

A. Część wstępna planowania

1. Problem priorytetowy do rozwiązania:

Zbyt wysokie natężenie hałasu, niezdrowe odżywianie dzieci oraz zmniejszona sprawność fizyczna.

a) **Krótki opis problemu priorytetowego**

Hałas, niezdrowe odżywianie oraz zauważalna zmniejszona sprawność fizyczna jest problemem w naszej szkole.

b) **Uzasadnienie wyboru priorytetu**

Na podstawie przeprowadzonych ankiet, obserwacji określiliśmy priorytety:

- obniżenie poziomu hałasu, który źle wpływa na samopoczucie uczniów i pracowników szkoły
- zmniejszenie ilości spożywania niezdrowych posiłków podczas przerw
- ogólne podniesienie sprawności fizycznej dzieci

2. Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:

1. Nieprzestrzeganie regulaminów szkolnych.
2. Młodszy wiek szkolny uczniów, co powoduje zwiększenie zapotrzebowania na ruch
3. Niska świadomość wpływu niezdrowych produktów na zdrowie dzieci..
4. Niedojrzałość emocjonalna uczniów.
5. Zbyt mała ilość ruchu w czasie wolnym.

3. Rozwiązania dla usunięcia przyczyny problemu:

Podniesienie poziomu świadomości uczniów oraz osób dorosłych w zakresie indywidualnej i zbiorowej odpowiedzialności za dokonywanie wyborów w zakresie zdrowego żywienia, utrzymania higieny osobistej, oraz utrzymania ogólnej sprawności fizycznej.

Włączenie rodziców w realizację zadań wynikających z priorytetów Szkoły Promującej Zdrowie.

B. Plan działań
w okresie rok szkolny 2018/2019, 2019/2020, 2020/2021

1. CEL: Zmniejszenie hałasu, zwiększenie świadomości zdrowego odżywiania, podniesienie sprawności fizycznej dzieci.

2. Kryterium sukcesu:

Zmniejszenie hałasu w odczuciu osób przebywających w szkole o 30 %.

Poprawienie jakości odżywiania o 20 %.

Podniesienie ogólnej sprawności fizycznej o 30 %.

3. Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):

a) Co wskaże, że osiągnięto cel?

Wyniki ankiety, obserwacja zachowań uczniów podczas przerw.

Obserwacja posiłków przynoszonych z domu i spożywanych podczas przerw.

Obserwacja dzieci podczas zajęć wychowania fizycznego, podczas zabaw na świeżym powietrzu, podczas przerw.

b) Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?

Analiza wyników ankiety, wywiad, obserwacje, analiza dokumentacji szkolnej (e – dziennik)

c) Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?

Zespół do spraw promocji zdrowia w szkole, wychowawcy, maj- czerwiec 202

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/ termin realizacji	Wykonawcy/ osoba odpowiedzial na	Środki/ zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1. Zapoznanie społeczności szkolnej z priorytetem SzPZ w latach 2018-2021	Uczniowie, nauczyciele i rodzice znają priorytet SzPZ w latach 10.2018 - 06.2021 75 % rodziców uczestniczy w zebraniach	Przedstawienie na RP i podczas zebrań z rodzicami oraz na lekcjach z wychowawcami harmonogramu działań SzPZ w latach 10.2018-06.2021.	Listopad 2018	Zespół SzPZ Wychowawcy klas	Plan działania	Lista obecności RP i zebrań z rodzicami. Sprawozdania z zebrań.
2. Zapoznanie i przypomnienie uczniom regulaminów obowiązujących w naszej szkole (Regulamin spędzania przerw)	100% uczniów zapoznanych z regulaminami	Omówienie i debaty klasowe na temat regulaminu i zachowania się podczas przerw.	wrzesień 2018 wrzesień 2019 wrzesień 2020	Wychowawcy klas	Tekst regulaminu	Wpis w e-dzienniku
3. Zakładanie ogródków i warzywników klasowych oraz stworzenie warzywnika szkolnego.	Zachęcanie do spożywania warzyw z własnego ogródka. Wzmacnianie świadomości wpływu zbilansowanej diety na zdrowie dziecka -50 %	Założenie klasowych ogródków i szkolnego warzywnika.	Rok szkolny 2018/2019 i 2019/2020 2020/2021	Wychowawcy, intendentka, uczniowie.	Środki własne.	Obserwacja.
4. Udział w akcji „Odprowadzam Sam”	Promowanie aktywności fizycznej i wyrabianie zdrowych nawyków – 20 % (klasy 0)	Zachęcanie dzieci do spacerów, jazdy na rowerze i hulajnodze.	Rok szkolny 2018/2019 2019/2020 2020/2021	Uczniowie, rodzice, nauczyciele	Samodzielny Referat Projektów Unijnych i Zarządzania Mobilnością Urzędu Miasta Gdyni	Plakat-drzewko wraz z naklejkami.
5. Spędzanie przerw na świeżym powietrzu – szkolne atrium	90 % uczniów weźmie udział	Spacery wśród kwiatów.	2018-2021	Wychowawcy klas, inni nauczyciele	Atrium	Obserwacja

6. Zwiększanie współpracy nauczycieli z rodzicami	Angażowanie rodziców w akcje szkolne poprawiające bezpieczeństwo w szkole i niwelowanie hałasu na przerwach 45 %	Zakup przez Radę Rodziców gier ściennych na korytarze szkolne oraz gier chodnikowych na szkolnym placu zabaw. Gry będą aktywizowały dzieci do wyciszenia i bezpieczeństwa na przerwach.	Luty 2018 Marzec 2020	Rada Rodziców SP 45	Gry montowane na ścianę i malowane na chodniku.	Obserwacja
7. Udoskonalony kącik ciszy obok biblioteki szkolnej	Uczniowie podczas przerwy spędzają czas na czytaniu i oglądaniu książeczek odpowiednich do ich wieku 25 %	Wydzielenie strefy ciszy, oddzielenie szklaną ścianą od reszty korytarza. Wyposażenie w stoliki, krzeselka, worki sako, pufy, regały z książkami, materiałami plastycznymi, gramy planszowymi.,	Rok szkolny 2018/2019 i 2019/2020 2020/2021	Rada Rodziców, Dyrekcja szkoły, nauczyciele.	Środki własne	Obserwacja
8. Zainstalowanie bezstresowego dzwonka szkolnego.	Uczniowie nie reagują krzykiem na dzwonek bezstresowy, chętnie słuchają nowych melodii i się wyciszają – 80 %	Zakup i montaż dzwonka.	Październik, listopad 2019	Dyrekcja, Kierownik administracyjny	Środki własne	Obserwacja.
9. Przystąpienie do akcji „Poidelka w szkołach” PEWIK	Dzieci korzystają z poidelka, zmniejszając spożycie słodkich napojów – 60 %	Współpraca z PEWIK Gdynia	Rok szkolny 2019/2020	Dyrekcja, Kierownik administracyjny PEWIK	Środki własne	Obserwacja, rozmow8
10. Kąciki z grami	Uczniowie podczas przerwy grają w gry podłogowe i ścienne 50%.	Ustawienie i zaproponowanie dzieciom stolików z grami planszowymi, naklejenie na podłogę gier podłogowych.	Rok szkolny 2018/2019 2019/2020 2020/2021	Rada Rodziców, Zespół szkolny SzPZ	Środki własne	Obserwacja
11. Kącik wypoczynkowy	Uczniowie podczas przerw odpoczywają, leżą na kanapach 20 %.	Ustawienie kolorowych kanap, które zachęcają do odpoczynku, wspólnej rozmowy w zacisznym miejscu.	Rok szkolny 2018/2019 2019/2020 2020/2021	Rada Rodziców, nauczyciele	Środki własne	Obserwacja

12. Ściana tablica	Uczniowie twórczo spędzają czas na przerwie – malują, piszą zagadki, życzenia z różnych okazji 45%,	Odświeżenie dużej ściany farbą „tablicówką”	Rok szkolny 2018/2019 2019/2020 2020/2021	Rodzice, nauczyciele	Środki własne	Obserwacja
13. Wykonanie i umieszczenie piktogramów w toaletach dotyczące prawidłowego korzystania z ubikacji, umywalki, śmietnika, ręczników papierowych, mycia rąk.	100 % uczniów zapoznanych z tematem.	Wykonanie i umieszczenie piktogramów w wyznaczonych miejscach. Omówienie tematu dotyczącego zasad higieny osobistej.	Marzec 2019	Nauczyciele, Pedagog,	Piktogramy przygotowane przez nauczycieli.	Zwiększenie częstotliwości kontroli czystości w toaletach i na korytarzach przez obsługę.
14. Zwiększenie aktywności fizycznej dzieci poprzez udział w programach profilaktyczno-sportowych, udział w zawodach sportowych międzyszkolnych, organizację dni sportu w szkole.	100% uczniów	Udział dzieci w dniach sportu, zawodach.	Rok szkolny 2018/2019 2019/2020 2020/2021	Wszyscy nauczyciele	Środki własne	Obserwacja, listy uczestników w zawodach.