

# Sprawozdanie roczne z działalności SzPZ

za rok szkolny 2020/2021

W roku szkolnym 2020/2021 szkolny zespół do spraw promocji zdrowia uwzględniając sytuację epidemiczną w kraju związaną z COVID-19 odstąpił od przeprowadzenia ankiet. Autoewaluacja bazowała na wnioskach wyciągniętych z obserwacji oraz rozmów z członkami społeczności szkolnej. Wszelkie działania podjęte w ramach promocji zdrowia w naszej placówce uwzględniały wytyczne Ministerstwa Edukacji i Nauki, Ministerstwa Zdrowia, Głównego Inspektora Sanitarnego oraz Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.

Nadrzędnym priorytetem dla szkoły było zapewnienie takich warunków oraz organizacji nauki i pracy, aby sprzyjały one zdrowiu, dobremu samopoczuciu jak i zapewnieniu bezpieczeństwa wszystkim członkom społeczności szkolnej w związku z epidemią koronawirusa.

W związku z powyższym wyłoniliśmy problem priorytetowy tj. niska świadomość dotycząca zasad higieny i dystansu społecznego w przestrzeni publicznej w związku z sytuacją epidemiczną.

Jako cel obraliśmy sobie zmniejszenie o 30% odsetka częstości występowania zachowań zagrażających rozprzestrzenianiu się COVID-19 wśród członków społeczności szkolnej.

Poniżej przedstawiamy podjęte przez nas działania:

1. Z początkiem roku szkolnego wykonaliśmy tablice informacyjne o zasadach zachowania się uczniów podczas pandemii.
2. Na drzwiach każdej sali lekcyjnej zamontowano emotikonki zachęcające do noszenia maseczek i dezynfekcji rąk.



3. Przy każdym wejściu do budynku szkoły zamontowano sprzęt do dezynfekcji rąk oraz termometr bezdotykowy do sprawdzenia temperatury u uczniów oraz pracowników szkoły. Na lekcjach wychowawczych przeprowadzono pogadanki o właściwym użytkowaniu tego sprzętu.
4. W klasach 4-6 zorganizowaliśmy konkurs na "Najbardziej kreatywną maseczkę", która w tym przypadku nie miała spełniać roli ochronnej, a jedynie estetyczną i artystyczną. Uczniowie ozdabiali swoje maseczki w domach, na lekcjach techniki on - line. Celem konkursu było pokazanie uczniom, że noszenie maseczki wcale nie musi być nudne. Poprzez kreatywne ozdabianie maseczki można wyrazić też swoje emocje, zainteresowania, cechy charakteru.



5. Zorganizowaliśmy konkurs pt. „Najciekawsze hasło dotyczące bezpieczeństwa w czasie pandemii”. Złota myśl naszej szkoły na ten rok

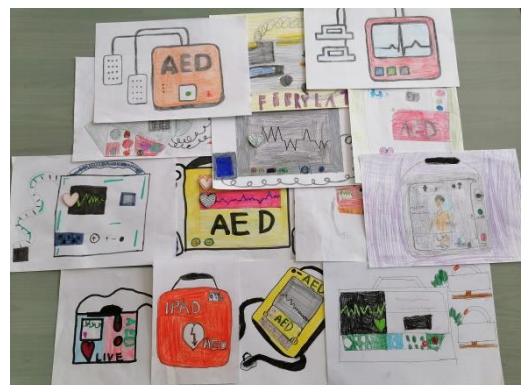
szkolny brzmiała: „Wirus nam niestraszny, gdy maseczkę mamy i o ręk dezynfekcję wszyscy razem dbamy” 🙌😊



6. W zeszłym roku szkolnym nasza placówka wzięła udział w programie fundacji Orlen „Moje miejsce na Ziemi”, dzięki któremu pozyskaliśmy sprzęt ratujący życie. Zewnętrzny defibrylator AED zawisł przy głównym wejściu do budynku szkoły. Uwzględniając sytuację epidemiczną zamontowaliśmy w tym roku szkolnym tablicę informacyjną odnośnie udzielania pierwszej pomocy w dobie pandemii.



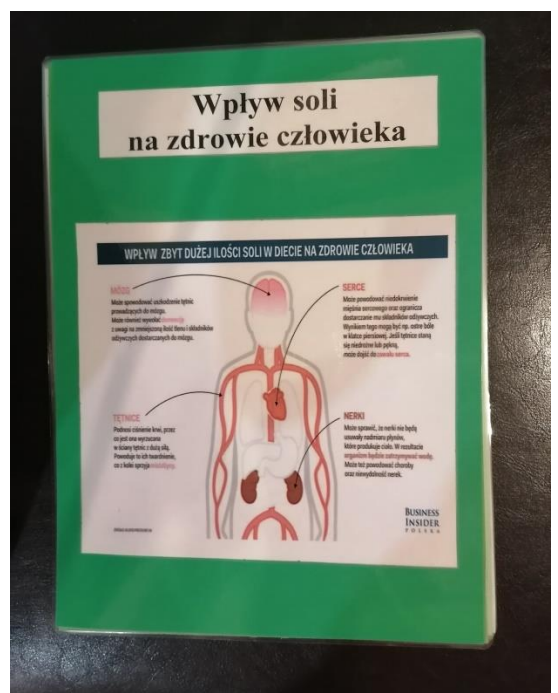
7. Program, o którym była mowa w pkt. 6 zakładał realizację przez szkołę we współpracy z OSP Wschowa szkoleń z zakresu udzielania pierwszej pomocy. Niestety gwałtowny wzrost zachorowań i idące za tym obostrzenia zmusiły nas do odstąpienia od trybu stacjonarnego tychże szkoleń i przejścia w tryb online. Wraz z druhami strażakami wykonaliśmy prezentację multimedialną dotyczącą zasad udzielania pierwszej pomocy z użyciem defibrylatora AED, którą udostępniliśmy za pomocą lokalnych massmediów (zw.pl, radio Elka, strona facebookowa szkoły). Ogłosiliśmy również konkurs polegający na narysowaniu defibrylatora AED. Wszyscy uczestnicy otrzymali w nagrodę zestaw do udzielania pierwszej pomocy w postaci breloka z rękawiczkami i ustnikiem.



W ramach innych działań prozdrowotnych niezwiązanych bezpośrednio z epidemią COVID-19 nasza placówka może pochwalić się następującymi osiągnięciami:

1. Cała społeczność SP2 wykonała Szkolną Księgę Promującą Zdrowie. Tytuł tejże książki wyłoniony został na drodze konkursu i brzmi: „Jedz owoce

i warzywa a będziesz zdrowy jak ryba”. Tematyka zagadnień poruszana w naszej pracy była różnorodna. Przykładowymi pojęciami opracowanymi przez uczniów były: czym jest zdrowie i jak o nie dbać, piramida żywieniowa, wpływ witamin na organizm człowieka, sposoby aktywnego spędzania wolnego czasu, jak powinna być wyposażona apteczka pierwszej pomocy, czym jest promocja zdrowia, jak zachować aktywność fizyczną w dobie pandemii itd. Oto kilka stron z naszej książki.



2. Pielęgniarka szkolna dbając o zdrowie uczniów przygotowywała ciekawe materiały, które udostępniała na stronie facebookowej szkoły. Poruszane tematy dotyczyły m.in. : cukrzycy, wpływu nikotyny na organizm

człowieka, tolerancji wobec osób niepełnosprawnych, dbanie o najważniejsze organy człowieka, pozytywne myślenie jako podstawa dobrego samopoczucia i wiele innych. Poniżej zamieszczamy kilka materiałów przygotowanych przez panią pielęgniarkę.

**2 lutego** 

**Dzień Pozytywnego Myślenia**




- JAKI DZIŚ DZIEŃ - ZAPYTAŁ PUCHATEK  
- DZIŚ - ODPOWIEDZIAŁ PROSIACZEK. NA TO PUCHATEK  
- TO MÓJ ULUBIONY DZIEŃ.  
(Kubuś Puchatek)

*It's All Good*

"Bądź dobrej myśli, bo po co być złej"  
(Stanisław Lem)

"Zacznij każdy dzień od pozytywnej myśli i wdzięcznego serca"  
(Roy T. Bennett)

**KODEKS WALKI Z RAKIEM**

1. **Nie pal! Nie używaj tytoniu w żadnej postaci.**
2. **Utrzymuj prawidłową masę ciała.**
3. **Bądź aktywny fizycznie w codziennym życiu. Ogranicz czas spędzany na siedząco.**
4. **Zdrowo się odżywiaj. Jedz więcej świeżych owoców i warzyw. Unikaj napojów słodzonych.**
5. **Nie spożywaj alkoholu. Abstynencja pomaga zapobiec nowotworom.**
6. **Unikaj nadmiernej ekspozycji na słońce. Używaj produktów przeznaczonych do ochrony przeciwsłonecznej.**

**14 listopada**  
Światowy Dzień Walki z Cukrzycą



**co to jest CUKRZYCA?**

**jakie są NIEBEZPIECZEŃSTWA**

HIPERGLIKEMIA - WYSOKI STĘŻENIE CUKRU W KRWI  
HIPERGLIKEMIA - WYSOKI STĘŻENIE CUKRU W KRWI

Jestem koło ciebie i jestem chory na cukrzycę. Choruję nie dlatego że jadłem cukierki, nie dlatego że piłem soki... Choruję bo mój organizm się pomylił!  
Nie miałem na to wpływu, a tak się stało.

**NAUCZYCIELU. KOLEGO. KOLEŻANKO!**  
gdy zauważysz!

- że dziwnie się zachowuje
- że nie możesz nawiązać ze mną kontaktu
- że tracę równowagę
- że jestem senny
- że jest mi słabo

zostaw **112** lub **999**

**ZAWOŁAJ DOROSŁEGO I PODAJ MI SOK!**  
PRAWDOPODOBNIENIE SPADŁ MI CUKIER  
nie bądź obojętny!  
TY MOŻESZ URATOWAĆ MI ŻYCIE



**20 aktywności na świeżym powietrzu**



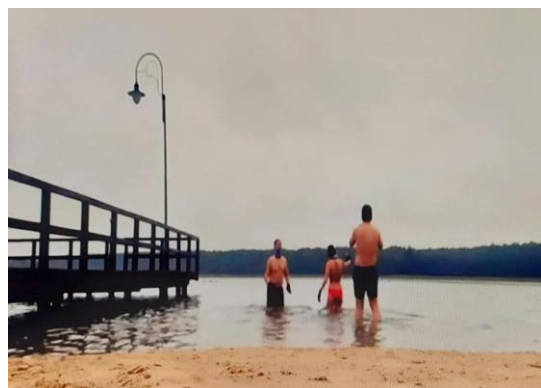
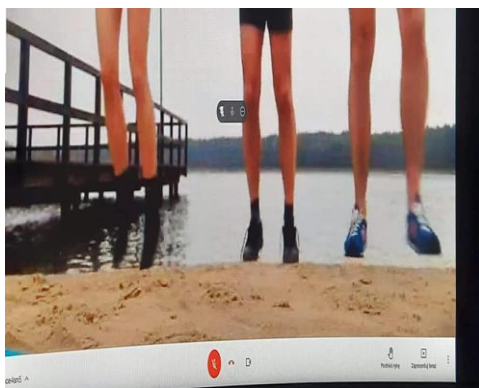
- Rysuj kredą
- Graj w klasy
- Zrób piknik
- Stwórz tor przeszkód
- Tańcz na deszczu
- Weź lupę i odkrywaj przyrodę
- Puszczaj banki
- Poluj na robaki/slimaki
- Posadź jakieś nasionka i obserwuj
- Zrób bitwę na wodne balony
- Posłuchaj ptaków
- Zjedz lody
- Pomaluj kamienie
- Stwórz obraz z natury
- Zrób ciekawe zdjęcie
- Zalóż kolekcję kamieni
- Zbuduj zamek z piasku
- Obserwuj chmury
- Zalóż dziennik przyrody
- Zrób latawiec



3. Podczas lekcji zdalnych nauczyciele wychowania fizycznego dbali o to, aby prowadzone przez nich lekcje zachęcały uczniów do aktywności fizycznej. Pokazywali im ćwiczenia rozluźniające mięśnie obciążone długotrwałym siedzeniem przed komputerem.

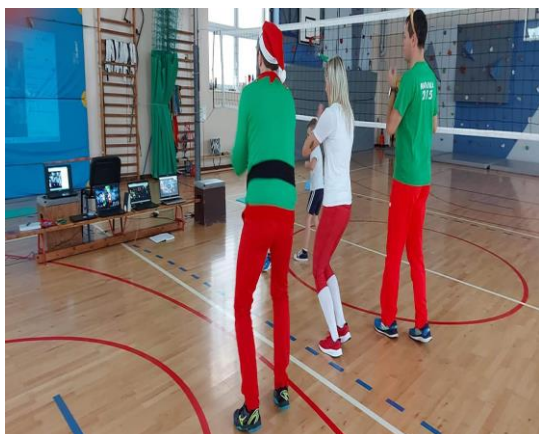


W ramach edukacji prozdrowotnej uczniowie mieli możliwość obejrzenia na lekcjach online morsowania w wykonaniu przez nauczycieli w-fu, jako naturalnego sposobu budowania odporności organizmu.



Atrakcyjność lekcji wychowania fizycznego w czasie pandemii została zauważona przez stację TVN, która wyemitowała 14 grudnia 2020 roku reportaż o kreatywnym prowadzeniu zajęć z w-fu podczas nauki zdalnej w naszej szkole.





4. Zarówno na lekcjach zdalnych jak i w trybie stacjonarnym zachęcaliśmy uczniów do zdrowego odżywiania się. Uczniowie przygotowywali w domach zdrowe i bogate w składniki odżywcze drugie śniadania, którymi mogli pochwalić się na forum klasy. Przyjemne z pożytecznym uczniowie łączyli również na lekcjach języka niemieckiego, gdzie prezentowali własnoręcznie zrobione sałatki owocowo-warzywne. Zanim jednak skonsumowali pyszne jedzenie, prezentowali na forum klasy składniki w języku niemieckim.



5. Z okazji światowego dnia bez papierosa zorganizowaliśmy w naszej szkole konkurs na najciekawszy plakat informujący o skutkach zdrowotnych palenia tytoniu.



6. Zarówno podczas nauki zdalnej jak i po powrocie uczniów do szkolnych ławek dbaliśmy o dobre samopoczucie uczniów oraz o pielęgnowanie relacji wśród społeczności szkolnej. Przeprowadzaliśmy niezliczone rozmowy z uczniami na temat tego, jak radzą sobie z nauką zdalną. Podsuwaliśmy im pomysły na odstresowanie się po kilkugodzinnej nauce przed monitorem komputera. Robiliśmy przerywniki w czasie lekcji polegające na wykonaniu ćwiczeń rozluźniających mięśnie kręgosłupa. Po powrocie do nauki stacjonarnej zorganizowaliśmy akcję polegającą na wypisaniu przez uczniów, na kolorowych karteczkach, ich marzeń. Z tych karteczek utworzyliśmy szkolną rzekę marzeń.

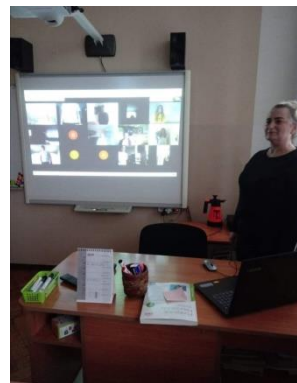
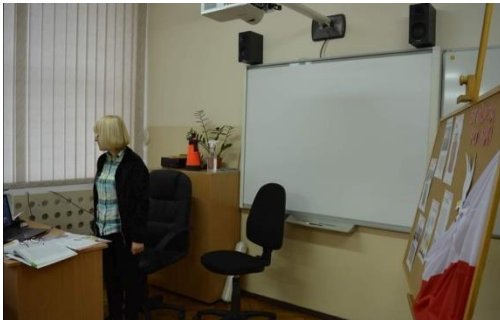


7. O dobre samopoczucie uczniów dbaliśmy także organizując w szkole wszelkiego rodzaju akcje rozwijające zainteresowania, imprezy okolicznościowe, akcje charytatywne, przedstawienia teatralne, projekty, konkursy. Oto kilka z nich:

Projekt: „I kudłate i łaciate..”

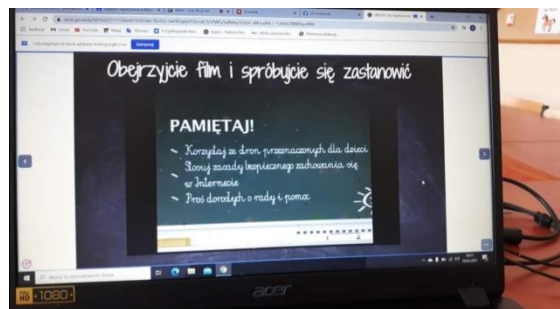


Akcja: „Cała szkoła do hymnu”

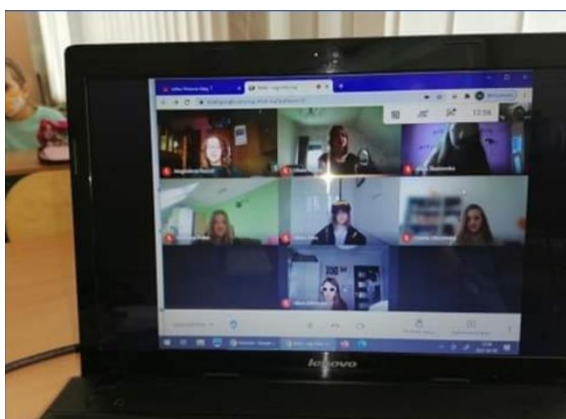


Dzień Dinozaura, Dzień Kota, Dzień Pączka, Dni Bezpiecznego Internetu

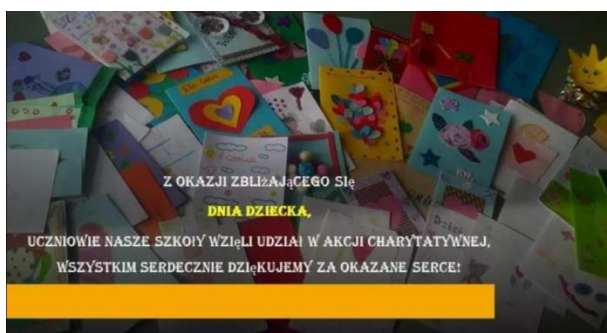




Przedstawienia teatralne online szkolnej grupy teatralnej w języku niemieckim oraz przedstawienie przygotowane przez nauczycieli, a dedykowane uczniom klas I-III



Akcje charytatywne dla dzieci onkologicznych i Marysi chorej na SMA typu 1



Ptasia stołówka w ramach akcji „Pomagamy ptakom przetrwać zimę”



## Dzień Kibica



Z naszych obserwacji wynika, że większość uczniów jest świadomych zagrożeń związanych z COVID-19. Dzieci znają zasady bezpieczeństwa, zachowują dystans społeczny i przestrzegają zasady dezynfekcji rąk oraz noszą maseczki. Nauka zdalna wprowadzona w czasie roku szkolnego była obciążająca dla uczniów, dlatego odstąpiliśmy od realizacji konkursu na najciekawszą prezentację multimedialną nt. bezpieczeństwa i zdrowego trybu życia w czasie pandemii. Naszym celem było zminimalizowanie pracy przy komputerze, stąd ta decyzja.