program dla uczniów uzdolnionych, „Mistrzowie kodowania”, „Gramy w Piktogramy” oraz „Wars i Sawa grają w szachy”,
- **konkursy tematyczne** – np. „Weź byka za rogi”, „Matematyka po angielsku”, „Mistrz Języka Polskiego”, „Konkurs Pięknego Czytania”,
- **konkurs „Mam talent”** – organizacja etapu szkolnego oraz konkursu dzielnicowego,
- **ogólnopolskie akcje** np. Światowe Dni Tabliczki Mnożenia,
- **przedstawienia teatralne** - działalność szkolnego koła teatralnego **Źródółko** oraz teatru „Na chwilę”, który tworzą nauczyciele wszystkich szkół w dzielnicy pod kierunkiem reżysera - nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej z naszej szkoły,
- **koncerty muzyczne** – organizacja „**Koncertu Bożonarodzeniowego**” przez uczniów i nauczycieli naszej szkoły oraz okolicznościowych występów muzycznych, a także przygotowanie przez uczniów i nauczycieli naszej szkoły **szkolnego musicalu** „Szkółka

Zarażająca Zdrowiem” podczas uroczystości podsumowującej realizację programu Szkoła Promująca Zdrowie”,

- **pokazy taneczne** – podczas różnego rodzaju uroczystości szkolnych i dzielnicowych, udział szkolnego zespołu tanecznego dziewczynek np. w konkursie **Piruet**;
- udział naszych uzdolnionych uczniów w **Artystycznym Targówku** – dzielnicowym pokazie talentów szkół Targówka,
- **koła zainteresowań** np. koło teatralne, chór, czytelnicze, informatyczne, językowe, plastyczne, orgiami, koło Dobrej Książki itp.,
- w szkole corocznie organizowane są **Dni Kultury**, podczas których odbywają się różnego rodzaju imprezy kulturalne, będące też dobrą okazją do zaprezentowania talentów uczniów i pracowników szkoły.



DZIAŁANIA W ZAKRESIE PROFILAKTYKI ZDROWIA FIZYCZNEGO I PSYCHICZNEGO.

W obszarze profilaktyki zdrowia corocznie przeprowadzane są różnego rodzaju działania zapobiegające zdrowiu fizycznemu oraz psychicznemu:

- **działania pielęgniarki szkolnej:** profilaktyka stomatologiczna, profilaktyka wad postawy, wzroku słuchu, otyłości,
- warsztaty dla uczniów klas I-III z **pierwszej pomocy przedmedycznej** – utrwalenie zasad udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, udział naszych uczniów w konkursie „Bicie rekordu Guinnessa” podczas Europejskiego Dnia Przywracania Czynności Serca, zajęcia prowadzone przez firmę ELE TAXI – pokaz ratowniczy, udział naszych uczniów w praskim konkursie udzielania pierwszej pomocy „5 złotych minut”,
- **warsztaty profilaktyczne** w klasach IV w ramach programu **Epsilon**,
- **zajęcia o ciszy i hałasie**,
- profilaktyka stomatologiczna – realizacja programu „**Radosny uśmiech radosna przyszłość**”,
- realizacja projektu „**Lekki tornister**”,
- realizacja profilaktycznych programów zewnętrznych: **Nie pal przy mnie proszę, Znajdź właściwe rozwiązanie** – program profilaktyki palenia tytoniu, **Szkoła przyjazna uczniom z dysleksją, Złość – przyjaciel czy wróg, Florka w sieci**,
- **badania przesiewowe słuchu**,
- **badania wad postawy** – prowadzenie zajęć z korektywy
- realizacja działań w zakresie **ekologii i ochrony środowiska:**
 - realizacja Dzielnicowego oraz Miejskiego programu Ekologicznego,
 - udział uczniów naszej szkoły w imprezach o tematyce ekologicznej np. Dzień Ziemi, Festyn Ekologiczny w Parku Bródnowskim;
 - realizacja projektów: Wiślana szkoła, Moje miasto bez elektrośmieci, Odkupmy Warszawę, udział w Sprzątanie świata,
 - udział w warsztatach na temat: Czerwona księga, Recykling, Nadwiślańskie ptaki, Zwierzęta zima z nami nie zginą, Spotkanie z wiosną,
 - zajęcia Koła Miłośników Lasu,
- udział uczniów w **warsztatach na temat „Futerkowi przyjaciele”**.

ORGANIZACJA ORAZ UDZIAŁ W UCZNIÓW W KONKURSACH I PRZEDSTAWIENIACH PROZDROWOTNYCH.

W ramach programu zostały też zorganizowane różnego rodzaju **konkursy tematyczne o charakterze prozdrowotnym**. Wśród nich znalazły się m.in:

- konkurs na **logo Szkoły Promującej Zdrowie**,
- konkurs na **plakat z okazji Światowego Dnia Zdrowia**,
- konkurs na **plakat pt. „Szkoła Promująca Zdrowie”**,
- Wojewódzki Konkurs Literacko-Plastyczno-Fotograficzny na temat niepełnosprawności **„Jesteśmy tacy sami”**,
- konkurs na **projekt znaku drogowego** w roku bezpieczeństwa,
- konkurs **„Zdrowe serce”** dla klas I-III na plakat z okazji Światowego Dnia Zdrowia, który w roku 2013 odbył się pod hasłem „Zdrowe bicie serca”,
- konkurs na **dekorację stołu wigilijnego** w Roku Uprzejmości i Życzliwości,
- konkurs na plakat **„Twoje dane twoja sprawa”** podczas Dnia Bezpiecznego Internetu.

Uczniowie naszej szkoły ponadto uczestniczyli w następujących konkursach zewnętrznych:

- **„Czas na zdrowie”** - konkurs wiedzy w ramach ogólnopolskiego projektu,
- **Dzielnicowy Konkurs na najlepsze stoisko ze zdrową żywnością** w ramach Dzielnicowych Dni Zdrowego Jedzenia”,
- III edycja konkursu **„Policjanci są wśród nas”** zorganizowanego przez Komendę Stołeczną Policji.

Spółeczność szkolna miał również możliwość wystawienia przedstawień teatralnych:

- przygotowanie **spektaklu teatralnego** przez zespół do spraw promocji zdrowia dla uczniów klas młodszych pt. „O Kubusiu Puchatku, który nie znał zasad zachowania”
- przygotowanie **musicalu** „Szkoła zarażająca zdrowie” wystawionego podczas uroczystości podsumowującej realizację programu,
- przygotowywanie przedstawień o tematyce prozdrowotnej pod kierunkiem szkolnego reżysera np. „Na straganie”, „Blee, czyli jak uwierzyć w siebie”.

PROZDROWOTNE IMPREZY EDUKACYJNO-SPORTOWE ANGAŻUJĄCE CAŁĄ SPOŁECZNOŚĆ SZKOLNĄ ORAZ PARTNERÓW ZEWNĘTRZNYCH.

Dużym powodzeniem i zaangażowaniem całej społeczności szkolnej cieszyły się imprezy edukacyjno-sportowe organizowane z inicjatywy naszej szkoły, które jednocześnie umożliwiały tworzenie dobrego klimatu sprzyjającego dobremu samopoczuciu uczniów, nauczycieli, pracowników niepedagogicznych, rodziców oraz zaproszonych gości.

Corocznie organizowano:

a) Rodzinne Festyny Prozdrowotne.

Przez wszystkie lata realizacji programu nasza szkoła organizowała rodzinne festyny prozdrowotne, w których uczestniczyła cała społeczność szkolna:

- w roku szkolnym 2012/13 odbył się Prozdrowotny Festyn Rodzinny po hasłem „**Czas na zdrowie**”,
- w roku szkolnym 2013/14 odbył się **Bezpieczny Festyn Rodzinny**,
- w roku szkolnym 2014/15 odbył się **Festyn Rodzinny na wesoło**,
- w roku 2015/16 zaś zaplanowany został **Festyn Talentów Rodzinnych**.

Nauczyciele, uczniowie oraz rodzice wspólnie angażowali się w przygotowywanie poszczególnych działań, które miały duży wpływ na integrację oraz dbanie o dobry klimat społeczny w naszej szkole.

Każdy Festyn Rodzinny to realizacja następujących działań:

- prelekcje i spotkania z ciekawymi ludźmi,
- pokazy filmów tematycznych,
- pokazy tańca szkolnych cheerleaderek,
- organizacja różnego rodzaju konkurencji sportowych,
- organizacja konkursów plastycznych o określonej tematyce,
- gry i zabawy dla najmłodszych uczestników,
- wspólne przygotowywanie zdrowych przekąsek
- pokazy tańca,
- organizacja punktów konsultacyjnych np. pomiar ciśnienia krwi, stanowiska rejestracji potencjalnych dawców szpiku, pomiar wskaźnika BMI, poziomu cukru.

Każdy Rodzinny Festyn Prozdrowotny był bardzo udanym przedsięwzięciem, w którym uczestniczyły wszystkie osoby zainteresowane promowaniem zdrowego stylu życia poprzez zdrowe

odżywianie i aktywność ruchową. Wszystkie przygotowane atrakcje zawsze cieszyły się bardzo dużym zainteresowaniem i akceptacją całej społeczności szkolnej.



b) Sejmiki Edukacyjno-Sportowe - organizowane we współpracy z Urzędem Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy i Szkołą Podstawową Nr 206. Sejmiki edukacyjno-sportowe organizowane były przez ostatnie trzy lata pod hasłem: „**Sport i nauka to szlachetna sprawa = mądrość i dobra zabawa**”, „**Sportowa rodzina**”, „**Sportowe mikołajki**”. Podczas sejmików wszystkie uczestniczące szkoły dzielnicy Targówek prezentowały się pod kątem zabaw sportowych integrujących uczniów nauczycieli i rodziców. Gośćmi specjalnymi uczestniczącymi w sejmikach byli m.in. Burmistrz Dzielnicy Targówek Sławomir Antonik oraz zaproszeni sportowcy - Andrzej Supron i Artur Siódmiak.



IV. WYNIKI AUTOEWALUACJI W ZAKRESIE DWÓCH STANDARDÓW – ZESTAWIENIE PROBLEMÓW PRIORYTETOWYCH ORAZ EFEKTY DZIAŁAŃ.

Jednym z głównych zadań zespołu do spraw promocji zdrowia w ramach realizacji programu Szkoła Promująca Zdrowie było przeprowadzenie autoewaluacji działań naszej szkoły w zakresie dwóch standardów:

I. Klimat społeczny w naszej szkole – samopoczucie społeczności szkolnej.

II. Baza lokalowa oraz środowisko fizyczne naszej szkoły.

Wszystkie działania szkoły w zakresie powyższych standardów oraz pozostałych działań prozdrowotnych były na bieżąco monitorowane, dokumentowane oraz oceniane pod względem ich użyteczności w ramach założeń programu Szkoła Promująca Zdrowie.

Autoewaluacja działań została przeprowadzona na podstawie badań całej społeczności szkolnej przy zastosowaniu konkretnych narzędzi służących właściwej ocenie samopoczucia wszystkich uczniów, pracowników, w tym nauczycieli i pracowników niepedagogicznych oraz rodziców, a także ocenie stanu fizycznego naszej szkoły.

Do przeprowadzenia badań wykorzystane zostały następujące narzędzia:

- obserwacja szkoły,
- wywiad z nauczycielami, dyrektorem szkoły, kierownikiem administracyjnym, rodzicami,
- ankieta ewaluacyjna na temat **„Klimat społeczny w szkole, czyli badanie aprobaty środowiska szkolnego wśród uczniów, nauczycieli, pracowników niepedagogicznych oraz rodziców”**,
- dokumentacja szkolna w zakresie bazy lokalowej i środowiska fizycznego szkoły.

Badania ankietowe zostały przeprowadzone we wrześniu 2012r. zaś ich autoewaluacja nastąpiła we wrześniu 2015r. Wzięli w nich udział:

- nauczyciele oraz pracownicy niepedagogiczni, uczniowie czterech klas VI, rodzice dzieci z pięciu oddziałów.

Wyniki badań wyglądają następująco:

**WYNIKI AUTOEWALUACJI
STANDARD CZWARTY**

Lp.	Podskale i badane osoby	Rok szkolny	Rok szkolny
		2012/13	2015/16
UCZNIOWIE		83	80
I.	Satysfakcja ze szkoły (1–6)	4,0	4,3
II.	Stwarzanie uczniom możliwości uczestnictwa w życiu klasy (7–11)	3,7	4,0
III.	Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (12–16)	4,2	4,3
IV.	Podejście uczniów do nauki i zachowania na lekcjach (17–20)	3,5	3,5
V.	Motywowanie do osiągania sukcesów (21–24)	4,2	4,0
VI.	Przestrzeganie praw ucznia, znajomość reguł i ich ocena (25–28)	4,3	4,5
VII.	Relacje między uczniami (29–32)	4,0	4,1
VIII.	Poczucie przeciążenia pracą szkolną i stresu w szkole (33–36)	3,4	3,7
IX.	Występowanie przemocy i zachowań społecznych wśród uczniów (37–40)	3,0	3,0
NAUCZYCIELE		62	61
I.	Satysfakcja z pracy w szkole (1–4)	4,5	4,5
II.	Stwarzanie nauczycielom możliwości uczestnictwa w życiu i pracy szkoły oraz wsparcie ze strony dyrekcji (5–12)	4,2	4,2
III.	Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (13–17)	4,3	4,5
IV.	Podejście uczniów do nauki i zachowania na lekcjach (18–21)	3,9	4,1
V.	Relacje nauczyciele–nauczyciele (22–27)	4,1	4,2
VI.	Uczestnictwo rodziców uczniów z klasy wychowawczej w życiu klasy/szkoły (28–32)	4,1	3,8
VII.	Poczucie przeciążenia pracą szkolną i stres w pracy (33–36)	3,2	3,3
VIII.	Występowanie przemocy i zachowań społecznych wśród uczniów (37–40)	2,5	2,7
PRACOWNICY, KTÓRZY NIE SĄ NAUCZYCIELAMI		17	19
I.	Satysfakcja z pracy w szkole oraz wsparcie ze strony dyrekcji (1–6)	4,2	4,3
II.	Stwarzanie pracownikom, którzy nie są nauczycielami, możliwości uczestnictwa w życiu i pracy szkoły (7–9)	3,7	3,5
III.	Relacje między pracownikami, którzy nie są nauczycielami (10–12)	3,6	4,2
IV.	Stosunek uczniów do pracowników, którzy nie są nauczycielami (13–15)	4,0	4,0
V.	Poczucie przeciążenia pracą w szkole i stres w pracy (16–18)	3,7	3,3
VI.	Występowanie przemocy i zachowań społecznych wśród uczniów (19–21)	3,7	3,5

	RODZICE	85	84
I.	Satysfakcja ze szkoły dziecka (1–5)	4,3	4,6
II.	Stwarzanie rodzicom możliwości uczestnictwa w życiu klasy/szkoły (6–11)	4,3	4,7
III.	Wsparcie uczniów ze strony nauczycieli (12–17)	4,1	4,3
IV.	Uczestnictwo rodziców w życiu i pracy klasy/szkoły (18–21)	4,1	4,0
V.	Wsparcie dla rodziców (22–25)	4,2	4,5
VI.	Przeciążenie dziecka pracą szkolną i stres w szkole (26–29)	2,3	2,4

Wyniki badania klimatu społecznego szkoły w roku szkolnym 2012/13:

- uczniowie i pracownicy niepedagogiczni wskazują na występowanie przemocy i zachowań aspołecznych wśród uczniów, w mniejszym stopniu zauważają to nauczyciele;
- wszyscy badani respondenci wskazują na przeciążenie pracą i stresem, najmniej zauważają to zjawisko rodzice u swoich dzieci;
- uczniowie nisko oceniają własne podejście do nauki i zachowania na lekcjach, nieco lepiej oceniają ten problem nauczyciele;
- pracownicy niepedagogiczni uznali, że ich uczestnictwo w życiu i pracy szkoły jest zbyt małe.

Problemy priorytetowe wymagające rozwiązania:

- problem przemocy w szkole,
- występowanie zachowań aspołecznych wśród uczniów,
- występowanie zjawiska przeciążenia nauką i pracą oraz stresem z tym związanym wśród uczniów oraz nauczycieli.

Rekomendacje do dalszej pracy na kolejne lata aplikowania o wojewódzki certyfikat Szkoła

Promująca Zdrowie:

- należy tak zmodyfikować pracę wychowawczą i specjalistyczną, aby w większym stopniu uwzględnić problem zachowań aspołecznych wśród uczniów oraz problem występowania stresu;
- należy tam, gdzie to możliwe włączać pracowników niepedagogicznych do pracy poszczególnych obszarów;

- należy zmotywować uczniów do podejmowania działań w ramach starań o certyfikat „Szkoła Promująca Zdrowie”.

Baza lokalowa oraz środowisko fizyczne szkoły:

Wymiar	Średnia liczba punktów rok szk. 2012/13	Średnia liczba punktów rok szk. 2015/16
I. Budynek i teren szkoły.	4,7	5,0
II. Warunki sanitarne, czystość i estetyka pomieszczeń.	5,0	5,0
III. Mikroklimat, oświetlenie, ochrona przed hałasem.	4,9	5,0
IV. Meble dla uczniów i nauczycieli.	4,9	5,0
V. Organizacja lekcji i przerw międzylekcyjnych.	5,0	5,0
VI. Warunki i organizacja zajęć ruchowych.	4,8	5,0
VII. Organizacja posiłków i dostępność napojów dla uczniów.	4,9	5,0
VIII. Zabezpieczenie przed wypadkami, urazami i dostępność pierwszej pomocy.	4,9	5,0
Średnia liczba punktów łącznie:	4,9	5,0

Wyniki badań środowiska fizycznego i bazy lokalowej szkoły w roku szkolnym 2012/13:

- środowisko fizyczne szkoły ocenione zostało wysoko, większość wymiarów otrzymało prawie maksymalną ilość punktów;
- najwyższą ocenę uzyskała organizacja lekcji oraz przerw międzylekcyjnych oraz istniejące warunki sanitarne, czystość i estetyka szkolnych pomieszczeń;
- najniższą ocenę otrzymał wymiar dotyczący budynku i terenu wokół szkoły, szczególnie wygląd i jakość boiska szkolnego;
- w związku z realizacją programu promującego m.in. zdrową żywność wskazana jest zmiana asortymentu sklepiku oraz dostosowanie posiłków w stołówce szkolnej do wymaganych standardów żywieniowych.

Problemy priorytetowe wymagające rozwiązania:

- należy dążyć do reorganizacji sklepiku pod kątem zdrowej żywności,
- wskazane jest zamontowanie sygnalizacji świetlnej na skrzyżowaniu przy szkole,
- wymagany jest remont boiska sportowego oraz budowa dodatkowych placów zabaw,

- istnieje zapotrzebowanie na montaż rolet we wszystkich salach lekcyjnych,
- wskazane jest wyposażenie w szafki dla wszystkich uczniów klas IV-VI.

Wnioski autoewaluacji środowiska fizycznego i bazy lokalowej szkoły:

- w wyniku przeprowadzonej autoewaluacji można stwierdzić, że wszystkie wymiary badanego standardu dotyczącego **Bazy Lokalowej i środowiska fizycznego szkoły** znajdują się na najwyższym poziomie;
- wszystkie wymagane zmiany zaplanowane w badaniu w roku szkolnym 2012/13 zostały dokonane;
- szkoła posiada nowe, odpowiednio wyposażone oraz dostosowane do standardów i wymogów boisko szkolne;
- na terenie szkoły zostały również wybudowane dwa dodatkowe place zabaw;
- dużym osiągnięciem jest reorganizacja sklepiku pod kątem sprzedaży tylko zdrowej żywności oraz dostosowanie posiłków na stołówce szkolnej do wymaganych standardów żywieniowych;
- niezaplanowanym, ale ważnym przedsięwzięciem było zamontowanie kranu ze zdrową wodą do picia na korytarzu szkolnym.

Rekomendacje do dalszej pracy:

- utrzymanie wysokiej oceny środowiska fizycznego oraz bazy lokalowej szkoły,
- dbanie, o jakość wyremontowanego boiska i całego terenu szkoły, a także budynku i jego wyposażenia,
- w miarę możliwości podnoszenie jakości poszczególnych wymiarów środowiska fizycznego szkoły i jej bazy lokalowej.

W roku szkolnym 2014/15 zostało też przeprowadzone badanie stopnia akceptacji oraz rozumienia założeń programu Szkoła Promująca Zdrowie, którego wyniki pozwoliły ocenić wiedzę całej społeczności szkolnej dotyczącą celów programu oraz działań prozdrowotnych.

Realizacja programu oraz działania prozdrowotne organizowane w naszej szkole spotkały się z dużą akceptacją całej społeczności szkolnej. Uzasadnieniem tego są poniższe wyniki ankiet:

Wymiar	Wskaźniki
Zrozumienie i akceptacja koncepcji Szkoły Promującej Zdrowie przez członków społeczności szkolnej.	1. Akceptacja koncepcji Szkoły Promującej Zdrowie i zasad jej tworzenia przez nauczycieli. 2. Poczucie członków społeczności szkolnej znajomości koncepcji Szkoły Promującej Zdrowie – nauczyciele i inni pracownicy szkoły, uczniowie i ich rodzice. 3. Znajomość podstawowych cech Szkoły Promującej Zdrowie przez nauczycieli i uczniów.

BADANI UCZNIOWIE:

1. W mojej szkole dokładnie wyjaśniono mi, co to znaczy, że jest ona szkołą promującą zdrowie.	3,8
2. Wiem, w jaki sposób mogę się włączyć w rozwój Szkoły Promującej Zdrowie.	3,7
3. Wiem, co w bieżącym roku robi się w naszej klasie lub szkole, aby uczniowie byli zdrowi i mieli dobre samopoczucie.	3,7
4. Aktywnie uczestniczę w tym, co robi się w naszej klasie lub szkole, aby uczniowie byli zdrowi i mieli dobre samopoczucie.	3,5

Większość uczniów ponadto deklaruje znajomość szkolnego koordynatora do spraw promocji zdrowia, a 52% uczniów chce nadal otrzymywać informacje dotyczące programu Szkoła Promująca Zdrowie. Chęć większej wiedzy na temat programu uzasadniają tym, że zdrowy styl życia jest ważny, że chcą wiedzieć więcej na temat, jak żyć zdrowo. 25% uczniów, którzy odpowiedzieli negatywnie swoją odpowiedź uzasadniali tym, że przez wszystkie lata realizacji programu dostarczono im już bardzo dużo informacji o założeniach programu.

NAUCZYCIELE

1. W mojej szkole uzyskałem/łam wystarczająco dużo informacji o koncepcji i zasadach tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie.	4,5
2. Akceptuję koncepcję Szkoły Promującej Zdrowie i zasady jej tworzenia.	4,7
3. Wiem, jaka jest moja rola i zadania w tworzeniu Szkoły promującej Zdrowie.	4,5
4. Zapoznano mnie z wynikami przeprowadzonej w szkole ostatniej diagnozy potrzeb społeczności szkolnej w zakresie promocji zdrowia.	4,9
5. W naszej szkole w bieżącym roku szkolnym zapoznano mnie z planem działań w zakresie promocji zdrowia.	4,8
6. Zapoznano mnie z wynikami ewaluacji działań w zakresie promocji zdrowia	4,7

prorowadzonych w naszej szkole w ubiegłym roku szkolnym.	
7. W bieżącym roku szkolnym uczestniczyłem/łam w planowaniu działań w zakresie promocji zdrowia.	3,8
8. W bieżącym roku szkolnym uczestniczę realizacji działań w zakresie promocji zdrowia.	4,3
9. Mam satysfakcję z tego, że w bieżącym roku szkolnym uczestniczę w realizacji działań w zakresie promocji zdrowia w naszej szkole.	4,2

Nauczyciele naszej szkoły akceptują ideę oraz działania prowadzone w naszej szkole w zakresie promocji zdrowia, znają zasady tworzenia programu oraz deklarują zwiększenie uczestnictwa w podejmowanych w szkole działaniach prozdrowotnych. Na bieżąco pogłębiają wiedzę z zakresu promocji zdrowia i chcą być informowani o kolejnych działaniach, które będą podejmowane w szkole.

PRACOWNICY NIEPEDAGOGICZNI

1. W szkole, w której pracuje dokładnie wyjaśniono mi, co to jest Szkoła Promująca Zdrowie.	4,5
2. Wiem, co to jest Szkoła Promująca Zdrowie.	4,8
3. Wiem, jaka jest moja rola i zadania w rozwoju Szkoły promującej Zdrowie.	4,5
4. Wiem, co w bieżącym roku robi się w naszej szkole dla poprawy zdrowia i samopoczucia uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców.	4,1
5. Uczestniczę w tym, co robi się w naszej szkole dla poprawy zdrowia i samopoczucia uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców.	4,0
6. Jestem zadowolona/ny, że uczestniczę w tym, co robi się w naszej szkole dla poprawy zdrowia i samopoczucia uczniów, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców.	4,2

Pracownicy niepedagogiczni deklarują, że na bieżąco pogłębiają wiedzę umiejętności dotyczące tego, jak dbać o zdrowie oraz chcą dalej się rozwijać i otrzymywać więcej informacji o programie.

RODZICE UCZNIÓW

1. W szkole mojego dziecka dokładnie wyjaśniono mi, co to jest Szkoła Promująca Zdrowie.	4,4
2. Wiem, jaki powinien być udział rodziców w rozwoju Szkoły Promującej Zdrowie.	4,1
3. Wiem, co w bieżącym roku robi się w szkole lub w klasie mojego dziecka dla poprawy zdrowia i samopoczucia uczniów, pracowników szkoły i rodziców.	4,0
4. Aktywnie uczestniczę w tym, co robi się w szkole lub klasie mojego dziecka dla poprawy zdrowia i samopoczucia uczniów, pracowników szkoły i rodziców.	4,0
5. Jestem zadowolona/y, że uczestniczę w tym, co robi się w szkole lub w klasie mojego dziecka dla poprawy zdrowia i samopoczucia uczniów, pracowników szkoły i rodziców.	4,5

Rodzice uczniów są zadowoleni z tego, co robi szkoła dla poprawy zdrowia i samopoczucia całej społeczności szkolnej. Posiadają wiedzę na temat założeń programu i deklarują chęć większego uczestnictwa w działaniach prozdrowotnych, które będą podejmowane w naszej szkole.

Jedno z pytań ankiety skierowanej do uczniów i nauczycieli dotyczyło **cech szkoły promującej zdrowie**.

Najważniejsze odpowiedzi uczniów na temat tego, jakie cechy ma Szkoła Promująca Zdrowie to:

- zdrowe odżywianie,
- codziennie warzywa i owoce,
- codziennie picie mleka,
- zdrowe jedzenie w stołówce,
- zdrowa żywność w sklepiku,
- przerwy na świeżym powietrzu,
- bezpieczeństwo uczniów,
- dobre otoczenie do nauki,
- organizowanie przedsięwzięć prozdrowotnych: Dni Owoców i Warzyw, festynów prozdrowotnych, zajęć o zdrowym gotowaniu, konkursy o zdrowym odżywianiu, dni zdrowej żywności,
- sportowe przerwy,
- więcej lekcji W-Fu,
- rozmowy na temat zdrowego jedzenia oraz dobrego samopoczucia,
- uświadomienie uczniom zasad zdrowego stylu życia,
- dobre relacje z innymi,
- kolorowa szkoła,
- przerwy z muzyką,
- czystość i świeżość,
- współpraca z rodzicami.

Nauczyciele przedstawili następujące cechy szkoły, która promuje zdrowie:

- promocja sportu i aktywności fizycznej,
- znaczenie właściwego odżywiania w życiu człowieka,

- sposoby odreagowywania złej energii,
- edukacja zdrowotna, jako ważny element programu nauczania,
- troska o dobre samopoczucie uczniów i pracowników szkoły,
- współdziałanie z rodzicami i społecznością lokalną,
- wprowadzenie zmian w asortymencie sklepiku oraz kuchni szkolnej,
- przejrzysta, otwarta i spokojna,
- dbanie o zdrowie dzieci,
- dobra atmosfera,
- nauka zasad racjonalnego odżywiania,
- profilaktyka uzależnień,
- zapewnianie sprzyjającego zdrowiu środowiska pracy i nauki,
- udział w akcjach prozdrowotnych, projektach promujących zdrowie,
- organizowane różnorodnych działań,
- systemowa promocja zdrowia i higieny,
- promowanie zdrowego stylu życia, zdrowego żywienia i dobrego samopoczucia,
- promocja bezpieczeństwa uczniów,
- powszechność i systematyczność działań,
- kreatywność, otwartość i konsekwencja,
- skuteczność, powszechność, zaangażowanie,
- otwarta na potrzeby środowiska,
- mająca na celu troskę i bezpieczeństwo dzieci fizyczne i psychiczne,
- reklamowanie zdrowego stylu życia,
- kształtowanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych,
- tworzenie właściwego klimatu społecznego sprzyjającego satysfakcji z pracy i nauki, zdrowiu i samopoczuciu uczniów i pracowników,
- odpowiednie środowisko fizyczne szkoły,
- zajęcia dla rodziców i dzieci.

Duża liczba ankietowanych nauczycieli oraz rodziców deklaruje swój aktywny i często wystarczający udział w organizacji działań promujących zdrowie, jednak niektórzy ankietowani dostrzegają możliwość zwiększenia swojego udziału w promocji zdrowia w szkole poprzez:

- większą współpracę z zespołem do spraw promocji zdrowia,

- wprowadzenie większej ilości zajęć profilaktycznych
- tworzenie większej liczby prezentacji multimedialnych oraz konkursów prozdrowotnych,
- więcej zajęć praktycznych,
- większe zaangażowanie w różnego rodzaju przedsięwzięcia prozdrowotne w szkole,
- zachęcanie do promowania zdrowego stylu życia,
- dawanie dobrego przykładu.

W oparciu o wyniki badań w roku szkolnego 2012/13 oraz 2015/16, szczególnie badań ankietowych zostały opracowane wnioski z autoewaluacji oraz rekomendacje do dalszej pracy w zakresie promowania zdrowego stylu życia.

1. Mocne strony szkoły w zakresie promocji zdrowego stylu życia:

- zmniejszenie występowania zjawiska przemocy i agresji wśród uczniów,
- zwiększenie udziału pracowników niepedagogicznych w działaniach prozdrowotnych szkoły,
- wzrost satysfakcji rodziców z możliwości udziału w życiu szkoły,
- poprawa infrastruktury szkoły poprzez np. budowę nowego boiska, nowych placów zabaw, montaż źródła z wodą do picia,
- reorganizacja stołówki szkolnej oraz sklepiku szkolnego. Kładzenie nacisku na zdrową żywność.

2. Obszary wymagające poprawy:

- kontynuacja działań zmierzających do zmniejszenia przeciążenia nauką i pracą oraz stresem z tym związanym,
- modyfikacja sposobów motywowania uczniów do osiągania sukcesów i rozwijania uzdolnień oraz uczestnictwa w życiu szkoły,
- organizowanie działań zmierzających do poprawy relacji między uczniami.

Autoewaluacją zostały również objęte obszary, których badania zostały rozpoczęte w okresie przygotowawczym, na podstawie diagnozy wstępnej, jednak kontynuowane w latach następnych realizacji programu Szkoła Promująca Zdrowie.

Były to obszary promujące zdrowy styl życia poprzez:

- **zdrowe odżywianie oraz**
- **aktywność fizyczną.**

Na podstawie badań zostały zaplanowane działania szkoły w zakresie promocji zdrowia we wszystkich wymienionych obszarach programu, które uwzględniono w szkolnych programach: wychowawczym i profilaktyki, a także w Planie Działań Szkoły Promującej Zdrowie na rok szkolny 2015/16, co wpłynęło na właściwą, zgodną z założeniami programu ich organizację. Autoewaluacja działań z wykorzystaniem różnorodnych metod pozwoliła ocenić realizację planu oraz wyciągnąć odpowiednie wnioski i rekomendacje do dalszej pracy w zakresie promocji zdrowia przez kolejne lata działalności naszej szkoły.

Wnioski z przeprowadzonej w roku szkolnym 2015/16 autoewaluacji:

- szkoła promuje zdrowy styl życia poprzez zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną;
- szkoła rozwija umiejętności uczniów w zakresie rozpoznawania potrzeb prozdrowotnych;
- poznanie stopnia samopoczucia całej społeczności szkolnej wpływa na tworzenie klimatu społecznego w szkole, sprzyjającego nauce i pracy;
- nabycie umiejętności przeprowadzania diagnozy i autoewaluacji działań w zakresie promocji zdrowia wśród społeczności szkolnej pozwala na właściwą organizację działań prozdrowotnych;
- społeczność szkolna posiada wiedzę na temat założeń programu Szkoła Promująca Zdrowie oraz deklaruje potrzebę otrzymywania coraz więcej informacji na temat działań prozdrowotnych podejmowanych w szkole;
- realizacja programu oraz organizowanie różnorodnych działań prozdrowotnych wpływa na rozwijanie zainteresowań, uzdolnień i pożądaných zachowań uczniów;
- zauważa się wzrost wiedzy wśród społeczności szkolnej na temat wszystkich obszarów zdrowia i działań prozdrowotnych organizowanych w szkole;
- nabycie umiejętności współdziałania całej społeczności szkolnej umożliwia lepszą organizację przedsięwzięć związanych z promocją zdrowia;
- szkoła prowadzi działania służące rozwijaniu świadomości złego wpływu stresu na zdrowie i dobre samopoczucie;
- szkoła podejmuje działania w kierunku integracji społeczności szkolnej i środowiska lokalnego;
- działania prozdrowotne podejmowane na terenie szkoły promują szkołę w środowisku lokalnym.

Rekomendacje do dalszej pracy w kolejnych latach realizacji działań prozdrowotnych w naszej szkole:

- utrzymanie wysokiego poziomu działań całej społeczności szkolnej w zakresie promocji zdrowia, szczególnie działań mających wpływ na sprzyjający całej społeczności szkolnej klimat społeczny szkoły;
- w kolejnych latach planować pracę szkoły w taki sposób, aby eliminować stres oraz poczucie obciążenia nauką, a także nadal motywować uczniów do osiągania sukcesów i rozwijania uzdolnień;
- wzbogacać infrastrukturę szkoły pod kątem promowania zdrowego stylu życia i rozwijania zainteresowań oraz uzdolnień uczniów.

V. NAJWAŻNIEJSZE ZMIANY W DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY W WYNIKU REALIZACJI PROGRAMU SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE.

Realizacja programu pozwoliła na wprowadzenie różnorodnych i potrzebnych społeczności szkolnej zmian w pracy szkoły:

- wzrost świadomości społeczności szkolnej z zakresu dbania o własne zdrowie fizyczne i dobre samopoczucie,
- poprawa klimatu społecznego w szkole wśród całej społeczności szkolnej,
- większe zaangażowanie społeczności szkolnej w działania prozdrowotne,
- podejmowanie działań związanych z przeciwdziałaniem stresowi, co stwarza dobre warunki pracy i nauki,
- zdecydowana większość uczniów dostrzega konieczność zmiany nawyków żywieniowych oraz sposobów spędzania wolnego czasu na bardziej aktywny,
- pełna akceptacja społeczności szkolnej dla założeń programu Szkoła Promująca Zdrowie i prowadzonych w ramach programu działań,
- znajomość cech, którymi charakteryzuje się szkoła promująca zdrowy styl życia,
- w szkole działa nowa i dostosowana do potrzeb szkoły oraz promująca zdrowie stołówka szkolna i zreorganizowany sklepik szkolny, w którym pojawiła się tylko zdrowa żywność,

- uczniowie zauważają różnorodność działań mających na celu poprawę ich kondycji fizycznej, w szkole dokonano przebudowy boiska sportowego oraz wybudowano trzy place zabaw dla dzieci młodszych,
- wprowadzenie zajęć socjoterapeutycznych i psychoedukacyjnych z psychologiem szkolnym w celu poprawy funkcjonowania niektórych uczniów, prowadzenie zajęć z treningu zastępowania agresji TZA,
- rozszerzenie monitoringu na terenie budynku szkoły i boiska, zatrudnienie firmy ochroniarskiej w celu zwiększenia bezpieczeństwa,
- wprowadzenie procedur odbioru dzieci młodszych ze szkoły przez rodziców i uprawnionych opiekunów.

Działania i zmiany wprowadzone na skutek realizacji programu pozytywnie wpływają na społeczność szkolną, funkcjonowanie szkoły oraz promocję placówki w środowisku lokalnym, są powszechnie akceptowane i wszyscy chętnie w nich uczestniczą.

Mimo zadowalających wyników naszej pracy, będziemy kontynuować, uatrakcyjniac i promować dotychczasowe działania, aby nadal dbać o zdrowie psychiczne, zdrowe odżywianie i kondycję fizyczną całej społeczności szkolnej.

VI. MOCNE STRONY SZKOŁY W ZAKRESIE TWORZENIA SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE.

Nasza szkoła realizując program Szkoła Promująca Zdrowie znacznie wzmocniła swoją pozycję w zakresie promocji zdrowia i zwiększyła świadomość dbania o zdrowie i dobre samopoczucie członków społeczności szkolnej.

Sukces szkoły w zakresie promocji zdrowia to przede wszystkim jej **mocne strony** w realizacji programu w różnych obszarach zdrowia. Najważniejsze z nich to:

- podejmowanie różnorodnych działań prozdorotnych angażujących całą społeczność szkolną: uczniów, nauczycieli, rodziców i pracowników niepedagogicznych oraz różnego rodzaju instytucje lokalne, które cechowała kreatywność, cykliczność, systematyczność działań oraz dostosowanie ich do potrzeb szkoły,

- przeprowadzenie diagnozy środowiska szkolnego w zakresie działań promujących zdrowie fizyczne i psychiczne oraz klimatu społecznego szkoły, a także diagnozy potrzeb społeczności szkolnej w zakresie promocji zdrowia,
- korelacja działań z Koncepcją Pracy Szkoły, corocznie przygotowywanym Szkolnym Programem Wychowawczym oraz Szkolnym Programem Profilaktyki,
- poprawa klimatu społecznego szkoły,
- wzrost satysfakcji rodziców z możliwości udziału w życiu szkoły,
- zmniejszenie występowania zjawiska przemocy i agresji wśród uczniów,
- zwiększenie udziału pracowników niepedagogicznych w działaniach prozdrowotnych szkoły,
- poprawa infrastruktury szkoły poprzez np. budowę nowego boiska, dwóch nowych placów zabaw oraz szkolnych przestrzeni edukacyjnych,
- wzrost świadomości całej społeczności szkolnej dbania o własne zdrowie fizyczne i psychiczne,
- integracja społeczności szkolnej i środowiska lokalnego,
- promocja szkoły w środowisku lokalnym, jako placówki promującej zdrowy styl życia,
- efektywna współpraca z różnego rodzaju instytucjami lokalnymi oraz fundacjami działającymi na rzecz zdrowia,
- włączenie szkoły do Mazowieckiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie w kwietniu 2014 roku.

Koncepcja Szkoły Promującej Zdrowie jest znana i akceptowana przez całe środowisko szkolne, działania w ramach programu zaś są systematycznie realizowane na wielu płaszczyznach życia szkoły. Zaangażowani są w jej tworzenie nie tylko nauczyciele, ale też uczniowie, pracownicy niepedagogiczni oraz rodzice. Nad przebiegiem działań czuwa powołany **zespół do spraw promocji zdrowia**.

VII. WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI ORAZ ŚRODOWISKIEM LOKALNYM W ZAKRESIE DZIAŁAŃ PODEJMOWANYCH ZGODNIE Z IDEAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE

Nasza szkoła prowadzi szeroko pojętą edukację zdrowotną w odniesieniu do rodziców w zakresie założeń programu Szkoła Promująca Zdrowie. Rodzice naszych uczniów chętnie uczestniczyli w większości działań prozdrowotnych oraz w przeprowadzanej ewaluacji tych działań.

Współpraca szkoły z rodzicami w zakresie promocji zdrowego stylu życia obejmowała:

- **zapoznanie rodziców z koncepcją**, założeniami i propozycjami realizacji programu;
- **przygotowanie rodzicom ulotek i folderów informacyjnych** na temat promocji zdrowia i programu Szkoła Promująca Zdrowie;
- **udział rodziców w diagnozie i autoewaluacji** podejmowanych działań prozdrowotnych w szkole; nauczyciele i wychowawcy klas systematycznie poruszali tematykę prozdrowotną na godzinach wychowawczych oraz na bieżąco informowali o wszelkich działaniach z zakresu promocji zdrowia podejmowanych w naszej szkole;
- **udział rodziców w szkolnych i dzielnicowych imprezach promujących zdrowie m.in.:**
 - Tydzień chleba w szkole,
 - Dzielnicowy Dzień Zdrowego Jedzenia,
 - Warszawski Dzień Zdrowego Jedzenia,
 - Prozdrowotny Festyn Rodzinny, Festyn Rodzinny na wesoło,
 - w uroczystości podsumowującej działania programu w naszej szkole,
 - we wszystkich klasowych działaniach promujących zdrowie;
- udział rodziców w spotkaniach w ramach tzw. **Klubu Rodzica**;
- aktywny **udział rodziców w Sejmikach edukacyjno-sportowych** organizowanych we współpracy ze Szkołą Podstawową nr 206, prowadzenie zajęć sportowych przez rodziców,
- **udział rodziców w spotkaniach z ciekawymi ludźmi** np. z Andrzejem Supronem, Otylią Jędrzejczak;
- **udział rodziców w realizacji programu „Szkoła współpracy**. Uczniowie i rodzice kapitałem społecznym nowoczesnej szkoły oraz w realizacji programu Szkoła aktywna w społeczności.



W realizacji programu Szkoła Promująca Zdrowie oraz w działaniach promujących zdrowie fizyczne i psychiczne nasza szkoła korzystała również z pomocy instytucji działających na rzecz edukacji i promocji zdrowia oraz współpracowała z następującymi podmiotami środowiska lokalnego:

- **Wydziałem Edukacji i Wychowania Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy** – współpraca w zakresie organizacji imprez i realizacji programów oraz projektów prozdrowotnych,
- **Wydziałem Sportu i Rekreacji Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy** – współpraca w zakresie organizacji imprez sportowych,
- **Centrum Edukacji Obywatelskiej** – współpraca przy realizacji programu W-F z klasą,
- **Strażą Miejską i Stołeczną Policją** – zajęcia z zakresu profilaktyki bezpieczeństwa, spotkania z przedstawicielami w/w grup zawodowych, realizacja programów np. „Bezpieczeństwo w sieci”, „Moje pierwsze kroki ze Strażą Miejską”,
- **Strażą Pożarną** – organizacja pogadanek i warsztatów,
- **Sanepidem** – realizacja programów profilaktycznych np. „Nie pal przy mnie proszę”, „Znajdź właściwe rozwiązanie”, „Dzieciaki sieciaki” oraz zapewnianie społeczności szkolnej higienicznych warunków pracy,
- **Schola-Medem** – współpraca w zakresie działalności pielęgniarki szkolnej oraz przeprowadzaniem pomiarów zdrowotnych podczas festynów rodzinnych,
- **Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną** – współpraca w zakresie diagnozowania trudności uczniów, pomoc psychologiczno-pedagogiczna, prowadzenie terapii,
- **Ośrodkiem Opieki Społecznej** – współpraca w zakresie organizacji pomocy uczniom znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej,
- **Ośrodkiem Sportu i Rekreacji Targówek i UKS „Pirania Targówek”** – wspólna organizacja imprez sportowych oraz rozwijanie zainteresowań, tworzenie klas sportowych o profilu pływackim,
- **Ogrodem Jordanowskim, Bibliotekami Publicznymi, Domami Kultury „Świt”, „Junona”, „Jowisz”** – współpraca w zakresie organizacji imprez kulturalnych i konkursów.
- W realizacji programu pomagali też:
 - **specjaliści szkolni:** psycholog, pedagog, terapeuta pedagogiczny, logopeda, nauczyciele wspomagający w klasach integracyjnych,
 - **pielęgniarka szkolna,**
 - **koordynator miejskiego oraz dzielnicowego programu ekologicznego,**

- **firmy wspomagające realizację programu: Gastro-Team** - realizacja projektu „Kuchnie świata”, **Kupiec** – realizacja programu prozdrowotnego, **Adam-Pol** – prowadzenie warsztatów, włączenie się w organizację Tygodnia warzyw i owoców, realizacja założeń akcji „Owoce i warzywa w szkole”.

W realizację programu i promocję zdrowia zaangażowani zostali również partnerzy zewnętrzni, wśród których wyróżnia się współpraca z:

- Fundacją „**Dzieci niczyje**” – współpraca w zakresie pomocy pedagogicznej i psychologicznej,
- Fundacją „**Dobre życie**” – współpraca przy organizacji „Tygodnia chleba w szkole”,
- Fundacją „**Synapsis**” – współpraca w zakresie pomocy psychologicznej,
- Fundacją „**Szansa**” – realizacja programu „Z szansą wsparcie na stracie”,
- Fundacją **Banku Ochrony Środowiska** – organizacja festynu rodzinnego „Czas na zdrowie” oraz udział w konferencjach organizowanych przez różne instytucje we współpracy z BOŚ,
- **Zakładem Transfuzjologii Klinicznej** – organizacja punktu pobrań krwi do banku na potrzeby zakładu na Prozdrowotnym Festynie Rodzinnym,
- Fundacją **ABCXXI „Cała Polska czyta dzieciom**” – współpraca w organizacji działań w ramach programu „Czytające szkoły”,
- **uczelniami wyższymi:** Uniwersytetem Warszawskim, Uniwersytetem Kardynała Stefana Wyszyńskiego - stwarzanie dobrego klimatu dla studentów, dobrej bazy ćwiczeniowej,
- **Stowarzyszeniem „Integracja**” – organizacja spotkań z p. Piotrem Pawłowskim, prezesem stowarzyszenia,
- **Szkołą Tańca** – współpraca przy organizacji pokazów tanecznych, udział naszych uczniów w zajęciach.

We współpracy z instytucjami lokalnymi oraz fundacjami zorganizowane zostały też spotkania i prelekcje z ciekawymi ludźmi, wśród których m.in. znaleźli się:

- **Burmistrz Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy p. Sławomir Antonik,**
- p. dietetyk **Danuta Gołębowska**, która uczestniczyła w Prozdrowotnym Festynie Rodzinnym,
- **Grzegorz Łapanowski** i jego „**Szkoła na widelcu**” – warsztaty zdrowego jedzenia
- **Andrzej Supron** – znany polski zapaśnik,

- **Otylia Jędrzejczak** – znana polska pływaczka,
- **Grzegorz Siódmiak** – były polski piłkarz ręczny,
- **Piotr Pawłowski** – prezes Stowarzyszenia Integracja,
- **Monika Kuszyńska** – niepełnosprawna polska piosenkarka,
- **Zbigniew Wyganowski** – absolwent naszej szkoły, niepełnosprawny szermierz,
- **rodzice wykonujący zawody związane z promocją zdrowia:** kucharz, policjantem, piekarz,
- przedstawiciele firmy **Schola-Med** – pomiar ciśnienia tętniczego i poziomu cukru w organizmie podczas festynów prozdrowotnych,
- **autorzy książek dla dzieci** m.in. p. Liliana Fabisińska, p. Hanna Kowalska-Pamięta w bibliotece szkolnej; Rafał Witek, Rafał Lasota w Bibliotece Publicznej nr 40 dla dzieci i młodzieży w ramach akcji „Cała Polska czyta dzieciom” w celu stwarzania dobrego klimatu i wspólnego spędzania wolnego czasu.





VIII. UDZIAŁ NAUCZYCIELI, PRACOWNIKÓW NIEPEDAGOGICZNYCH, UCZNIÓW I RODZICÓW W SZKOLENIACH Z ZAKRESU TEMATYKI ZDROWOTNEJ.

Jednym z ważnych zadań w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie było odpowiednie przygotowanie całej społeczności szkolnej z zakresu podstaw tworzenia oraz koncepcji programu, a także udział nauczycieli, pracowników niepedagogicznych, uczniów i rodziców w szkoleniach, prelekcjach i warsztatach z zakresu tematyki prozdrowotnej.

Cała społeczność szkolna uczestniczyła w następujących formach dzielenia się wiedzą z zakresu zdrowia:

1. Szkolenia dla koordynatorów programu Szkoła promująca Zdrowie:

- szkolenie przeprowadzone przez Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli na temat „**Rola i zadania szkolnego koordynatora Szkoły Promującej Zdrowie**” (luty 2013r.), w którym uczestniczył szkolny koordynator do spraw promocji zdrowia, gdzie zdobył odpowiednią wiedzę na temat wdrożenia programu w szkole;
- szkolenie przeprowadzone przez Ośrodek Rozwoju Edukacji na temat „**Szkoła promująca Zdrowie – tworzenie lokalnych strategii służących zwiększaniu zasobu szkół promujących zdrowie**” (październik 2015r.), które pozwoliło świadomie podsumować starania naszej szkoły o certyfikat.

2. Szkolenia rady pedagogicznej:

a) szkolenie rady pedagogicznej, na którym zostały przekazane informacje dotyczące zasad wdrożenia programu oraz została podjęta uchwała rady dotycząca karty zgłoszeniowej do programu (kwiecień 2011r.)

b) szkolenie rady pedagogicznej przez zespół do spraw promocji zdrowia, na którym zostały przekazane informacje w postaci materiałów pisemnych oraz prezentacji multimedialnej zawierającej podstawowe informacje z okresu przygotowawczego, przeprowadzonych badań i rekomendacji na przyszłe lata (czerwiec 2013r.);

c) tematyczne rady szkoleniowe zorganizowane dla nauczycieli, dotyczące następujących tematów prozdrowotnych:

- **„Praca z dzieckiem dyslektycznym”** (listopad 2011r.);
- **„Praca z uczniem z ADHD”** (październik 2012r.);
- **„Organizacja systemu pomocy psychologiczno-pedagogicznej”** (luty 2012r.);
- **„Przemoc w rodzinie ucznia”** (październik 2013r.);
- **„Bezpieczeństwo w szkole”** (październik 2014r.);
- **„Mocne i słabe strony naszych uczniów”** (maj 2014r.);
- **„Jak oceniać, aby wspierać rozwój ucznia – ocenianie kształtujące w służbie nauczyciela i ucznia”** (wrzesień 2015r.);
- **„Cyberprzemoc”** (październik 2015r.);
- **„Dysleksja – symptomy w kolejnych okresach rozwojowych oraz ćwiczenia usprawniające”** (listopad 2015r.);
- **„Środki przymusu bezpośredniego” w ramach programu „Bezpieczna szkoła”** (kwiecień 2016r.).

3. Prozdrowotne szkolenia zewnętrzne dla nauczycieli.

a) Prozdrowotne szkolenia zewnętrzne organizowane przez różnorodne instytucje szkoleniowe:

- konferencja inauguracyjna projekt **„Akademia zdrowego ucznia”** (październik 2012r.);
- **„Identyfikowanie i przeciwdziałanie dyskryminacji w szkole”** (październik 2012r.) - szkolenie w ramach Warszawskiego Programu Przygotowań przed Mistrzostwami Europy w Piłce Nożnej UEFA EURO 2012 przeprowadzone przez Biuro Edukacji m.st. Warszawy;
- **„Wybrane tańce latynoamerykańskie”** (grudzień 2012r.) – warsztaty metodyczne przeprowadzone przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;

- **„W krainie zabawy – propozycje kreatywnych zabaw dla dzieci”** (luty 2013r.) – warsztaty metodyczne przeprowadzone przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Seminarium nt. zasad prawidłowego odżywiania i przeciwdziałania problemowi otyłości wśród dzieci i młodzieży”** (marzec 2013r.) – szkolenie zorganizowane w ramach programu „Akademia Zdrowego Ucznia”;
- **„Zielone miejsca Warszawy” (maj 2013r.)** – kurs doskonalący przeprowadzony przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Biegaj z uśmiechem”** (wrzesień 2013r.) – warsztaty metodyczne przeprowadzone przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Klimat. Człowiek. Edukacja.”** (październik 2013r.) – konferencja zorganizowana przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Standardy prozdrowotnego systemu żywienia w szkołach”** (grudzień 2013r.) – konferencja zorganizowana przez Fundację Banku Ochrony Środowiska i „Szkołę na widelcu”;
- **„Zimowe szaleństwo – narciarstwo zjazdowe”** (styczeń 2014r.) – kurs doskonalący przeprowadzony przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Zimowe szaleństwo – narciarstwo zjazdowe”** (styczeń 2014r.) – kurs doskonalący przeprowadzony przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Dbam o zdrowie”** (luty 2014r.) - kurs doskonalący przeprowadzony przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Wybrane zagadnienia z ekologii i ochrony środowiska”** (maj 2014r.) – szkolenie przeprowadzone przez Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli;
- **„Między kalectwem a niepełnosprawnością. Jak nauczyciel WF może przyczynić się do aktywizacji uczniów z deficytami motorycznymi”** (październik 2014r.) – konferencja zorganizowana przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Nauczyciel pierwszym ogniwem zwiększenia bezpieczeństwa uczniów”** (listopad 2014r.) – seminarium zorganizowane przez Fundację Prometeusz w ramach IV Konkursu Szkół Podstawowych z pomocy przedmedycznej „Pięć złotych minut”;
- **„Znajdź właściwe rozwiązanie”** (grudzień 2014r.) – szkolenie dotyczące realizacji programu przeprowadzone przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w m.st. Warszawie;

- **„Nie pal przy mnie, proszę”** (grudzień 2014r.) – szkolenie dotyczące realizacji programu przeprowadzone przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w m.st. Warszawie;
- **„WF z klasą”** (grudzień 2014r.) – spotkanie lokalne zorganizowane przez Centrum Edukacji Obywatelskiej w ramach programu;
- **„Wykorzystanie metody Alexandra w radzeniu sobie w sytuacjach stresowych”** (wrzesień 2015r.) – warsztaty metodyczne przeprowadzone przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Radzenie sobie ze stresem”** (marzec 2015r.) – kurs przeprowadzony przez Specjalistyczne Centrum Edukacji EDU-MACH;
- **„Radzenie sobie z trudnym zachowaniem uczniów”** (marzec 2015r.) – kurs przeprowadzony przez Specjalistyczne Centrum Edukacji EDU-MACH;
- **„Uczyć i zrozumieć dziecko z Zespołem Aspergera”** (kwiecień 2015r.) – konferencja zorganizowana przez MAC;
- **„Bezpieczny Internet: w domu i w szkole”** (październik 2015r.) – konferencja zorganizowana przez Fundację Odkrywców Innowacji;
- **„Fitness terapeutyczny dla dzieci”** (październik 2015r.) – warsztaty terapeutyczno-muzyczne przeprowadzone metodą „Dyscyplina bez nakazów”;
- **„Polityka ochrony dzieci przed krzywdzeniem”** (styczeń 2016r.) - szkolenie przeprowadzone przez Fundację Dzieci Niczyje”;
- **„Praca z dzieckiem wycofanym i nieśmiałym w edukacji wczesnoszkolnej”** (styczeń 2016r. – konferencja zorganizowana przez MAC;
- **„Interwencja w przypadku przemocy rówieśniczej”** (luty 2016r.) - szkolenie przeprowadzone przez Fundację Dzieci Niczyje”;
- **„Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w Internecie”** (luty 2016r.) - szkolenie przeprowadzone przez Fundację Dzieci Niczyje”;
- **„Wyznaczniki zjawiska braku tolerancji, dyskryminacji osób z niepełnosprawnością”** (marzec 2016r.) – udział oraz wygłoszenie referatu na V Międzyuczelnianej Konferencji Doktorantów „Pedagodzy i psychologowie wobec wyzwań edukacyjnych. Warsztat młodego badacza”;
- **„W trosce o bezpieczeństwo ucznia na zajęciach WF, technicznych i edukacji dla bezpieczeństwa”** (marzec 2016r.) – konferencja zorganizowana przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;

- **„Współpraca z rodzicami”** (kwiecień 2016r.) – kurs doskonalący przeprowadzony przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń;
- **„Terapia muzyką klasyczną i ruchem. Wybryki w rytmie klasyki”** (kwiecień 2016r.) – warsztaty przeprowadzone metodą „Dyscyplina bez nakazów”.

4. Szkolenia organizowane dla rodziców:

a) zapoznanie z ideą programu, przedstawienie prezentacji z okresu przygotowawczego na **zebraniach rady rodziców** oraz przekazanie istotnych zadań programu na **zebraniach z rodzicami**.

b) **prelekcje dla rodziców** m.in. na temat:

- **„Praca z dzieckiem dyslektycznym”** (listopad 2011r.);
- **„Organizacja systemu pomocy psychologiczno-pedagogicznej”** (luty 2012r.);
- **„Wpływ zdrowego odżywiania na funkcjonowanie dziecka z ADHD”** (październik 2013r.);
- **„Być rodzicem na miarę naszych czasów”** (marzec 2013r.);
- **„Gotowość dziecka do podjęcia nauki”** (kwiecień 2013r. 2014r.);
- **„Dopalacze”** (kwiecień 2016r.);
- **„Doradztwo zawodowe”** (marzec 2016r.).

5. Szkolenia Wszechnicy edukacyjnej dzielnicy Targówek m.st. Warszawy.

Od kilku lat **nauczyciele, pracownicy administracji i obsługi oraz rodzice** uczniów naszej szkoły aktywnie uczestniczą w prelekcjach i wykładach organizowanych w ramach projektu **„Wszechnica edukacyjna Targówka”**. W okresie realizacji programu odbyły się następujące wykłady promujące zdrowie:

- **„Dziecko w świecie nowych uzależnień”** (wrzesień 2011r.) – wykład prof. dr hab. Mariusza Jędrzejko;
- **„Jak wspierać ucznia zdolnego w szkole i w domu”** (październik 2011r.) – wykład prof. dr hab. Anny Izabeli Brzezińskiej;
- **„Przez żołądek do zdrowego serca - zdrowie nasze i naszych dzieci zależy od nas samych”** (styczeń 2012r.) wykład Małgorzaty Desmond;
- **„Dziecko trudne w szkole i w domu”** (marzec 2012r.,) – wykład Piotra Sebastiana Ślusarskiego;

- „**Jak wychowywać dzieci, aby uchronić je przed uzależnieniami**” (maj 2012r.) – wykład Roberta Rutkowskiego;
- „**Młodzież poszukująca - socjopedagogiczne tło współczesnych zaburzeń i uzależnień**” (październik 2012r.) – wykład prof. dr hab. Mariusza Jędrzejko;
- "**Moje dziecko - po czym poznać, że dzieje się coś złego**" (listopad 2012r.) – wykład Iwony Stachowiak;
- „**Psychomanipulacje**” (styczeń 2013r.) – wykład Andrzeja Wronki;
- "**Jak alkohol może zmienić życie Twojego dziecka?**" (wrzesień 2013r.) – wykład Iwony Stachowiak;
- „**Inteligencja emocjonalna a sukces ucznia**" (czerwiec 2013r.) – wykład dr Katarzyny Martowskiej;
- "**Zasady prawidłowego żywienia. Czy warto zmieniać nawyki żywieniowe?**" (maj 2013r.) – wykład dr inż. Danuty Gajewskiej;
- „**O roli dobrych emocji w wychowywaniu**" (kwiecień 2013r.) – wykład prof. dr hab. Stefana Mieszalskiego;
- "**Jak alkohol może zmienić życie Twojego dziecka?**" (wrzesień 2013r.) - wykład Iwony Stachowiak;
- „**Rola rodziców w wychowywaniu seksualnym ich dzieci**" (październik 2013r.) - wykład prof. dr hab. med. Zbigniewa Lwa-Starowicza;
- "**Wychowanie - co to jest?**" (luty 2014r.) - wykład Doroty Zawadzkiej - psychologa rozwojowego;
- "**Porozmawiajmy o dzieciach i młodzieży: współczesne zagrożenia i szanse**" (styczeń 2014r.) - wykład prof. dr hab. Jacka Kurzepy;
- "**Zdrowy start w nowym roku szkolnym – rola rodziców i szkoły w kształtowaniu zdrowego trybu życia**" (wrzesień 2014r.) - wykład dr n. med. Piotra Grygłasa;
- "**Agresja rówieśnicza - co działa, co nie działa, a co szkodzi w profilaktyce?**" (czerwiec 2015r.) - wykład prof. dr hab. Jacka Pyżalskiego;
- "**Depresja u dzieci i młodzieży**" (listopad 2015r.) - wykład prof. nadzw. dr hab. n. med. Łukasza Świącickiego;
- "**Sztuka przetrwania, jako narzędzie osobotwórcze. Survival – wychowanie i terapia**" (marzec 2016r.) – wykład Krzysztofa J. Kwiatkowskiego.

6. Edukacja zdrowotna uczniów naszej szkoły:

- zapoznanie uczniów z ideą programu na **godzinach wychowawczych** oraz **apelach**;
- aktywne uczestnictwo uczniów we wszystkich **działaniach promujących zdrowie**: projektach, szkoleniach, imprezach szkolnych i dzielnicowych, akcjach promujących zdrowie, zajęciach sportowych, spotkaniach z ciekawymi ludźmi: policjantami, strażakami, sportowcami itp.;
- realizacja zagadnień z edukacji zdrowotnej oraz promocji zdrowego stylu życia przekazywane były uczniom podczas cotygodniowych zajęć, w których uczestniczyli **liderzy promocji zdrowia** - jeden uczeń z każdej klasy na poziomie klas IV-VI. Zajęcia prowadził nauczyciel wychowania fizycznego według wcześniej przygotowanego programu. Liderzy promocji zdrowia na zajęciach zdobywali odpowiednią wiedzę na temat zdrowego stylu życia oraz dobrego samopoczucia w szkole i poza nią, a następnie przekazywali tę wiedzę koleżankom i kolegom w swojej klasie. Zadaniem liderów było również przygotowywanie wszelkich informacji o programie Szkoła Promująca Zdrowie na comiesięczne apele, które w skrócie przedstawiali wszystkim uczniom oraz nauczycielom;
- treści z zakresu edukacji zdrowotnej zostały również włączone do **realizacji programów nauczania z wielu przedmiotów**:
 - edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna,
 - przyroda,
 - wychowanie do życia w rodzinie,
 - wychowanie fizyczne,
 - zajęcia artystyczne;
- udział uczniów w **prelekcjach i spotkaniach z ciekawymi ludźmi**, podczas których poruszana była tematyka prozdrowotna, prowadzonych przez: Straż Miejską, Straż Pożarną, Policję Stołeczną, firmę Ele-Taxi, firmę Adam-Pol, „Szkołę na widelcu”.

IX. OPIS ZADAŃ SZKOLNEGO KOORDYNATORA ORAZ HARMONOGRAM PRAC SZKOLENIO ZESPOŁU DO SPRAW PROMOCJI ZDROWIA.

Realizacja programu Szkoła Promująca Zdrowie wymaga systematycznej, intensywnej i zaangażowanej w cały proces pracy. Tworzenie podstaw oraz droga do certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie to proces długofalowy, którego głównym założeniem jest dokonywanie zmian w całej społeczności szkolnej i otaczającym ich środowisku mających na celu promowanie zdrowego stylu życia. Tylko wspólne zaangażowanie dyrektora szkoły, nauczycieli, uczniów, pracowników niepedagogicznych oraz rodziców, może spowodować, by cały proces przebiegał prawidłowo, efektywnie i twórczo.

Nad całością procesu tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie w naszej szkole czuwał powołany w tym celu **zespół do spraw promocji zdrowia** oraz **szkolny koordynator promocji zdrowia**.

Zadania koordynatora:

- utrzymywanie kontaktu z Wojewódzkim Koordynatorem programu,
- ukończenie szkolenia na temat tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie oraz udział w szkoleniach prozdrowotnych przez cały czas realizacji programu,
- przekazanie informacji na temat realizacji programu nauczycielom,
- zgłoszenie placówki do wojewódzkiej sieci Szkół Promujących Zdrowie,
- stworzenie zespołu do spraw promocji zdrowia,
- kierowanie pracą szkolnego zespołu do spraw promocji zdrowia,
- inicjowanie, organizowanie i koordynowanie prac związanych z promocją zdrowia w szkole,
- współudział w kształceniu pracowników szkoły w zakresie promocji zdrowia,
- rozwijanie własnych umiejętności, współdziałanie z całą społecznością szkolną,
- przedstawienie radzie pedagogicznej prezentacji z działalności zespołu oraz realizacji programu w okresie przygotowawczym, a także działań prozdrowotnych w szkole,
- koordynowanie działań przygotowawczych do uroczystości podsumowującej realizację programu oraz monitorowanie przebiegu imprezy,
- opracowywanie dokumentacji oraz sprawozdań z realizacji programu w szkole,
- dbanie o prawidłowy przebieg wszystkich działań prozdrowotnych oraz badań w zakresie autoewaluacji programu.

Zadania zespołu do spraw promocji zdrowia:

- opracowanie planów działań w zakresie programu Szkoła Promująca Zdrowie w tzw. okresie przygotowawczym oraz we wszystkich latach realizacji programu,
- przeprowadzenie badań wstępnych, mających na celu diagnozę stanu wyjściowego szkoły w zakresie zdrowia oraz badań dotyczących klimatu społecznego szkoły (analiza ankiet, określenie problemów priorytetowych),
- przeprowadzenie ewaluacji okresu przygotowawczego oraz autoewaluacji programu,
- przeprowadzenie konkursu na logo, hasło i maskotkę Szkoły Promującej Zdrowie,
- opracowywanie raportu z działalności naszej szkoły w okresie przygotowawczym oraz w latach przynależności do sieci szkół promujących zdrowie,
- aktywna współpraca z całą społecznością szkolną podczas przygotowywania wszystkich działań promujących zdrowie na terenie szkoły oraz dzielnicy,
- przygotowanie uroczystości podsumowującej realizację programu w naszej szkole.

Wszystkie działania w zakresie programu były omawiane i planowane podczas comiesięcznych spotkań zespołu, który przez wszystkie lata czuwał nad prawidłowym przebiegiem systemowych zadań wyznaczonych w ramach programu.

X. DZIELENIE SIĘ WIEDZĄ I DOŚWIADCZENIEM Z INNYMI SZKOŁAMI W ZAKRESIE TWORZENIA SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE.

Nasza szkoła podczas realizacji programów prozdrowotnych oraz organizacji działań promujących zdrowie chętnie dzieliła się doświadczeniem z innymi szkołami. W ramach dzielenia się dobrą praktyką z nauczycielami oraz uczniami innych szkół przeprowadzone zostały następujące działania:

- udział naszej szkoły w **III Wojewódzkiej Konferencji Szkół Promujących Zdrowie** w ramach dzielenia się dobrymi praktykami. Na konferencji nasza szkoła wystąpiła z prezentacją „Powiedz stresowi NIE” dostarczając nowych pomysłów szkołom z całego województwa w zakresie promowania zdrowia,

- prezentacja na temat walki ze stresem na **Forum Zdrowia na Targówku**, nasza szkoła dzieliła się doświadczeniem w zakresie promocji zdrowia z innymi szkołami Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy,
- **stały kontakt ze szkołami Dzielnicy Targówek** w zakresie współpracy mającej na celu promowanie zdrowia w dzielnicy,
- podjęcie intensywnej współpracy ze **Szkołą Podstawową nr 82 na Bemowie**, która polegała na aktywnej współpracy z koordynatorami do spraw promocji zdrowia, wymianie informacji, własnymi doświadczeniami oraz uczestnictwie w imprezach promujących zdrowie. Koordynatorzy ze szkoły z Bemowa wraz z uczniami uczestniczyli w obchodach dzielnicowego Dnia Zdrowego Jedzenia w naszej szkole oraz Prozdrowotnym Festynie rodzinnym. Nasi uczniowie zaś wraz z opiekunami uczestniczyli w: obchodach Międzynarodowego Dnia Tolerancji, obchodach Szkolnego Dnia Promocji Zdrowia pod hasłem „Zdrowo, smacznie, kolorowo na sportowo”.
- **udział w międzyszkolnych imprezach prozdrowotnych** - wymiana doświadczeń,
- **organizacja uroczystości podsumowującej realizację programu**, w której uczestniczyli przedstawiciele szkół Targówka, korzystając z naszych doświadczeń w ramach realizacji programu.

W ramach działań prozdrowotnych nasza szkoła uczestniczyła w różnorodnych inicjatywach międzyszkolnych na terenie Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy oraz ze szkołami z innych dzielnic. Aktywna współpraca i działalność prozdrowotna z innymi szkołami polegała na:

- **wymianie informacji** w zakresie promocji zdrowia,
- **udziale w konkursach promujących zdrowy styl życia** i dobre samopoczucie oraz stwarzających możliwość rozwijania uzdolnień uczniów,
- udziale uczniów, nauczycieli innych szkół i absolwentów szkoły w **przedstawieniach przygotowywanych przez szkolnego reżysera**,
- organizacji „**Sejmików edukacyjnych dla szkół Dzielnicy Targówek** m.in. pod hasłem „Sportowa rodzina”, „Sportowe Mikołajki”,
- uczestnictwie razem z innymi szkołami w **działaniach prozdrowotnych na terenie dzielnicy: Dzielnicowych Dniach Zdrowego Jedzenia, Artystycznym Targówku**, podczas którego zaprezentowane zostały uzdolnienia naszych uczniów i stworzono ciepłą atmosferę wzajemnej współpracy, w **Sejmiku edukacyjno-sportowym** we współpracy z pobliską

Szkołą Podstawową nr 206, gdzie uczniowie mieli możliwość wzięcia udziału w zawodach sportowych promujących zasady zdrowej rywalizacji.

XI. PROMOCJA DZIAŁAŃ NASZEJ SZKOŁY Z ZAKRESU TWORZENIA SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE.

Promocja działań prozdrowotnych oraz działań programu Szkoła Promująca Zdrowie odbywała się poprzez:

- **organizację imprez środowiskowych** np. Prozdrowotny Festyn Rodzinny oraz Festyn rodzinny na wesoło, w którym wzięli udział również absolwenci naszej szkoły, organizację Dzielnicowych Dni Zdrowego Jedzenia, zawodów sportowych dla środowiska lokalnego,
- udział w **salonach edukacyjnych** na terenie dzielnicy z jednoczesną prezentacją osiągnięć prozdrowotnych,
- prowadzenie **kroniki szkoły promującej zdrowie**,
- wykonanie **folderów informacyjnych** dla gości oraz dla rodziców,
- **gromadzenie dokumentacji** z realizacji projektów edukacyjnych i prozdrowotnych,
- **wykonywanie zdjęć** z poszczególnych działań promujących zdrowie,
- przygotowywanie prezentacji multimedialnych o tematyce prozdrowotnej,
- wykonywanie **plakatów promujących zdrowie**,
- przygotowywanie wystaw okolicznościowych podczas imprez prozdrowotnych,
- umieszczanie informacji na temat działań prozdrowotnych w kronice szkoły,
- zamieszczanie wszystkich istotnych informacji o realizacji programu **na stronie internetowej szkoły w zakładce Promocja Zdrowia**. Przez wszystkie lata realizacji programu na bieżąco zamieszczane były na niej informacje o szkolnych działaniach prozdrowotnych w postaci planów, notatek, sprawozdań oraz zdjęć. Zakładka Szkoła Promująca Zdrowie w szkolnej stronie internetowej zawsze była najlepszym źródłem dostarczającym wszelkiego rodzaju potrzebne informacje dotyczące promocji zdrowia w naszej szkole.

Ważnym elementem realizacji działań prozdrowotnych w szkole była ogólnoszkolna prezentacja sukcesów i osiągnięć w zakresie promowania zdrowego stylu życia i stwarzania dobrego klimatu. Nasze sukcesy w zakresie promocji zdrowia fizycznego i psychicznego prezentowane były poprzez:

- prezentację działań naszej szkoły podczas **uroczystości podsumowującej realizację programu** Szkoła Promująca Zdrowie dnia 13 maja 2016r.,
- prezentację dotychczasowego dorobku w zakresie promocji zdrowia na **III Wojewódzkiej Konferencji Szkół Promujących Zdrowie** w kwietniu 2015r. oraz wystąpienie i prezentacja na temat „Powiedz stresowi – NIE” podczas Dzielnicowego **Forum Zdrowia na Targówku** również w kwietniu 2015r.,
- uroczyste **podsumowanie konkursów tematycznych**,
- prezentacja osiągnięć uczniów na **Festynach Rodzinnych**,
- przygotowywanie prezentacji multimedialnych na **spotkaniach z rodzicami**,
- prezentacja wytworów uczniów podczas szkolnych i dzielnicowych **Dni Dobrego Jedzenia**,
- organizacja stoisk podczas **salonów edukacyjnych organizowanych przez szkoły Dzielnicy Targówek**,
- **organizacja imprez sportowych** i udział w zawodach dzielnicowych i warszawskich, organizacja działań integrujących społeczność szkolną np. spotkania okolicznościowe, udział w akcji „Czytający rodzice”, Festyn Rodzinny i inne,
- prezentowanie naszych sukcesów w sprawozdaniach z realizacji poszczególnych programów i projektów prozdrowotnych.

XII. DOKUMENTACJA Z PRZEBIEGU PRACY W RAMACH PROGRAMU DOSTĘPNA W SZKOLE.

1. Dokumentacja z realizacji projektów edukacyjnych i prozdrowotnych.
2. Foldery informacyjne.
3. Zdjęcia z poszczególnych działań promujących zdrowie.
4. Kronika szkoły i kroniki klasowe.
5. Prezentacje multimedialne.
6. Plakaty.
7. Teczka dokumentująca działania zespołu do spraw promocji zdrowia w ramach programu.

XIII. SPIS ZAŁĄCZNIKÓW:

1. Arkusze zbiorcze z autoewaluacji dwóch standardów.
2. Prezentacja z działań związanych z realizacją problemów priorytetowych w ramach programu ze wszystkich lat aplikowania o certyfikat (płyta CD)
3. Folder informacyjny.