

Plan pracy Publicznej Szkoły Podstawowej
im. Jana Pawła II w Woli Rzeszyckiej -
Szkoły Promującej Zdrowie
na rok szkolny 2025/2026

„Zdrowie to kompletny, fizyczny, psychiczny i społeczny dobrostan, a nie tylko brak choroby lub kalectwa.”

Światowa Organizacja Zdrowia

Szkoła Promująca Zdrowie to szkoła, która we współpracy z rodzicami uczniów i społecznością lokalną: systematycznie i planowo tworzy środowisko społeczne i fizyczne sprzyjające zdrowiu i dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej, wspiera rozwój kompetencji uczniów i pracowników w zakresie dbałości o zdrowie przez całe życie. Program Naszej Szkoły skierowany jest do uczniów klas 0 - VIII w Woli Rzeczyckiej na rok szkolny 2025/2026. Pragniemy, aby społeczeństwo dbało o swoje zdrowie, samopoczucie. Chcemy zmienić nawyki, aby aktywny styl życia dominował wśród uczniów.

Problem priorytetowy do rozwiązania: Na podstawie wywiadów i obserwacji zespół dokonujący diagnozy uznał, że mimo podejmowania wielu działań profilaktycznych nadal zauważamy w naszej szkole problemy priorytetowe, którymi chcielibyśmy się zająć. Przystępując do programu Szkoły Promującej Zdrowie naszym priorytetem było poszerzenie wśród uczniów wiedzy i kształtowanie umiejętności zdrowego stylu życia, podejmowanie inicjatyw na rzecz zdrowia własnego i innych, a także dbanie o bezpieczeństwo. W szkole, bardzo ważna jest również pozytywna atmosfera pomiędzy uczniami jak i pracownikami szkoły. Wzajemne relacje między uczniami i pracownikami szkoły wpływają pozytywnie na ogólny dobrostan psychofizyczny społeczności szkolnej. Przystępując do Szkoły Promującej Zdrowie stawiamy na prawidłowe rozwijanie relacji między całą społecznością szkolną. Chcąc polepszyć atmosferę w szkole uznaliśmy ten problem za równie ważny.

Kryterium sukcesu: Około 60% społeczności szkolnej stwierdzi, że dobrze i bezpiecznie czuje się w szkole. Poprawią się relacje między uczniami.

1. . Kontynuowanie działań skupionych na rozwoju aktywności fizycznej oraz propagowanie prawidłowych nawyków żywieniowych. Ponadto chcemy, jako *Szkoła promująca zdrowie*, chcemy kontynuować działania promujące aktywny i zdrowy styl życia.
2. b. Podjęcie działań mających na celu zapewnienia bezpieczeństwa wszystkim uczniom. Kształtowanie postaw wzajemnego szacunku i pozytywnej atmosfery.

Plan działań Zespołu ds. programu Szkoła Promująca Zdrowie w okresie 2025/2026

Cel: Około 60% społeczności szkolnej stwierdzi, że dobrze i bezpiecznie czuje się w szkole. Poprawią się relację między uczniami.

Kryterium sukcesu: społeczność szkolna stwierdzi, że wie jak zadbać o bezpieczeństwo swoje i innych.

Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):

a. **Co wskaże, że osiągnięto cel?**

Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród uczniów i nauczycieli, wywiady, rozmowy z pedagogiem, wychowawcami klas i pracownikami obsługi, obserwacje zespołu promocji zdrowia i wychowawców.

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

Analiza raportu z autoewaluacji standardu drugiego, obserwacje zachowań uczniów podczas zajęć, ilość osób biorących udział w konkursach, projektach i szkoleniach.

Zadania

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy / osoba odpowiedzialna	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
Przeprowadzenie rozmów, obserwacji	Określenie problemu priorytetowego	Przeprowadzenie rozmów, wywiadów, obserwacji	wrzesień 2025	Szkolny koordynator i zespół ds. promocji zdrowia	Szkolny koordynator i zespół ds. promocji zdrowia
Dzień jabłka	Społeczność	Działania	Wrzesień 2025	K. Stelmach,	Fotorelacje na

	szkolna zna odżywcze własności jabłka. Wykonanie deserów z jabłka	zachęcające do bliższego poznania tego owocu, które jest źródłem witamin		wychowawcy, koordynator SzPZ.	stronie szkoły, zapisy w e-dzienniku.
Opracowanie planu <i>Szkoła Promująca Zdrowie</i> .	Plan Pracy <i>Szkoły Promującej Zdrowie</i>	Działanie wg planu przez cały rok.	wrzesień 2025	Szkolny koordynator i zespół ds. promocji zdrowia.	Sprawozdania cząstkowe, opracowanie raportu z rocznej działalności placówki.
Zapoznanie społeczności szkolnej z problemem priorytetowym	Społeczność szkolna zna problem priorytetowy	Opublikowanie planu działań na szkolnej stronie internetowej	październik 2025	Szkolny koordynator i Zespół ds. promocji zdrowia	Informacja na stronie internetowej szkoły
Spotkania z pielęgniarką szkolną kl.0, 1-3 i 4-8 dotyczące higieny ciała, jamy ustnej, bilans, fluoryzacja	Uczniowie systematycznie dbają o higienę ciała i jamy ustnej	Zajęcia z wychowawcą	Cały rok	Pielęgniarka szkolna p. A. Mazur, wychowawcy klas	Fotorelacja ze spotkań na stronie internetowej szkoły, zapisy w e – dzienniku
Kontynuacja programu <i>Program dla szkół</i> Owoce, warzywa oraz mleko w szkole	Spożywanie przez uczniów klas I – V owoców i warzyw dostarczanych w ramach programu Agencji Rynku Rolnego <i>Program dla szkół</i>	Wychowawcy klas	Cały rok	Szkolny koordynator i członkowie zespołu ds. promocji zdrowia	Fotorelacja na stronie internetowej szkoły

Święto pieczonego ziemniaka	Wdrażanie do jedzenia warzyw, poznanie właściwości ziemniaka	Wychowawcy klas	Wrzesień/Październik	Wychowawcy klas/Rodzice	
Europejski Dzień Zdrowego Żywienia i Gotowania - warsztaty kulinarne w klasach	Przygotowywanie zdrowych posiłków, integrowanie się społeczności szkolnej	Wspólne przygotowywanie posiłków członkiniami KGW	Listopad 2025	Koordynator, Wychowawcy	Fotorelacje, zapis w dzienniku
Jak skutecznie radzić sobie w stresujących sytuacjach – formy rozładowywania negatywnych emocji.	Uczniowie znają sposoby radzenia sobie w sytuacjach stresujących	Przeprowadzenie warsztatów na godzinach wychowawczych i wychowania fizycznego	Cały rok szkolny	Wychowawcy, nauczyciele wychowania fizycznego - pedagog szkolny - p. I. Krawiec	Wpis w e-dzienniku
Dzień Życzliwości- Konkurs fotograficzny Życzliwość w kadrze – serce na dłoni- najlepsze zdjęcie	Uświadomienie społeczności szkolnej, że warto być życzliwym i pomocnym	Udział klas 0-VIII w działaniach	Listopad 2025	K. Stelmach Pedagog szkolny, wychowawcy klas	Fotorelacje na stronie szkoły
Atmosfera w szkole - relacje międzyludzkie wśród uczniów oraz pracowników, radzenie sobie ze stresem i presją otoczenia	Kształtowanie umiejętności radzenia sobie ze stresem	Prelekcje na godzinach wychowawczych, pogadanki, warsztaty Warsztaty prowadzone przez pedagoga, psychologa w klasach na temat	Cały rok	Wychowawcy, nauczyciele, pedagog szkolny, psycholog	Zapisy w dzienniku

		szacunku, przemocy rówieśniczej, warsztaty integracyjne. Rozmowa z pracownikami na temat współpracy oraz ich samopoczucia. Uwrażliwienie na potrzeby innych. Warsztaty/ szkolenia dla rodziców/ nauczycieli/ uczniów			
Międzynarodowy Dzień bez Przemocy- apel	Propagowanie zachowań asertywnych	Szukanie alternatywy zachowań przemocowych	Październik 2025	Pedagodzy	Fotorelacja, wpis do dziennika
Tydzień Życzliwości i Pozdrowień	Kształtowanie postaw życzliwości	Działania, mające na celu propagowanie życzliwości	Listopad 2025	Pedagodzy szkolni, koordynator	Wpis do dziennika, fotorelacja na stronie szkoły
Światowy Dzień Zespołu Downa- konkurs plastyczny	Uczenie tolerancji	Propagowanie wśród młodzieży problemu	Marzec 2026	M. Dereń-Turek	Strona szkoły
Gminny Konkurs	Zaznajomienie z	Przygotowania do	Marzec 2026	K. Stelmach	Zapis w

Bezpieczeństwo w ruchu drogowym	zasadami ruchu drogowego	konkursu			dzienniku
Gminny konkurs Młodzież zapobiega pożarom		Przygotowanie do konkursu	Marzec 2026	K. Stelmach	Fotorelacja na stronie szkoły
Spotkania z policjantem	Uczniowie, wiedza, jak zachować się w różnych sytuacjach. Jak bezpiecznie spędzić ferie, jak bezpiecznie poruszać się po internecie	Pogadanki z zakresu: -bezpiecznego spędzenia ferii, - cyberprzemocy, niebezpieczeństw występujących w internecie	Październik 2025 Styczeń 2026	Koordynator szkolny SZPZ, wychowawcy klas, policjant	Fotorelacje na stronie szkoły, zapisy w e-dzienniku
Obchody Dnia Marchewki	Społeczność szkolna zna odżywcze właściwości marchewki. Wykonanie surówek, soków, sałatek z marchewką	Działania zachęcające do bliższego poznania tego warzywa, które jest źródłem witamin. Wspólne przygotowanie potraw z marchewki	Kwiecień 2026	Wychowawcy klas, koordynator szkolny	Fotorelacje na stronie szkoły, e-dziennik.
Europejski Dzień Śniadania: Co dziś na śniadanie? Szkolne śniadanie na trawie	Podkreślenie roli II śniadania	Samodzielne przygotowanie posiłku	Kwiecień 2026	Wychowawcy klas, koordynator SzPz	Zdjęcia na stronie szkoły
Działania ekologiczne Dzień Ziemi	Propagowanie działań proekologicznych,	Udział w akcji sprzątania świata, Konkurs	Kwiecień 2026	Osoby odpowiedzialne za organizację, E.	Fotorelacje na stronie szkoły, zapisy w e-

	Szkolny konkurs ekologiczny dla klas IV-VI i VII-VIII	ekologiczny		Drzewi, A. Podolska Szoja, wychowawcy klas	dzienniku
Tydzień zdrowia Obchody Dnia Zdrowia- przygotowanie gazetek klasowych <i>Piramida żywienia</i> , spotkanie z dietetykiem, zajęcia i zabawy sportowe <i>Zdrowo, bo na sportowo</i>	Udział uczniów klas 0-VIII, w zajęciach promujących zdrowe odżywianie	Wykonanie gazetek klasowych o poniższej tematyce	Kwiecień 2026	Szkolny koordynator, wychowawcy klas	Fotorelacja na stronie internetowej szkoły
<i>Wszystkie dzieci zbierają elektrośmieci-</i> kontynuowanie akcji na terenie naszej szkoły	Propagowanie działań proekologicznych	Udział w akcji zbierania zużytych baterii oraz sprzętu elektrycznego oraz elektronicznego, w zamian za artykuły papiernicze	Listopad 2025 Marzec 2026	Koordynator SzPZ, Rodzice	Fotorelacje na stronie szkoły
\Program Młode głowy rozmawiają o... przystalaniu	Działania mające na celu zwiększenia świadomości u dzieci	Zajęcia prowadzone na godzinach wychowawczych	Styczeń Luty 2026	Wychowawcy	Wpisy do dziennika
Kontynuowanie programów i projektów”: - Tańczyć każdy może -0; - Aktywna szkoła – kl. II;	Uświadomienie ważności sportu w naszym życiu. Zachęcanie dzieci	Udział uczniów	Cały rok	Nauczyciele wychowania fizycznego, wychowawcy,	Fotorelacje na stronie szkoły, informacje na e-dzienniku

- Akademia Małych Zdobywców- kl. III; - Trzymaj formę; - Szkolny Klub Sportowy; - Lekkoatletyczne czwartki, - zajęcia z pływania na basenie;	do aktywności fizycznej, do zdrowego trybu życia, poprzez ruch			koordynator SzPZ	
Programy z zakresu profilaktyki antynikotynowej - kontynuowanie <i>Czyste powietrze wokół nas, Nie pal przy mnie proszę</i>	Podnoszenie świadomości o szkodliwości dymu tytoniowego , poznanie skutków palenia tytoniu	Uczniowie uczestniczą w zajęciach, przeprowadzanych na godzinach wychowawczych	Cały rok	Wychowawcy klas, Koordynator SzPZ	Fotorelacje na stronie szkoły, informacje na e-dzienniku
Światowy Dzień bez Papierosa - wykonanie plakatów zawierających hasła profilaktyki palenia papierosów	Uświadomienie szkodliwości palenia	Zajęcia podczas godzin wychowawczych	31.V.2026	M. Dereń-Turek	Zapis w dzienniku
<i>Aktywna przerwa</i> - projekt prowadzony przez Samorząd Uczniowski	Zaangażowanie uczniów w aktywne spędzenie przerwy, z możliwością ruchu, pląsu czy tańca	Zabawy, tańce, pląsy, układy choreograficzne do popularnych piosenek	Cały rok	Samorząd Uczniowski, Koordynator SzPZ	Fotorelacje na stronie szkoły, informacje na e-dzienniku
Wyjścia, piesze	Poznanie okolicy	Organizowanie	Cały rok, wg	Wychowawcy klas,	Fotorelacje

wycieczki, wycieczki autokarowe. Wg kalendarza wycieczek	szkoły; zapoznanie ze środowiskiem lasu, łąki. Poznanie i zwiedzanie dalszej okolicy	wycieczek, by lepiej poznać świat, zainteresowanie krajem ojczystym, kształtowanie patriotyzmu	kalendarza wycieczek	koordynator ds. SzPZ	
Organizowanie imprez we współpracy z rodzicami, propagujących zdrowe nawyki żywieniowe: <i>Narodowe czytanie, Piknik rodzinny -zdrowo i sportowo</i>	Propagowanie zdrowego stylu życia, poprzez aktywność ruchową, spożywanie warzyw i owoców, ograniczenie napojów słodkich	Wszyscy uczniowie, nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni, rodzice	Wrzesień 2025 Czerwiec 2026	Wychowawcy, pracownicy niepedagogiczni, rodzice, koordynator SzPZ, nauczyciele wychowania fizycznego	Fotorelacje na stronie szkoły, informacje na e-dzienniku
Cykliczne obchody <i>Dnia Roweru</i>	Poznanie budowy roweru, znajomość zasad poruszania się rowerem, uczestniczenie we wspólnych wycieczkach rowerowych	Uczniowie klas IV-VIII; wychowawcy, pracownicy niepedagogiczni, rodzice	Czerwiec 2026	Wychowawcy, pracownicy niepedagogiczni, rodzice, koordynator SzPZ, nauczyciele wychowania fizycznego	Fotorelacje na stronie szkoły, informacje na e-dzienniku