

## Planowanie: Arkusz B

### PLAN DZIAŁAŃ w roku szkolnym 2023/2024

#### 1. CEL: *Zwiększenie wiedzy i świadomości dzieci i młodzieży nt. prawidłowych nawyków żywieniowych i aktywności fizycznej.*

**Kryterium sukcesu:** systematyczny udział przedszkolaków i uczniów w działaniach promujących zdrowe żywienie, aktywność fizyczną oraz w zajęciach ruchowych, obserwacja i analiza zawartości śniadaniówek oraz sprawności fizycznej podczas zajęć i zabaw ruchowych.

#### **Sposób sprawdzenia, czy osiągnięto cel (sukces):**

- a) **Co wskaże, że osiągnięto cel?** Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród rodziców i uczniów, wywiady z dziećmi i uczniami oraz obserwacja postaw dzieci i uczniów przez nauczycieli.
- b) **Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?** Analiza wyników ankiety, wywiadów, z obserwacji.
- c) **Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?** Wskazani członkowie Zespołu ds. Promocji Zdrowia, czerwiec 2024.

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/osoby odpowiedzialne	Sposób sprawdzenia, wykonania zadania
Opracowanie harmonogramu działań w ramach Szkoły/Przedszkola Promującej/ego Zdrowie.	Cała społeczność szkolna oraz rodzice znają działania, które podejmowane będą w ramach programu SzPZ.	Przekazanie Radzie Pedagogicznej informacji na temat harmonogramu działań SzPZ oraz spodziewanych efektów opracowanego w oparciu o propozycje rodziców uczniów.	wrzesień 2023	Magdalena Izowit	zapis w protokole Rady Pedagogicznej
		Zamieszczenie harmonogramu działań SzPZ na stronie internetowej szkoły.	wrzesień 2023	Katarzyna Przybyła	strona internetowa szkoły, zakładka „Szkoła/Przedszkole Promujące Zdrowie”

		Przekazanie rodzicom informacji na temat harmonogramu działań SzPZ oraz spodziewanych efektów w trakcie spotkań z rodzicami.	wrzesień/październik 2023	wychowawcy	zapisy w protokołach z zebrań
		Udział nauczycieli w szkoleniach, warsztatach.	cały rok szkolny	nauczyciele	zaświadczenia, certyfikaty
Przygotowanie ankiety diagnozującej problem priorytetowy dla rodziców oraz analiza jej wyników.	Informacja zwrotna od rodziców uczniów.	Opracowanie ankiety on-line.	początek września	Magdalena Izowit Marta Muszyńska	opracowana ankieta
Udział dzieci przedszkolnych i uczniów klas 1 i 2 w programie aktywizacji sportowej „Akcja Zdrowo i Sportowo”.	Udział przedszkolaków i uczniów klas 1 i 2 w zajęciach ruchowych, konkursach, wydarzeniach.	Zajęcia ruchowe.	cały rok szkolny	Magdalena Izowit Malwina Ryś nauczyciele grup i klas	fotorelacje na stronie
Udział dzieci przedszkolnych i uczniów w zajęciach aerobiku.	Aktywne uczestnictwo przedszkolaków i uczniów we wspólnych zajęciach ruchowych przy muzyce.	Zajęcia z aerobiku wspólne dla przedszkolaków i uczniów.	wg harmonogramu	Magdalena Izowit Malwina Ryś	fotorelacje na stronie
Obchody Światowego Dnia Wody	Przedszkolaki i uczniowie znają	Warsztaty plastyczne, obserwacje	22 marca 2023	Magdalena Izowit Malwina Ryś	fotorelacja na stronie internetowej szkoły,

w przedszkolu i szkole	korzyści wynikające z picia wody.	i doświadczenia przyrodnicze, zajęcia dydaktyczne.		nauczyciele	wpisy w dzienniku
Udział dzieci przedszkolnych i uczniów w konkursach, rozgrywkach i zawodach sportowych szkolnych i międzyszkolnych.	Aktywny udział dzieci.	Konkursy, rozgrywki, zawody.	cały rok szkolny	Magdalena Izowit Malwina Ryś Hubert Muszyński nauczyciele wychowania fizycznego	fotorelacja, zapisy w e-dzienniku
Współorganizacja „Festynu Rodzinnego” - utworzenie stoiska Zespołu ds. Promocji Zdrowia.	Aktywny udział wszystkich członków społeczności szkolnej.	Warsztaty plastyczne, konkurencje sportowe.	w wyznaczonym terminie	Magdalena Izowit Marta Muszyńska Hubert Muszyński	fotorelacja na stronie szkoły
Obchody Dnia Bezpiecznego Internetu.	Uczniowie znają korzyści i zagrożenia związane z korzystaniem z sieci.	Zajęcia dydaktyczne z wykorzystaniem TIK.	luty 2024	Magdalena Izowit	zapis w dzienniku, fotorelacja
Organizacja warsztatów kulinarnych podczas Europejskiego Dnia Zdrowego Jedzenia i Gotowania	Udział przedszkolaków w warsztatach kulinarnych	Warsztaty kulinarne (przygotowanie soków, sałatek, zdrowych kanapek, twarożku).	listopad 2023	Malwina Ryś Małgorzata Chwiałkowska	fotorelacja, zapisy w e-dzienniku
Organizacja spotkań ze specjalistami – dietetyk, pielęgniarka, pedagog, logopeda, ratownik, tancerze, itd.	Udział uczniów i przedszkolaków z reprezentantami różnych zawodów i dyscyplin.	Organizacja spotkań z reprezentantami różnych zawodów i dyscyplin.	cały rok szkolny	wychowawcy i specjaliści	zapis w dzienniku, fotorelacja na stronie internetowej szkoły

Zabieg fluoryzacji, obejmujący uczniów klas 1-3.	Uczniowie uczestniczą w programie profilaktyki próchnicy jamy ustnej.	Zabieg przeprowadzany przez pielęgniarkę z wykorzystaniem specjalistycznego preparatu.	cały rok szkolny wg harmonogramu	Barbara Kosowicz	fotorelacja na stronie szkoły
Zajęcia przeprowadzone w świetlicy szkolnej (raz w tygodniu, w czwartek) w oparciu o Program dla szkół „Zasady Zdrowego Żywienia. Ekipa Chrumasa gotuje”.	Uczniowie znają i stosują zasady zdrowego żywienia.	Zajęcia dydaktyczne w świetlicy.	cały rok szkolny	Marta Muszyńska	zapisy w e-dzienniku
Realizacja szkolnego projektu edukacyjnego promującego zdrowie pod hasłem: „Już październik za oknami, a my o zdrowiu rozmawiamy”.	Uczniowie uczestniczą w zajęciach dydaktycznych, warsztatach plastycznych i kulinarnych, oglądają prezentacje.	W zajęciach uczestniczą uczniowie klas 1-3.	październik 2023	Marta Muszyńska Anna Nowak Hubert Muszyński Aneta Raczykowska	informacja na stronie internetowej o realizacji projektu
Światowy Dzień Mycia Rąk: gazetka informacyjna w holu szkoły na temat konieczności dbania o czyste ręce oraz chorób wynikających z braku higieny.	Uczniowie znają zasady higieniczne.	W zajęciach uczestniczą uczniowie klas 1-3.	listopad 2023	Marta Muszyńska Anna Nowak Hubert Muszyński Aneta Raczykowska	Informacja
Światowy Dzień Chleba:	Uczniowie uczestniczą	W zajęciach uczestniczą	październik 2023	Marta Muszyńska	zapisy w e-dzienniku

<p>gazetka informacyjna w holu szkoły na temat historii i procesu powstawania chleba; zajęcia przeprowadzone w świetlicy szkolnej na temat znaczenia chleba w diecie człowieka, rodzajów chleba, składników potrzebnych do jego wypieku oraz miejsca chleba w Piramidzie Zdrowego Żywienia i Stylu Życia; warsztaty kulinarne w klasach I-III – przygotowanie zdrowej kanapki.</p>	<p>w zajęciach z zakresu zdrowego żywienia.</p>	<p>uczniowie klas 1-3.</p>		<p>Anna Nowak Hubert Muszyński Aneta Raczynowska</p>	
<p>Światowy Dzień Makaronu: Makaronowy zawrót głowy – przepisy na makaronowe dania na gazetce w holu szkoły; konkurs dla uczniów klas I-III: makaronowa biżuteria; zajęcia plastyczne w świetlicy szkolnej – Plakat ukazujący różne rodzaje makaronów.</p>	<p>Uczniowie uczestniczą w warsztatach plastycznych.</p>	<p>W zajęciach uczestniczą uczniowie klas 1-3.</p>	<p>październik 2023</p>	<p>Marta Muszyńska Anna Nowak Hubert Muszyński Aneta Raczynowska</p>	<p>zapisy w e-dzienniku</p>
<p>Przygotowanie zajęć: ▪ 28 września – Dzień Jabłka</p>	<p>Uczniowie uczestniczą w obchodach dni</p>	<p>W zajęciach uczestniczą uczniowie klas 1-3.</p>	<p>wrzesień/listopad 2023</p>	<p>Marta Muszyńska</p>	<p>zapisy w e-dzienniku, prace plastyczne,</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 20 października – Światowy Dzień owoców i warzyw</li> <li>▪ 8 listopada – Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania</li> <li>▪ 15 grudnia – Dzień Herbaty</li> <li>▪ 20 stycznia - Dzień Miłośników Sera</li> <li>▪ 29 lutego - Dzień Tosta</li> <li>▪ 22 marca - Światowy dzień Wody</li> <li>▪ 4 kwietnia - Dzień Marchewki</li> <li>▪ 20 maj – Światowy Dzień Pszczół</li> <li>▪ 1 czerwca – Dzień Mleka</li> </ul>	szczególnych.			Hubert Muszyński	fotorelacja na stronie internetowej szkoły
Udział uczniów klas I-III w konkursach promujących zdrowe odżywianie.	Promowanie postaw prozdrowotnych i rozwijanie uzdolnień.	Promowanie wśród uczniów postaw prozdrowotnych.	cały rok szkolny	Marta Muszyńska Hubert Muszyński	informacja na stronie internetowej szkoły
Gablota promocji zdrowia - prezentacja informacji na temat zdrowego odżywiania.	Dostęp uczniów do edukacyjnych treści nt. zdrowego żywienia.	Promocja zdrowych nawyków żywieniowych.	cały rok szkolny	Marta Muszyńska Hubert Muszyński	fotorelacja na stronie internetowej szkoły, dokumentowanie w sprawozdaniach
Zajęcia z udzielania pierwszej pomocy przeprowadzone w świetlicy szkolnej raz	Udział uczniów w warsztatach.	Uczniowie wiedzą jak się zachować w sytuacji zagrożenia.	cały rok szkolny	Hubert Muszyński	zapisy w e-dzienniku, fotorelacja na stronie internetowej szkoły

w miesiącu.					
Wywiadówka zdrowotna – „Wady postawy u dzieci”.	Udział rodziców w spotkaniu.	Rozwijanie kompetencji rodzicielskich.	cały rok szkolny	Hubert Muszyński	dyplomy, nagrody rzeczowe
Udział uczniów w programie “Trzymaj formę.”	Uczniowie znają sposoby zróżnicowanego i zbilansowanego sposobu odżywiania się.	Realizowany jest metodą projektu, dzięki czemu wykracza poza podstawę programową i programy nauczania szkoły.	cały rok szkolny	Ewa Cebula	fotorelacja na stronie internetowej szkoły
Ewaluacja prowadzonych działań.	Analiza na podstawie prowadzonej obserwacji, wywiadów oraz wyników ankiet.	Prowadzone są obserwacje, wywiady oraz ankiety elektroniczne.	cały rok szkolny	Magdalena Izowit Marta Muszyńska	ankieta, opracowany raport z przeprowadzonych ankiet
Minispartakiada z okazji Dnia Dziecka.	Aktywne wspólne spędzanie czasu przez przedszkolaków, czerpanie radości z zabaw sportowych.	Udział przedszkolaków w rozgrywkach sportowych.	czerwiec 2024	Agata Florczyk	fotorelacja na stronie przedszkola
Program Czyściochowa Akademia.	Doskonalenie prawidłowych nawyków higienicznych u dzieci.	Przedszkolaki znają podstawowe zasady higieny.	cały rok szkolny	Malwina Ryś Agata Florczyk	wpis w dzienniku i sprawozdaniach
Program Kuchenne przysmaki, które lubią przedszkolaki “	Wykształcenie u dzieci prawidłowych nawyków żywieniowych.	Udział przedszkolaków w zajęciach dydaktycznych i warsztatach kulinarnych.	cały rok szkolny	Halina Sadulska Krystyna Wojciechowska	zapis w dzienniku, fotorelacja

Program „Gimnastyka smyka”.	Doskonalenie sprawności fizycznej u dzieci.	Udział przedszkolaków w programie aktywizacji fizycznej.	cały rok szkolny	Barbara Kosowicz	zapis w dzienniku, fotorelacja
Innowacja pedagogiczna „Ruch i disco czyli aerobik przedszkolaka”.	Doskonalenie sprawności fizycznej u dzieci, rozbudzanie zainteresowania sportem.	Udział przedszkolaków w zajęciach ruchowych.	cały rok szkolny	Malwina Ryś	zapis w dokumentacji przedszkola
Warsztaty ruchowe „Mamo, tato poćwicz ze mną”.	Promocja aktywnego spędzania czasu z rodzicami.	Warsztaty ruchowe z rodzicami.	jeden raz w półroczu	Malwina Ryś Agata Florczyk	zapis w dzienniku, fotorelacja
Sałatka owocowa.	Udział przedszkolaków w warsztatach	Kształtowanie u przedszkolaków prawidłowych nawyków.	II półrocze 2024	Monika Markowska Malwina Ryś Agata Florczyk	zapis w dzienniku, fotorelacja
Organizacja kącików sportowych z okazji Międzynarodowego Dnia Sportu.	Organizacja kącików promujących aktywność fizyczną.	Stworzenie tematycznych kącików sportowych.	kwiecień 2024	Małgorzata Chwiałkowska	fotorelacja
Wiosenne kanapki.	Udział przedszkolaków w warsztatach kulinarnych.	Kształtowanie u przedszkolaków prawidłowych nawyków żywieniowych.	II półrocze 2024	Monika Markowska	zapis w dzienniku, fotorelacja na stronie przedszkola
Warsztaty Eko	Przedszkolaki znają wpływ środowiska na zdrowie i kondycję człowieka.	Udział dzieci w warsztatach plastycznych i zajęciach dydaktycznych	wrzesień 2023	Monika Markowska	zapis w dzienniku, fotorelacja na stronie



Realizacja tematyki związanej ze zdrowym stylem życia, prawidłowymi nawykami żywieniowymi oraz z zakresu aktywności fizycznej.	Nauczyciele prowadzą w swoich grupach zajęcia dydaktyczne, warsztaty kulinarne i plastyczne promujące zdrowy styl życia.	Udział przedszkolaków w zajęciach dydaktycznych.	cały rok szkolny	wszyscy wychowawcy	wpisy w dzienniku
Zabawy na świeżym powietrzu.	Aktywne spędzanie czasu na świeżym powietrzu.	Rozwijanie sprawności fizycznej podczas zabaw na świeżym powietrzu.	cały rok szkolny	wszyscy wychowawcy	wpisy w dzienniku
Tematyka Pierwsza pomoc- zapoznanie dzieci z procedurą udzielania pierwszej pomocy i numerami alarmowymi.	Udział grup przedszkolnych w zajęciach z zakresu bezpieczeństwa.	Zapoznanie dzieci z numerami alarmowymi, zasadami udzielania pierwszej pomocy.	luty, czerwiec 2023/2024	Marta Brzezińska Anna Melech, W. Piatkowska I. Kołodyńska M. Ryś A.Florczyk	dokumentacja przedszkola, fotorelacja
Program dla pracowników BenefitSystem.	Możliwość przystąpienia przez chętnych pracowników do programu i uzyskania karnetu MultiSport.	Program aktywizacji fizycznej pracowników.	listopad 2023	Aleksandra Prokopiuk Dorota Trębacz Magdalena Izowit Magdalena Kozłowska	