

## A. Część wstępna planowania

Priorytetem w naszej szkole były zawsze działania mające na celu kształtowanie postaw sprzyjających zdrowiu. Idea **Szkoły Promującej Zdrowie** stała się, więc ważnym elementem programu pracy dydaktyczno - wychowawczej. Od najmłodszych lat kształcimy i utrwalamy nawyki prozdrowotne, uczymy odpowiedzialności za własne zdrowie. Podejmujemy działania dla poprawy zdrowia i samopoczucia całej społeczności lokalnej.

### 1. Problem priorytetowy do rozwiązania:

**„Nieprzestrzeganie przez niektórych uczniów norm społecznych w szkole”**

#### a) Krótki opis problemu priorytetowego

W wyniku przeprowadzonej diagnozy środowiska szkolnego w poprzednim roku szkolnym, w maju 2022 r. zaobserwowano:

- „**wg niektórych uczniów w szkole występują niezadowalające normy społeczne na lekcjach, przerwach”.**

Z przeprowadzonych ankiet w II sem. roku szkolnego 2022/2023 wśród uczniów klas VII wynika, że w szkole istnieje przemoc psychiczna w postaci złośliwych żartów. **Aż 20 uczniów, czyli 60% wskazuje, że w szkole dochodzi do dokuczania, przezywania, ośmieszania, dokuczania. Natomiast 18 uczniów czyli 54%, zauważają osoby pozostawione na uboczu.**

#### Uzasadnienie wyboru priorytetu

- Na podstawie wyników **ankiet** przeprowadzonych wśród uczniów zespół ds. SzPZ podjął decyzję o wyborze problemu „Nieprzestrzeganie norm społecznych w szkole” jako zadaniu priorytetowym na rok szkolny 2022/2023 (duża częstość występowania danego zjawiska, szczególnie jego uciążliwość dla społeczności szkolnej).

## **2. Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:**

- Niezadawalająca znajomość praw i obowiązków ucznia oraz norm społecznego zachowania się obowiązujących w szkole.
- Brak kultury osobistej niektórych uczniów.
- Niewłaściwa komunikacja interpersonalna wśród uczniów.
- Brak motywacji dla zachowań prospołecznych.

## **3. Rozwiązania dla usunięcia przyczyn/y problemu:**

- 1) Zapoznanie uczniów z regulaminem obowiązującym w szkole – prawami i obowiązkami ucznia oraz konsekwencjami ich nieprzestrzegania.
- 2) Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych uczniów i radzenia sobie bez agresji i przemocy.
- 3) Wzmacnianie - nagradzanie pozytywnych i prospołecznych zachowań uczniów.

**B. Plan działań  
w okresie 2023/2024**

**1. CEL: Przestrzeganie norm społecznych w szkole.**

**2. Kryterium sukcesu:**

- co najmniej 75% uczniów klas IV – VIII respektuje normy społeczne, stosuje zasady kultury osobistej w codziennych kontaktach rówieśniczych,
- zna i przestrzega regulaminy funkcjonujące w szkole. Poprawnie komunikuje się z rówieśnikami.

**3. Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):**

**a) Co wskaże, że osiągnięto cel?**

Liczba informacji zwrotnych w ankiecie (80%) i z wywiadów (80%) potwierdzających respektowanie norm społecznych w szkole przez uczniów.

**b) Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?**

Narzędzia: formularze ankiet „Klimat w mojej szkole” i kwestionariusze wywiadów z pracownikami szkoły i rodzicami uczniów w II semestrze (maj) w roku szkolnym 2023/2024.

**c) Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?**

Termin – maj 2024

Kto sprawdzi? – lider zespołu promującego zdrowie



|   |  |  |   |  |  |   |
|---|--|--|---|--|--|---|
| <p>2. Zorganizowanie zajęć rozwijających <b>umiejętności komunikacyjne</b> uczniów bez agresji i przemocy.</p>                        | <p>95% wszystkich uczniów uczestniczy w zajęciach,<br/><br/>75% (35 osób) nauczycieli dostrzeże lepszą komunikację między uczniami i mniej przypadków agresji słownej.</p> | <p>I i II semestr – lekcje wychowawcze w klasach, dyskusje, burze mózgów. praca w grupach nt. budowania właściwych relacji między rówieśnikami; uczenie zasad komunikacji społecznej, ćwiczenia ich wykorzystania w praktyce.<br/><br/>„Dbamy o kulturę języka – gazetka szkolna</p> | <p>wrzesień/październik 2023<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>październik 2023</p>  | <p>specjaliści z MPPP, pedagog, psycholog szkolny, pedagog specjalny<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>Gospodarz Szkoły wraz z SU 1-8</p>         | <p>kolorowanki, rebusy, prezentacje multimedialne<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>.</p> | <p>Obserwacje zachowań na przerwach, w czasie zajęć po za lekcjami – nauczyciele, pracownicy niebędący nauczycielami<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>ewaluacja po II semestrze – lider zespołu</p> |
| <p>3. Działania podejmowane w celu eliminowania niepożądanych zachowań : <b>rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem</b></p> | <p>95% uczniów uczestniczy w zajęciach.<br/><br/>75% (35 osób) nauczycieli dostrzeże lepsze radzenie sobie uczniów w sytuacjach stresowych- częstsze stosowanie</p>        | <p>klasy 1-8:<br/><br/><b>Warsztaty:</b><br/><br/>1) „Jak radzić sobie ze stresem”.<br/>Radzenie sobie z negatywnymi emocjami i stresem.<br/><br/>2) Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego.<br/><br/>3) Opieranie się presji grupy - kształtowanie poczucia własnej wartości i</p>     | <p>.<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>październik/listopad 2023<br/><br/><br/><br/>10.10.2023<br/><br/><br/><br/>cały rok szkolny 2023/2024</p> | <p><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>pedagog, psycholog,<br/><br/><br/><br/>SU klas 1-8, Gospodarz szkoły<br/><br/><br/><br/>wychowawcy klas</p> | <p>Opracowane scenki dramy, materiały biurowe.</p>   | <p>Zapisy o odbytych zajęciach w dziennikach lekcyjnych, dokumentacji pedagoga, frekwencja na zajęciach.<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>Ewaluacja po II semestrze– lider zespołu.</p>             |

|   |   |  |                            |   |  |  |
|---|---|--|----------------------------|---|--|--|
|   | różnych skutecznych i pożądanых metod radzenia sobie ze stresem w szkole. | asertywności młodzieży.<br><br>4) „Asertywność sztuka mówienia NIE . Sposoby odmawiania by nie ranić drugiej osoby”.   | cały rok szkolny 2023/2024 | pedagog szkolny, psycholog szkolny<br><br>nauczyciele wdż, pedagog szkolny, psycholog szkolny |  |  |
| <b>4. Działania mające na celu wzmocnienie zdrowia fizycznego i psychicznego. Zdrowo – sportowo nie nerwowo.</b><br><br>1) Budowanie więzi grupowej uczniów klas i wspólnoty szkolnej |   | <b>1) zajęcia integracyjne w kl. 1-8:</b><br><br>„Bądź kumplem, nie dokuczaj”.<br><br>"Dobre maniery czy są potrzebne? Czy dobre wychowanie ułatwia Nam życie?"<br><br>"Znaczenie przyjaźni w życiu człowieka"<br><br>"Sposoby rozwijania i podtrzymywania przyjaźni".<br><br><b>2) Zajęcia wychowawcze: (tematy do wyboru wg potrzeb klasy) X/IV :</b><br>Realizacja niektórych tematów zajęć – „Spójrz | cały rok szkolny 2023/2024 | wychowawcy klas, pedagog, psycholog   |  |  |

|  |  |   |  |   |  |  |
|--|--|---|--|---|--|--|
|  |  | <p>inaczej”:</p> <p><b>Kl.4</b><br/> <b>Trudne uczucia – złość</b><br/> <b>Jak możemy sobie radzić</b><br/> <b>sobie ze złością</b></p> <p>Kl. 5<br/> Opanowywanie złości</p> <p><b>Kl.6</b><br/> <b>Namawianie</b><br/> <b>Co to jest konflikt – sposoby</b><br/> <b>rozwiązywania konfliktów</b></p> <p>Kl.7<br/> Jak wyrażamy swoją złość<br/> Dostrzeganie swoich mocnych<br/> stron</p> <p>Kl.8<br/> Kiedy się złościmy?</p> <p><b>Kl. 4</b><br/> <b>Kiedy jest mi smutno? Jak</b><br/> <b>sobie radzę ze smutkiem?</b><br/> <b>Jak sobie radzić z przemocą?</b></p> <p>Kl. 5<br/> Kiedy czuję się samotny?<br/> Jak radzić sobie z negatywnym<br/> myśleniem?</p> | <p>Październik – kwiecień</p> <p>Wrzesień – kwiecień</p> | <p>Wychowawcy klas<br/>4-8</p> <p>Pedagog szkolny</p> |  |  |
|--|--|---|--|---|--|--|

|  |  |  |  |   |   |   |
|--|--|--|--|---|---|---|
|  |  | <p>Kl. 6<br/><b>Pomaganie tym, którzy doznają dokuczanie</b><br/><b>Uczymy się odmawiać</b></p> <p>Kl. 7<br/>Jak sobie radzić z naciskami innych?<br/>Co innego mówimy, a co innego robimy</p> <p>Kl. 8<br/>Jak radzić sobie ze stresem?</p>   |  |   |   |   |
| <p>4. Działania podejmowane w celu wzmocnienia pozytywnych i prospołecznych zachowań.</p> <p>1) Promowanie postawy życzliwości wśród uczniów</p> | <p>85% uczniów uczestniczy w zajęciach,</p> <p>85% uczniów identyfikuje się z klasą i szkołą</p> | <p><b>Działania prospołeczne:</b></p> <p>1) Światowy Dzień Uśmiechu. Śmiech to zdrowie, rozluźnia i odstresowuje. Poznanie 19 rodzajów uśmiechu.</p> <p>2) „Tydzień uprzejmości” – właściwe zachowanie względem innych osób, zachęcanie uczniów do niesienia pomocy innym (np. starsze dzieci pomagają młodszym), używania zwrotów grzecznościowych.</p> | <p>pierwszy piątek października 2023 (6.10)</p> <p>grudzień 2023</p> | <p>SU 1-8, Gospodarz szkoły</p> <p>SU 1-8, Gospodarz Szkoły</p> | <p>Rodzaje uśmiechów</p> <p>Gazetka, drama</p> <p>pisaki, kartki, rebusy,</p> | <p>fotorelacja z zajęć i imprez zamieszczona na stronie WWW</p> <p>Obserwacje zachowań na przerwach, w czasie zajęć po za lekcjami – nauczyciele, pracownicy niebędący nauczycielami.</p> |



|  |  |  |   |  |                     |   |
|--|--|--|---|--|---------------------|---|
|  |  | <p>3) „Każdy inny - wszyscy równi” - Postawy uprzejmości i uczynność wobec kolegów z niepełnosprawnością”</p> <p>Dzień Świadomości Autyzmu,</p> <p>Światowy Dzień Zespołu Downa,</p> <p>Międzynarodowy Dzień Osób z Niepełnosprawnościami. W tym osoby słabowidzące i słabosłyszące</p> <p><b>Działania prozdrowotne:</b></p> <p>1) 8.XI.2023 – „Moje Śniadanie daje moc”.</p> <p>2) "Wiem co jem" – szkodliwość spożywania słodkich i słonych artykułów spożywczych.</p> <p>3) Wspólne śniadania w klasie.</p> <p>4) Energetyki – przyjaciel czy wróg</p> | <p>cały rok szkolny 2022/2023</p> <p>2.04.2024</p> <p>21.03.2024</p> <p>3.12.2023</p> <p>listopad 2023</p> <p>cały rok szkolny 2023/2024</p> <p>cały rok szkolny 2023/2024</p> <p>wrzesień/październik 2023</p> | <p>SU 1-8, wychowawcy klas 1-8, Gospodarz szkoły</p> <p>wychowawcy klas 1-8</p> <p>SU kl. 1-8, wychowawcy klasy 1-8, gospodarz szkoły</p> <p>Klasy 1-4</p> <p>SU 1-8, wychowawcy klas 1-8,</p> | <p>kolorowanki.</p> | <p>Gazetka w holu szkolna</p> <p>fotorelacja z „Śniadania daje moc” zamieszczona na stronie WWW</p> |
|--|--|--|---|--|---------------------|---|

|  |  |   |               |  |  |   |
|--|--|---|---------------|--|--|---|
|  |  | 6) Rajd Nordic Walking dla każdego. Zaproszenie społeczność szkolną wraz z rodzinami na rajd z kijkami. | Kwiecień 2024 | Anna Matukin – Pakuszyńska,<br>Katarzyna Jędrzejewska, |  | Fotorelacja zamieszczona na stronie WWW |
|--|--|---|---------------|--|--|---|

Opracował zespół SPZ – lider Anna Matukin – Pakuszyńska