

Plan pracy zespołu Szkoły Promującej Zdrowie
Rok szkolny 2024/2025

DZIAŁANIA CYKLICZNE:

Rajdmagedon Dwójki – edycja jesienna i wiosenna.

- **Opis:** Uczniowie biorą udział w wyścigach rowerowych oraz w specjalnie przygotowanym torze przeszkód. Zawody mają na celu rozwijanie sprawności fizycznej oraz zachęcanie do aktywnego spędzania wolnego czasu na rowerze.
- **Kryterium sukcesu:** Większość uczniów z klas 1-8 bierze udział w wyścigach, pokonując wyznaczone trasy.
- **Adresaci:** uczniowie klas 1-8.
- **Osoby odpowiedzialne:** Marta Majewska, Marika Jaruzel, Mateusz Rajewski, Michał Nowak

Cała Dwójka trzyma planca – edycja jesienna i wiosenna.

- **Opis:** Podczas jednej z przerw uczniowie rywalizują w wykonaniu "planka" (deski) na czas. Celem akcji jest promowanie zdrowej rywalizacji i zachęcanie uczniów do dbania o siłę mięśni głębokich, które odpowiadają za prawidłową postawę ciała.
- **Kryterium sukcesu:** Większość uczniów bierze udział w wyzwaniu.
- **Adresaci:** uczniowie klas 4-8.
- **Osoby odpowiedzialne:** Marta Mazurczak.

POZOSTAŁE DZIAŁANIA:

Wrzesień:

Informacja dla społeczności szkolnej i rodziców o planie SzPZ

- **Opis:** Zespół SzPZ poinformuje społeczność szkolną i rodziców o założeniach oraz planie działań Szkoły Promującej Zdrowie na bieżący rok szkolny. Informacje zostaną zamieszczone na stronie internetowej szkoły.
- **Kryterium sukcesu:** Rodzice, uczniowie oraz nauczyciele zostaną zapoznani z priorytetami SzPZ na dany rok szkolny.
- **Adresaci:** rodzice i uczniowie klas 1-8, nauczyciele.
- **Osoby odpowiedzialne:** Marta Majewska, Michał Nowak

Listopad:

Wspólne drugie śniadanie

- **Opis:** Uczniowie wspólnie z wychowawcą spożywają drugie śniadanie w szkole. Podczas posiłku odbywa się pogadanka na temat znaczenia zdrowego śniadania oraz jego wpływu na zdrowie uczniów.
- **Kryterium sukcesu:** Uczniowie świadomie wybierają zdrowe produkty na drugie śniadanie i rozumieją, jak ważne jest regularne, zdrowe odżywianie dla ich samopoczucia i wydajności w ciągu dnia.
- **Adresaci:** uczniowie klas 1-8.
- **Osoby odpowiedzialne:** Michał Nowak

Luty/marzec

Ankieta dla rodziców i uczniów – Dlaczego nie ćwiczę na WF?

- **Opis:** Przeprowadzenie ankiety wśród uczniów i rodziców na temat powodów, dla których uczniowie nie uczestniczą w lekcjach wychowania fizycznego.
- **Kryterium sukcesu:** Zgromadzenie odpowiedzi uczniów i rodziców i przygotowanie analizy wyników.
- **Adresaci:** rodzice i uczniowie klas 4-8, nauczyciele.
- **Osoby odpowiedzialne:** Michał Nowak, Marta Majewska

Klasowy Quiz Pierwszej Pomocy

- **Opis:** Podczas zajęć z wychowawcą uczniowie rozwiązują quiz na temat podstawowych zasad udzielania pierwszej pomocy. Pytania mogą dotyczyć takich sytuacji jak zadławienie, omdlenie, krwawienie z nosa czy resuscytacja.
- **Kryterium sukcesu:** Uczniowie znają podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy i potrafią odpowiadać na pytania związane z różnymi sytuacjami kryzysowymi.
- **Adresaci:** uczniowie klas 4-8.
- **Osoby odpowiedzialne:** Marlena Ciemniak, Agnieszka Serwatka.

Kwiecień/maj:

Tydzień Zdrowych Wyzwań

- **Opis:** Każdego dnia uczniowie i nauczyciele podejmują inne wyzwanie, np. „Dzień bez słodyczy”, „Dzień spaceru do szkoły”, „Dzień zdrowego śniadania”.
- **Kryterium sukcesu:** Większość uczniów i nauczycieli angażuje się w wyzwania przynajmniej przez jeden dzień.
- **Adresaci:** uczniowie klas 1-8.
- **Osoby odpowiedzialne:** zespół SzPZ

Zespół SzPZ będzie reagował na bieżące potrzeby społeczności szkolnej,
w związku z tym plan może ulec zmianie.