

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,
POSIADAJĄCEJ CERTYFIKAT WOJEWÓDZKI SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE**

RAPORT ZA OKRES OD 01 WRZEŚNIA 2015 roku DO 31 SIERPNIĄ 2016 roku

INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:

Pełna nazwa szkoły/placówki	Szkoła Podstawowa nr 2 im. gen. Tadeusza Kutrzeby w Gostyniu.
W przypadku zespołu szkół proszę wpisać, której szkoły dotyczy raport	-----
Adres	63-800 Gostyń, ul. Wrocławska 264
Gmina	Gostyń
Powiat	Gostyń
Telefon	(65) 572-04-95
Adres mailowy szkoły	sp2@gostyn.pl
Adres mailowy koordynatora	gizewskaewa@gmail.com
Strona www	http://www.sp2.gostyn.pl
Imię i nazwisko dyrektora	Waldemar Minta
Imię i nazwisko koordynatora	Ewa Giżewska
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	<ol style="list-style-type: none"> 1. nauczyciele: Maria Bilińska, Radosław Błazejczak Julita Juszczyk, Maria Pazoła, Małgorzata Ratajczak, Grzegorz Wosiak 2. rodzice: Arkadiusz Czabajski, Monika Piotrowiak – Kaczmarek 3. uczniowie: Zuzanna Wojtkowiak, Szymon Hajduk 4. pracownicy niepedagogiczni: Donata Kędziora, Beata Rogala 5. inne osoby:
Data otrzymania Certyfikatu Wojewódzkiego Szkoła Promująca Zdrowie	14 listopada 2012 roku

1. Plan działań w zakresie promocji zdrowia.

Dołączono plan w formie załącznika.

2. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.

W roku szkolnym 2015 / 2016 pracowaliśmy pod hasłem : „ **Zdrowo jemy, dobrze się czujemy!**”

PROBLEM PRIORYTETOWY: **Zdrowe nawyki żywieniowe.**

OPIS PROBLEMU: Zdrowe nawyki żywieniowe należy kształtować u dzieci już od najmłodszych lat, gdyż warunkują one prawidłowy sposób odżywiania w późniejszym wieku. Dlatego istotne jest wdrażanie strategii mających na celu zachęcanie do zdrowego stylu życia, zwalczanie epidemii otyłości oraz nakłanianie dzieci i całych rodzin do kształtowania zdrowej sylwetki .

Plan pracy SzPZ w roku szkolnym 2015/2016 został skonstruowany w oparciu o przeprowadzoną **diagnozę**(testy wiedzy dotyczące znajomości zasad zdrowego żywienia), **wnioski wynikające z rozmów przeprowadzonych z rodzicami, nauczycielami oraz pielęgniarką szkolną.**

Cele i zadania zawarte w Planie pracy SzPZ zostały ukierunkowane na utwalenie u dzieci prawidłowych nawyków związanych ze zdrowym odżywianiem oraz zdobycie i pogłębienie wiedzy dotyczącej zdrowego stylu życia. Podstawą planu były działania uwzględniające aspekty prozdrowotne wynikające ze stosowania właściwej diety, a także spożywania zdrowych posiłków w domu oraz w szkole.

Częstymi przyczynami występowania nieprawidłowości zdrowotnych jest bagatelizowanie zależności między prawidłową wagą ciała, aktywnością fizyczną i zasadami zdrowego żywienia. Wymienione czynniki powinny tworzyć spójną całość i wzajemnie się uzupełniać. Niewłaściwe nawyki żywieniowe oraz brak czynnego wypoczynku to negatywne przykłady zachowań osób dorosłych często naśladowane przez dzieci. Istotnym problemem utrudniającym stosowanie zdrowej diety jest również niska odporność, szczególnie młodych odbiorców, na perswazyjny wpływ reklam różnorodnych produktów. **Aby kształtować u dzieci właściwe nawyki żywieniowe, a zarazem przeciwdziałać utrwalaniu negatywnych i niepożądanych wzorców, opracowaliśmy szereg działań do zrealizowania w ramach planu pracy SzPZ w roku szkolnym 2015/16.**

Narzędzia użyte do diagnozy:

Miernikiem efektywności zaplanowanych działań był :

Test diagnozy dla uczniów, rodziców , nauczycieli i pracowników szkoły (wrzesień 2015).

- Test wiedzy dla rodziców dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.
- Test wiedzy dla uczniów klas 2-3 dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.
- Test wiedzy dla uczniów klas 4 - 6 dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.
- Test wiedzy dla nauczycieli i pracowników szkoły dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.

Wyniki diagnozy - wyłonione problemy:

W ankiecie przeprowadzonej **we wrześniu 2015r.** wzięło udział 45 uczniów wybranych losowo klas II i III , 46 uczniów klas IV–VI, 88 rodziców oraz 34 nauczycieli i pracowników szkoły.

Wszyscy respondenci odpowiadali na pytania zamknięte z zakresu znajomości zdrowego odżywiania oraz stosowania się do zaleceń dotyczących zdrowego trybu życia.

Wyniki ankiety dały pozytywny obraz wiedzy badanych wszystkich grup na temat zdrowego odżywiania. Można było więc wnioskować, że podobnie wygląda wprowadzanie tych zasad do życia codziennego. Dotyczyło to szczególnie prawidłowego komponowania posiłków, właściwej porcji warzyw i owoców w ciągu dnia, unikania fast-foodów, spożywania śniadania w domu oraz zabierania przez dzieci drugiego zdrowego śniadania do szkoły.

Jeżeli chodzi o wiadomości na temat ilości i częstotliwości spożywania posiłków w ciągu dnia, najbardziej świadomi okazali się nauczyciele i pracownicy szkoły, natomiast w pozostałych grupach objętych diagnozą widoczne były braki wiedzy w tym zakresie.

Patrząc na odpowiedzi dotyczące rangi owoców i warzyw w naszym jadłospisie, byliśmy pełni optymizmu, gdyż zdecydowana większość wszystkich badanych doskonale zdawała sobie sprawę z wartości tych produktów. Niestety, nawet dorośli ankietowani przyznali, że niewystarczająca jest ich wiedza na temat szkodliwości nadmiaru cukru i soli w codziennej diecie.

Test wykazał, że warto również uzupełnić wiedzę dotyczącą optymalnej ilości i jakości napojów wypijanych w ciągu dnia.

Podsumowując wyniki badania, stwierdzono, że uczniowie, rodzice, nauczyciele i pracownicy naszej szkoły wykazali się wiedzą na temat żywienia **w stopniu zadawalającym. Niemniej wiadomości z tego zakresu należało poszerzać, kształtować właściwe nawyki żywieniowe oraz promować korzystny dla zdrowia styl życia.**

Wyłonione problemy:

- Podniesienie poziomu świadomości uczniów oraz osób dorosłych w obszarze indywidualnej odpowiedzialności za dokonywanie wyborów w zakresie odżywiania oraz zdrowego stylu życia.
- Kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych oraz dbanie o higienę i estetykę spożywania posiłków.
- Włączanie rodziców w realizację zadań wynikających z priorytetu Szkoły Promującej Zdrowie.

PROBLEM PRIORYTETOWY: Kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych.

KRYTERIUM SUKCESU: Szkoła Promująca Zdrowie poprzez działania zawarte w planie pracy na rok szkolny 2015/2016 kształtuje zdrowe nawyki żywieniowe.

ADRESACI: Uczniowie, rodzice, nauczyciele i pracownicy Szkoły Podstawowej nr 2 w Gostyniu.

WRZESIEŃ

I. Zapoznanie społeczności szkolnej z priorytetem SzPZ w roku szkolnym 2015/2016

Kryterium sukcesu : Uczniowie, nauczyciele, pracownicy szkoły i rodzice znają priorytet SzPZ w roku szkolnym 2014/2015. Rodzice i uczniowie klas pierwszych znają koncepcję i strategię SzPZ.

Metody realizacji :

1. Gazetka w holu szkoły.
2. Przedstawienie na RP i podczas zebrań z rodzicami oraz na godzinach wychowawczych harmonogramu działań SzPZ na rok szkolny 2015 / 2016.

II. Diagnoza. Test dla uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły i rodziców.

Kryterium sukcesu : Uczniowie, nauczyciele, pracownicy szkoły i rodzice wypełniają anonimowy test dotyczący znajomości zasad zdrowego odżywiania.

Metody realizacji :

Udział uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły i rodziców w badaniu ankietowym.

III. Projekt rządowy „Bezpieczna i przyjazna szkoła”.

Kryterium sukcesu : W wyniku udziału w projekcie uczniowie poznają: nazwy i klasyfikację produktów żywnościowych, wartości odżywcze poszczególnych pokarmów, alternatywę dla ulubionych niezdrowych przekąsek i potraw, zagrożenia wynikające ze spożywania niezdrowego jedzenia, zasady zdrowego odżywiania.

Metody realizacji :

Udział uczniów - (2 przedstawiciele z każdej klasy) w wycieczce do Głuchowa na warsztaty kulinarne.

PAŹDZIERNIK

Zadania :

I. Akcja „Wspólne drugie śniadanie”.

Kryterium sukcesu : Uczniowie wiedzą, jak ważne dla zdrowia jest codzienne spożywanie drugiego śniadania. Uczniowie wspólnie z nauczycielem spożywają śniadanie szkolne w klasach lub innych pomieszczeniach w szkole.

Metody realizacji :

1. Gazetka w holu szkoły.
2. Udział uczniów klas 1-6 w zajęciach edukacyjnych dotyczących drugiego śniadania.
3. Wywiad sprawdzający, ilu uczniów w klasie zjadło w danym dniu śniadanie w domu oraz ile dzieci ma zdrowy posiłek w szkole.
4. Spożycie wspólnego drugiego śniadania.

II. Dzień Walki z Otyłością.

Kryterium sukcesu : Uczniowie wiedzą, że 24 października jest Dniem Walki z Otyłością.

Metody realizacji :

1. Gazetka w holu szkoły.
2. Pogadanki na temat otyłości przeprowadzone przez wychowawców na godzinach wychowawczych.
3. Ulotka - zasady zdrowego żywienia - dziesięć przykazań zdrowotnych.
4. Apel – 24 października - Dniem Walki z Otyłością.

III. Pomiar BMI .

Kryterium sukcesu : Uczniowie wiedzą, co to wskaźnik BMI.

Metody realizacji :

1. Przeprowadzenie na lekcjach wychowania fizycznego pomiarów masy ciała uczniów w stosunku do wzrostu.

LISTOPAD

I. Projekt rządowy „Bezpieczna i przyjazna szkoła”.

Kryterium sukcesu : Uczniowie posiadają wiedzę na temat konieczności wybierania produktów zdrowych i świeżych, a odrzucania potraw fastfoodowych, korzyści wynikających z picia wody, komponowania zdrowych posiłków, wybierania do codziennego jadłospisu owoców i warzyw oraz produktów mlecznych. Liderzy kulinarni umieją przekazać wiadomości i umiejętności kulinarne swoim rówieśnikom w klasie.

Metody realizacji :

1. Udział społeczności szkolnej w „Dniu kulinarnym w szkole”.

II. Akcja Dzień Zdrowego Śniadania: „Śniadanie daje moc”.

Kryterium sukcesu: Uczniowie wiedzą, jak powinien wyglądać najważniejszy pierwszy posiłek dnia; rozumieją, dlaczego jest tak ważny dla ich zdrowia.

Metody realizacji :

1. Gazetka w holu szkoły.
2. Przygotowanie przez uczniów i rodziców kolorowych wysp śniadaniowych z produktów mlecznych, warzyw, owoców i kanapek.

III. Szkolenie rodziców w zakresie tematyki dotyczącej zdrowego odżywiania.

Kryterium sukcesu: Udział rodziców uczniów klas 1-4 w prelekcji nt. „Wpływ zdrowego odżywiania na rozwój emocjonalny i intelektualny ucznia / dziecka”.

Metody realizacji : Szkolenie przeznaczone dla rodziców uczniów klas 1-4.

GRUDZIEŃ

I. Akcja „Jogurtowy dzień”.

Kryterium sukcesu: Popularyzacja wśród uczniów mleka i jego przetworów. 85% uczniów bierze udział w jogurtowym dniu.

Metody realizacji :

1. Gazetka w holu szkoły.
2. Wspólne zjedzenie jogurtów podczas przerwy śniadaniowej.

STYCZEŃ

I. Diagnozowanie nadwagi i otyłości. Omówienie i analiza zebranych pomiarów wzrostu i masy ciała.

Kryterium sukcesu: Uczniowie i nauczyciele znają wyniki pomiarów. Wiedzą, ile ważą i ile mierzą. Znają wskaźnik BMI.

Metody realizacji :

1. Anonimowa analiza wyników pomiarów.

LUTY

I. Realizacja Programu „Trzymaj formę”.

Kryterium sukcesu :

- Uczniowie znają zasady prawidłowego żywienia (Piramida Zdrowego Żywienia).
- Potrafią zakwalifikować produkty żywnościowe do właściwych grup.
- Rozumieją, dlaczego należy spożywać mniej lub więcej produktów z określonej grupy.

Metody realizacji :

1. Udział uczniów w realizacji elementów Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj formę!” . Udział w zajęciach : Woda jako centrum TALERZA ZDROWIA.

MARZEC

I. Realizacja Programu „Trzymaj formę”.

Kryterium sukcesu :

- Uczniowie wiedzą, jaki jest ich własny model żywienia (w tym regularność spożywania posiłków).
- Potrafią opracować zbilansowany jadłospis.
- Znają wartości kaloryczne poszczególnych produktów żywnościowych i zapotrzebowanie energetyczne organizmu w okresie dojrzewania (szacunkowy bilans energetyczny).

Metody realizacji :

1. Udział uczniów w realizacji elementów Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj formę!”
2. Udział uczniów w zajęciach: Czy masz wpływ na to, co jesz? „Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem”.

II. Udział uczniów klas 1-3 w Konkursie plastycznym „5 kolorów dobrej diety”.

Kryterium sukcesu :

- Uczniowie znają 5 kolorów dobrej diety.

Metody realizacji :

1. Udział uczniów w konkursie plastycznym „5 kolorów dobrej diety”.

KWIECIEŃ

- I. Wykonanie przez uczniów klas 1-6 plakatów „Śmietnik niezdrowych produktów”.**

Kryterium sukcesu :

- Podniesienie świadomości uczniów na temat niezdrowej żywności. Zwrócenie uwagi na właściwe odżywianie.

Metody realizacji :

1. Wykonanie prac plastycznych- plakatów mówiących o niezdrowych produktach.

MAJ

- I. Udział społeczności szkolnej w Europejskim Dniu Walki z otyłością.**

Kryterium sukcesu :

- Uczniowie znają definicję otyłości. Potrafią wymienić podstawowe przyczyny otyłości oraz jej konsekwencje.

Metody realizacji :

1. Zapoznanie społeczności szkolnej z treścią gazetki pod hasłem „Europejski Dzień Walki z Otyłością”.

CZERWIEC

- I. Ewaluacja. Test ewaluacyjny dla uczniów, nauczycieli i rodziców dotyczący zdrowego odżywiania.**

Kryterium sukcesu :

- Uczniowie, nauczyciele, pracownicy szkoły i rodzice wypełniają anonimowy test dotyczący znajomości zasad zdrowego odżywiania.

Metody realizacji :

1. Udział uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły i rodziców w badaniu ankietowym.
2. Opracowanie ewaluacji – zestawienie – wnioski i wykresy.
3. Zapoznanie RP z wnioskami dotyczącymi ewaluacji w zakresie edukacji zdrowotnej w ramach programu SzPZ „Zdrowe nawyki żywieniowe”.

REALIZACJA PROGRAMÓW I AKCJI ZWIĄZANYCH Z PRIORYTETEM SzPZ na rok szkolny

2015 / 2016 - CAŁY ROK

1. Realizacja Programu „Moje dziecko idzie do szkoły” .

Kryterium sukcesu :

- Rodzice i uczniowie kształtują m.in. prawidłowe nawyki żywieniowe.

Metody realizacji :

- Udział rodziców uczniów klas I w programie.

2. Realizacja Programu UE „Owoce i warzywa w szkole”.

Kryterium sukcesu :

- Uczniowie klas 1-3 chętnie spożywają w szkole owoce i warzywa oraz kształtują dobre nawyki żywieniowe.

Metody realizacji :

- Spożywanie 3 x w tygodniu świeżych warzyw i owoców.

3. Realizacja Programu ARR „Szklanka mleka”. Uczniowie klas 1-6 .

Kryterium sukcesu :

- Uczniowie, pijąc mleko, kształtują dobre nawyki żywieniowe oraz promują spożycie mleka i przetworów mlecznych.

Metody realizacji :

- Spożywanie przez uczniów klas 1-6 mleka i przetworów mlecznych.

Wszystkie założone w planie kryteria sukcesu zostały osiągnięte. Ewaluacja wskazuje na dodatnie różnice procentowe między wynikami ankiet z września 2015 i maja 2016 roku.

3. Monitoring podjętych działań.

Za monitorowanie podjętych działań odpowiedzialni byli koordynatorzy (członkowie Szkolnego Zespołu ds.SzPZ) miesięcznych zadań .

Sposoby monitorowania:

- Protokoły RP.
- Protokoły zebrań z rodzicami.
- Protokoły konkursów.
- Test diagnozy dla uczniów, rodziców , nauczycieli i pracowników szkoły (wrzesień 2015).
- Test ewaluacyjny dla uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników szkoły (maj 2016).
- Opracowana ewaluacja – zestawienie – wnioski i wykresy.
- Prace uczniów.

- Zestawienie wyników ankiety.
- Dokumentacja fotograficzna.
- Kontrola dokumentacji.
- Sprawozdania do Sanepid-u.
- Wpisy w dziennikach lekcyjnych.
- Miesięczne sprawozdania na stronie internetowej szkoły <http://www.sp2.gostyn.pl>

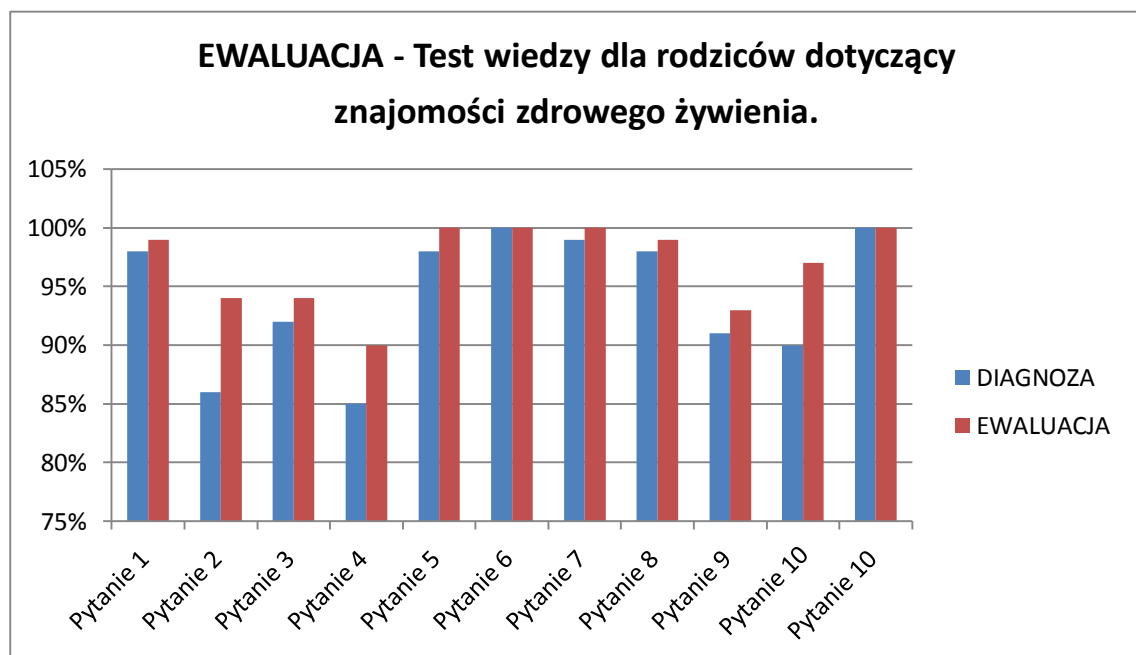
4. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań.

1. Sposób przeprowadzenia ewaluacji:

Miernikiem efektywności zaplanowanych działań były :

1. Test ewaluacyjny dla uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników szkoły (maj 2016).
 - Test wiedzy dla rodziców dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.
 - Test wiedzy dla uczniów klas 2 - 3 dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.
 - Test wiedzy dla uczniów klas 4 - 6 dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.
 - Test wiedzy dla nauczycieli i pracowników szkoły dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia

2. Wnioski z ewaluacji:



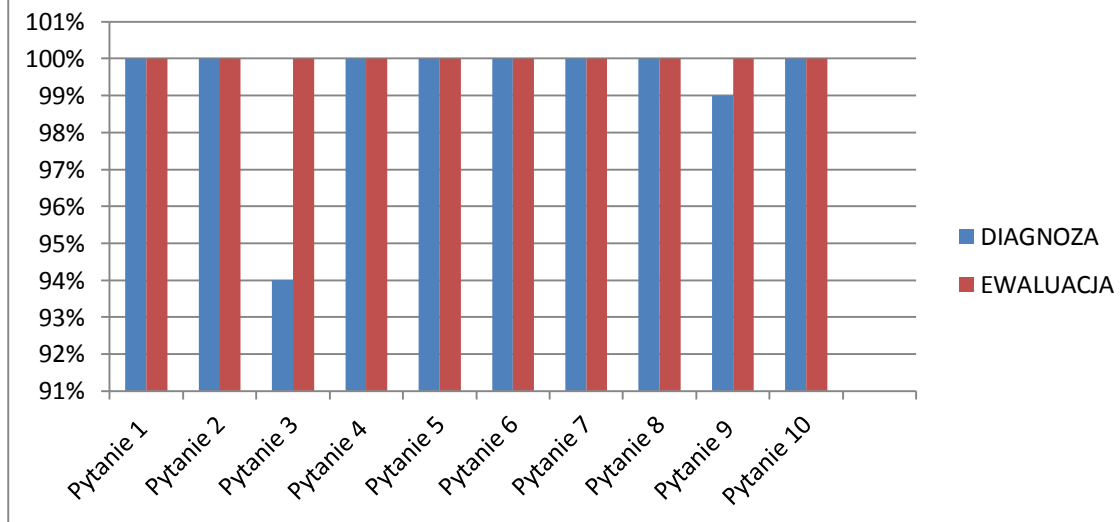
Pozytywne aspekty działań SzPZ :

- **98 % / 99 %** wie, że najważniejszą rolą w odżywianiu jest dostarczanie organizmowi składników odżywczych
- **86 % / 94 %** pamięta, że ciągu dnia należy spożywać 4-5 posiłków
- **92 % / 94%** ma świadomość, że posiłki należy spożywać o stałych porach
- **85 % / 90 %** wie, komu należy przygotować największą porcję na talerzu
- **98 % / 100 %** pamięta, że dokładne przeżuwanie i rozdrobienie pokarmu jest bardzo

ważną czynnością

- **100 % / 100%** ma świadomość, że najkorzystniej dla zdrowia ugasić pragnienie po dużym wysiłku fizycznym niegazowaną wodą mineralną
- **99% / 100%** wie, że większość warzyw i owoców należy jeść na surowo, gdyż zachowują najwięcej witamin
- **98 % / 99 %** pamięta, że nadmierne spożywanie cukru wpływa niekorzystnie na zdrowie
- **91% / 93%** wie, że nadmiar soli powoduje nadciśnienie i zatrzymywanie zbyt dużej ilości wody w organizmie
- **90 % / 97 %** potrafi wymienić produkty wartościowe pod względem żywieniowym
- **100 % / 100 %** odpowiedziało, że produktami źle wpływającymi na zdrowie i zachowanie człowieka są narkotyki , 99 % - alkohol i 87 % - papierosy.

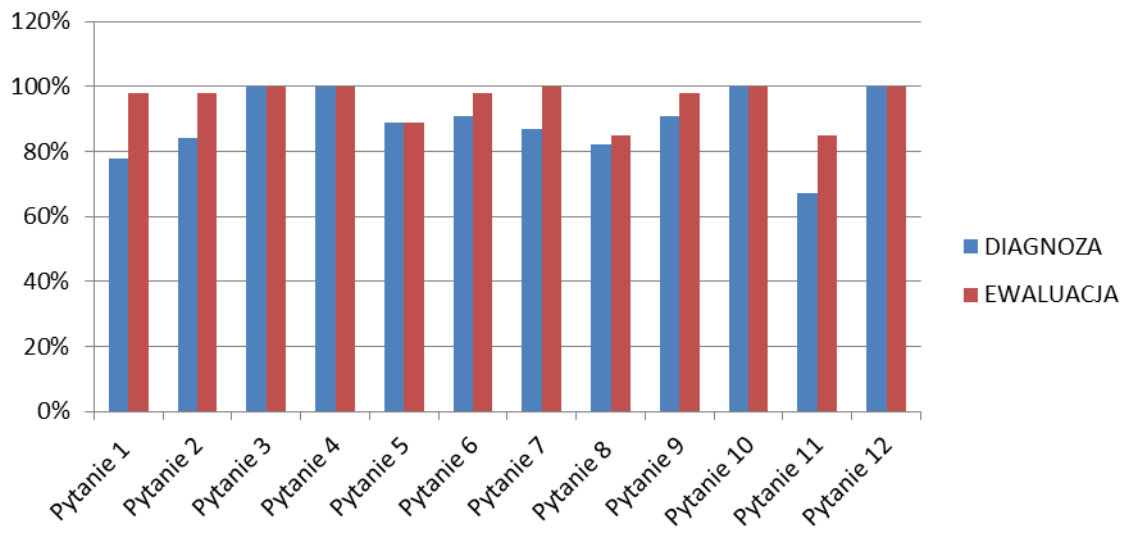
EWALUACJA-Test wiedzy dla nauczycieli i pracowników szkoły dotyczący znajomości zdrowego żywienia.



100 % nauczycieli i pracowników szkoły wie, że :

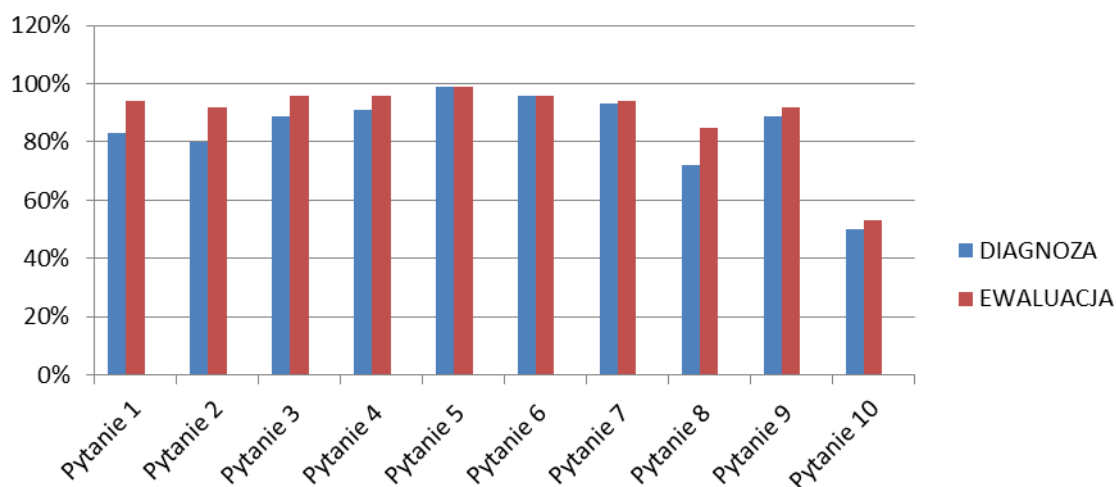
- najważniejszą rolę w odżywianiu jest dostarczanie organizmowi składników odżywczych
- w ciągu dnia należy spożywać 4-5 posiłków
- komu należy przygotować największą porcję na talerzu
- posiłki należy spożywać o stałych porach
- dokładne przeżuwanie i rozdrobnienie pokarmu jest bardzo ważną czynnością
- najkorzystniej dla zdrowia ugasić pragnienie po dużym wysiłku fizycznym niegazowaną wodą mineralną
- większość warzyw i owoców należy jeść na surowo, gdyż zachowują najwięcej witamin
- nadmierne spożywanie cukru wpływa niekorzystnie na zdrowie
- nadmiar soli powoduje nadciśnienie i zatrzymywanie zbyt dużej ilości wody w organizmie
- produktami źle wpływającymi na zdrowie i zachowanie człowieka są używki, takie jak narkotyki , alkohol i papierosy

DIAGNOZA i EWALUACJA -Test wiedzy dla uczniów klas 2-3 dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia .



- **78 % / 98 %** uczniów wie, że jabłko należy jeść ze skórką
- **84 % / 98 %** pamięta , że śniadanie jest najważniejszym posiłkiem w ciągu dnia
- **100 % / 100 %** uczniów ma świadomość, że prawidłowe odżywianie jest podstawą zdrowia
- **100 % / 100 %** wie, że powinni codziennie jeść warzywa i owoce
- **89% / 89%** zna pojęcie zdrowego stylu życia
- **91 % / 98%** wie, że warzywa i owoce przed spożyciem należy umyć pod bieżącą wodą
- **87 % / 100 %** uczniów wybrało wodę jako najzdrowszy napój dla dziecka
- **82 % / 85%** wie, że należy spożywać 4-5 posiłków w ciągu dnia
- **91 % / 98 %** zna najmniej kaloryczne warzywo
- **100 % / 100 %** uczniów potrafi wskazać, że owoce i warzywa zawierają gamę składników mineralnych i witamin
- **67 % / 85%** uczniów pamięta, ile wody należy wypić w ciągu dnia
- **100 % / 100 %** ma świadomość, że spożywanie zdrowej żywności ma wpływ na zdrowie człowieka.

DIAGNOZA i EWALUACJA - Test wiedzy dla uczniów klas 4-6 dotyczący znajomości zasad zdrowego żywienia.



- **83 % / 94 %** uczniów zna rolę odżywiania
- **80 % / 92 %** wie, że należy spożywać 4-5 posiłków w ciągu dnia
- **89 % / 96%** pamięta , że ostatni posiłek w ciągu dnia należy spożyć 2 godziny przed snem
- **91 % / 96%** potrafi wybrać najzdrowszy zestaw na drugie śniadanie
- **99 % / 99%** wie, że fast-foody są bezwzględnie niezdrowe
- **96 % / 96 %** ma świadomość, jaka czynność jest ważna dla dokładnego trawienia pokarmów
- **93 % / 94 %** wybrało niegazowaną wodę mineralną jako napój, który najkorzystniej gasi pragnienie
- **72 % / 85 %** wskazało śniadanie jako najważniejszy posiłek dnia
- **89 % / 92 %** posiada wiedzę o konieczności jedzenia na surowo większości warzyw i owoców
- **50 % / 53%** ocenia bardzo wysoko swoją wiedzę na temat zdrowego odżywiania, **37 % / 31%** wysoko i **13 % / 16 %** średnio.

3. Efekty podjętych działań :

KRYTERIUM SUKCESU: Szkoła Promująca Zdrowie poprzez działania zawarte w planie pracy na rok szkolny 2015/2016 kształtuje zdrowe nawyki żywieniowe .

Wszystkie założone w planie kryteria sukcesu zostały osiągnięte. Ewaluacja wskazuje na dodatnie różnice punktowe między wynikami ankiet z września 2015 i maja 2016 roku.

W czerwcu 2016r. w Szkole Podstawowej nr 2 w Gostyniu została przeprowadzona ewaluacja w zakresie edukacji zdrowotnej w ramach programu SzPZ „**Zdrowe nawyki żywieniowe**”.

Diagnozowani uczniowie losowo wybranych klas 2-6, rodzice oraz nauczyciele i pracownicy szkoły odpowiadali na pytania zamknięte z zakresu znajomości właściwego odżywiania oraz stosowania się do zaleceń dotyczących zdrowego trybu życia.

Wyniki badania przeprowadzonego na początku roku szkolnego **były zadowolające** i świadczyły o dość wysokim poziomie wiedzy badanych wszystkich grup. **Jednak prowadzone przez cały rok szkolny działania doprowadziły do poszerzenia wśród społeczności szkolnej znajomości zasad zdrowej diety oraz zwiększenia świadomości, jak ważne dla naszego zdrowia są właściwe nawyki żywieniowe.** Doskonale zdajemy sobie sprawę, że szczególnie istotne jest, aby kształtować i wpajać nawyki zdrowego odżywiania już od najmłodszych lat. Z tego względu staraliśmy się, aby działania zmierzające do nauki dobrych praktyk i wyrobienia poprawnych zwyczajów żywieniowych były różnorodne i atrakcyjne dla uczniów. Zwracaliśmy także uwagę na pomyślną współpracę z rodzicami, gdyż to na nich głównie spoczywa obowiązek prawidłowego żywienia dzieci.

Przeprowadzona ewaluacja ukazała duży postęp w zakresie znajomości zasad zdrowego odżywiania - we wszystkich badanych grupach. Ankietowani rodzice wykazali się większą wiedzą w każdym diagnozowanym obszarze tematycznym. Szczególnie cenne jest podniesienie świadomości dotyczącej optymalnej liczby posiłków spożywanych w ciągu dnia, najwartościowszych pod wzgl. żywieniowym produktów oraz korzyści wynikających z jedzenia surowych warzyw i owoców.

Wyjątkowo budujące są wyniki ankiety dla nauczycieli i pracowników szkoły, które w każdym pytaniu osiągają maksymalny poziom poprawności. W porównaniu do badania wrześniowego, respondenci tej grupy uzupełnili przede wszystkim wiedzę dotyczącą szkodliwego wpływu nadmiernego spożycia soli.

Wszyscy uczniowie naszej szkoły doskonale rozumieją rolę śniadania jako najważniejszego posiłku dnia, a także potrafią wskazać najzdrowszy zestaw produktów śniadaniowych. Dzieci zdobyły informacje o tym, ile wody należy wypić oraz ile posiłków trzeba spożyć w ciągu dnia. Najmłodszy nauczyli się również, że surowe warzywa i owoce mają najwięcej wartości odżywczych, jednak przed konsumpcją trzeba koniecznie je umyć.

Na podstawie przeprowadzonej ewaluacji możemy z satysfakcją uznać, iż naszym sukcesem jest, że dzieci chcą jeść zdrowe posiłki, w tym najważniejszy z nich, czyli pierwsze i drugie śniadanie. Regularne odżywianie zapobiega nadwadze i otyłości, sprzyja lepszej koncentracji na lekcjach, zmniejsza poziom napięcia i rozdrażnienia spowodowanego uczuciem głodu oraz ogranicza ilość spożywanych wysokokalorycznych przekąsek, jak chipsy, gazowane napoje, słodczyce. Świadomość dotycząca liczby dziennych posiłków i ich urozmaicenia, stosowanie zaleceń „piramidy zdrowia” – to fundamentalne wyznaczniki zdrowej diety.

Po całorocznej pracy SzPZ tematyka związana ze zdrowym odżywianiem jest zdecydowanie bliższa całej społeczności naszej szkoły.

5. Nasza szkoła/placówka planuje ubiegać się w ciągu najbliższego roku o nadanie Krajowego Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie: TAK/NIE (właściwe podkreślić).

6. Opis stopnia przygotowania do wystąpienia z wnioskiem o nadanie Krajowego Certyfikatu *Szkoła Promująca Zdrowie* (wypełniają tylko te szkoły/placówki, które należą do Wielkopolskiej Sieci SzPz dwa lata lub więcej).

Pragniemy poinformować o podjęciu decyzji dotyczącej przystąpienia naszej placówki do realizacji zadań umożliwiających ubieganie się o nadanie Krajowego Certyfikatu Szkół Promujących Zdrowie. W 2010 r. rozpoczęliśmy wdrażanie projektu Szkoła Promująca Zdrowie, a w 2012r. zostaliśmy przyjęci w poczet placówek posiadających Wojewódzki Certyfikat Szkół Promujących Zdrowie . Odtąd ze szczególnym zaangażowaniem całej społeczności szkolnej oraz przy współpracy z instytucjami środowiskowymi podejmowaliśmy systemowe działania w zakresie szeroko pojętej promocji zdrowia oraz edukacji zdrowotnej.

Zgodnie z harmonogramem prac związanych z nadawaniem Krajowego Certyfikatu Szkół Promujących Zdrowie zobowiązujemy się w roku szkolnym 2016/2017 :

- dokonać autoewaluacji swoich działań w zakresie czterech standardów SzPZ z wykorzystaniem właściwych metod i narzędzi ;
- złożyć do 15 grudnia 2016 roku wojewódzkiemu koordinatorowi formularz wniosku wraz z załącznikami .

Podpis Dyrektora:

Waldemar Minta

Podpis koordynatora szkolnego:

Ewa Giżewska

Gostyń , dnia 16 sierpnia 2016 roku

*** Wersję elektroniczną i papierową raportu proszę przesłać do właściwego koordynatora rejonowego oraz umieścić na stronie internetowej szkoły/placówki.**