

Sprawozdanie z realizacji zadań w ramach Programu Szkoła Promująca Zdrowie za rok szkolny 2022/2023.

W roku szkolnym 2022 – 2023 zrealizowany były następujące zadania:

Profilaktyka zdrowotna- promowanie zdrowego stylu życia.

- Udział w V Ogólnopolskim Programie Profilaktyki - prowadzenie pogadank profilaktycznych na temat chorób nowotworowych, ich zapobieganiu i profilaktyce na lekcjach biologii i funkcjonowania osobistego i społecznego.
- Stworzenie możliwości utrzymywania higieny na terenie szkoły – zapewnienie mydła i papieru toaletowego w ubikacjach.
- Zabezpieczenie w środki dezynfekujące i odkażające przy wejściu do szkoły.
- Systematyczna obserwacja higieny osobistej uczniów prowadzona przez nauczycieli, współpraca ze środowiskiem rodzinnym ucznia.
- Organizacja posiłków w stołówce szkolnej zgodnie z zaleceniami GIS.
- Przeprowadzenie cyklu zajęć z wychowawcą na temat zdrowego odżywiania (zdrowa kanapka, surówka), jak również zachęcanie uczniów do przynoszenia na drugie śniadanie warzyw i owoców (zwrócenie uwagi na ilość spożywanych cukrów i tłuszczów w jedzeniu), picie wody i unikanie napojów słodzonych.
- Udział w akcji „Światowy dzień sprzątania świata”.
- Przygotowanie gazetek ściennych:
 - „Jak się prawidłowo odżywiać?”

- „Dlaczego warto być aktywnym?”
- „Jak zorganizować sobie czas wolny?”.
- Uczestnictwo i organizacja projektu „Śniadanie na dobry początek”.
Projekt realizowany we w ramach Europejskiego Dnia Śniadań oraz współpracy z Fundacją ING Dzieciom.
- Realizacja Projektu „Środa – pijemy napoje bez cukru” wśród uczniów, nauczycieli oraz pracowników szkoły.
- Realizacja projektu „Ekologika”.
- W naszej szkole realizowano innowacje o tematyce prozdrowotnej:
 - ” Wiem co jem, zdrowo się odżywiam”
 - „Kącik herbaciany”
 - „Jestem Ekoedukatorem na medal.”
 - „Znam parki i ogrody w Katowicach”.
- Wdrożenie projektu „Podpaski w szkole dla każdej dziewczyny”.
 - Umieszczanie podpasek w toaletach dla dziewczyn
 - Przeprowadzenie zajęć na temat menstruacji oraz aspektu ekologicznego związanego z menstruacją.
- Uczestnictwo w akcji „Różowa skrzyneczka”.
- Zajęcia i warsztaty w Śląskiej Wyższej Szkole Medycznej w Katowicach - „Jak dbać o siebie i innych?”
- Systematyczna obserwacja higieny osobistej uczniów prowadzona przez nauczycieli, współpraca ze środowiskiem rodzinnym ucznia.
- W ramach akcji „Bezpieczny uczeń w środowisku”:
 - zdobywanie wiedzy na temat zasad ewakuacji w szkole,
 - prelekcje z udziałem Straży Miejskiej.

Rozwijanie zainteresowań uczniów.

- W ramach zajęć rozwijających zainteresowania realizowaliśmy następujące zajęcia:

- Zajęcia rozwijające zainteresowania - komputerowe.
- Zajęcia rozwijające zainteresowania - taneczne.
- Zajęcia rozwijające zainteresowania - sportowe.
- Zajęcia rozwijające zainteresowania - majsterkowanie.
- Zajęcia rozwijające zainteresowania - artystyczne.
- Uczestnictwo w grze w Symulatorze Wodnym. Jak dbać o wodę i naszą planetę? Eko Edukator na Medal.
- Lekcja z ZUSem- lekcja otwarta – gry planszowe.
- Zajęcia edukacyjne w ramach programu, „SzeF dla młodych talentów”.
- Pomoc przy organizacji Metropolitalnej Wigilii dla samotnych w MCK w Katowicach.
- Uczestnictwo w Gali „Jaskółek”.
- Zorganizowanie konkursów:
 - „Wiem, co jem” dotyczącym zasad zdrowego odżywiania się i estetycznego podawania posiłków.
 - „Smacznie, zdrowo, kolorowo”
 - Konkurs czytelniczy „Wakacje z Korczakiem.

Ruch w szkole.

- Organizacja w szkole „Turnieju piłki nożnej”.
- Uczestnictwo w Ogólnopolskich zawodach piłki nożnej w Gnieźnie.
- Organizacja zajęć poza salą lekcyjną (w terenie) - cały rok szkolny.
- Organizacja zawodów sportowych z badmintona.
- Organizacja zawodów sportowych z tenisa stołowego.
- Organizacja zawodów sportowych z rzucanki siatkarskiej.
- Organizacja zajęć poza salą lekcyjną (w terenie) - cały rok szkolny.
- Uczestnictwo w meczu w Dwa Ognie – Mowa Jedności i Przyjaźni z drużyną Polichromu.
- Zorganizowano wycieczki:

- wycieczka do Palmiarni w Gliwicach
- wyjście do ZOO
- wycieczka do „Zagrody żubrów”
- wycieczka krajoznawcza do Wrocławia
- wycieczka do „Ogrodów Kapias”
- wycieczka na Szyndzielnię
- Wycieczka edukacyjno - wolontaryjna „Dzień Aktywności Fizycznej” do Nadleśnictwa w Katowicach.
- Organizacja integracyjnego pikniku.

Nasze zdrowie psychiczne.

- Uczestnictwo w trzeciej edycji przeglądu „Kino Dobrych Emocji”.
- Uczestnictwo w obchodach „Międzynarodowego Dnia Praw Dziecka”.
- Wsparcie psychologiczne dla uczniów i ich rodziców poprzez: spotkania, warsztaty, rozmowy i konsultacje indywidualne.
- Organizacja wyjść szkolnych do kina, teatru, biblioteki, muzeum - cały rok szkolny.
- Uczestnictwo w spotkaniach z pracującymi absolwentami szkoły oraz z przedstawicielami zawodów.
- „Stop otyłości dziecięcej”- szkolenie online przeznaczone dla nauczycieli i rodziców.