

# RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY UBIEGAJĄCEJ SIĘ O PRZYJĘCIE DO WIELKOPOLSKIEJ SIECI SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE

RAPORT ZA ROK 2014/2015

## RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI UBIEGAJĄCEJ SIĘ O PRZYJĘCIE DO WIELKOPOLSKIEJ SIECI SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE \* ( szkoła/placówka w okresie przygotowawczym)

RAPORT ZA OKRES OD 01.09.2014.r. DO 26.06.2015r.

### INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:

Pełna nazwa szkoły/placówki	Gimnazjum nr 2 im. Andrzeja Prądzyńskiego
W przypadku zespołu szkół proszę wpisać, której szkoły dotyczy raport	
Adres	ul. Słowackiego 41 62-300 Września
Gmina	Września
Powiat	wrzesiński
Telefon	614360217
Adres mailowy szkoły	e-mail: <a href="mailto:gimnazjum-2@wrzesnia.pl">gimnazjum-2@wrzesnia.pl</a>
Adres mailowy koordynatora	reszel74@interia.pl
Strona www	<a href="http://gimnazjum-2.wrzesnia.pl">gimnazjum-2.wrzesnia.pl</a>
Imię i nazwisko dyrektora	Stefan Tomczak
Imię i nazwisko koordynatora	Anna Reszelewska
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	<b>nauczyciele:</b> Agnieszka Górka, Karolina Żak, Ewa Bosacka-Płocka, Ewa Radniecka, Honorata Adamczewska, Iwona Szamałek, Iwona Rydz, Wanda Zimna, Monika Przybylska, Elżbieta Górczyńska, Ewa Matan, Anna Matuszewska, Marzena Piotrowska, Adam Egiert 1. <b>rodzice:</b> Maria Zielińska 2. <b>uczniowie:</b> Iga Staszak 3. <b>pracownicy niepedagogiczni:</b> Eleonora Woldańska, Agnieszka Bonalska 4. <b>inne osoby:</b>
Data podjęcia uchwały	

o przystąpieniu do projektu	Uchwała nr 10/2012/2013 z dnia 22.04.2013 r.
-----------------------------	--

**1. Opis podjętych działań w zakresie diagnozowania potrzeb społeczności szkolnej.**

We wrześniu i październiku 2014r. przeprowadzono diagnozę stanu wyjściowego i diagnozę cząstkową wśród całej społeczności szkolnej tj uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych szkoły . Na podstawie wnikliwej obserwacji, analizy ankiet, oraz opinii wyrażonych przez środowisko społeczności szkolnej wyłoniono problem priorytetowy. Młodzież dokonuje niewłaściwych wyborów odnośnie produktów spożywczych niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka. Odżywianie ma bezpośredni wpływ na rozwój organizmu ludzkiego i warunkuje prawidłowy rozwój fizyczny oraz sprawność umysłową ucznia w wieku szkolnym. Należy dbać, by dieta była urozmaicona i zawierała produkty pełnowartościowe. Młody organizm, by mógł się rozwijać, potrzebuje wielu różnych składników odżywczych, które powinny być nieodłączną częścią spożywanych posiłków. Zdrowa dieta, to nie tylko wartościowe posiłki, ale też odpowiedni dobór spożywanych płynów. Na budowanie prawidłowych nawyków żywieniowych nigdy nie jest za późno, lecz powinno zacząć się jak najwcześniej. Problem priorytetowy szkoły to :  
 „Większość uczniów nie stosuje zasad zdrowego odżywiania, a w szczególności nie spożywają wody i napojów niegazowanych”.

Narzędzia użyte do diagnozy to:

- ankieta
- wywiad
- obserwacja
- rozmowa
- dokumenty szkoły

**2. Plan działań w zakresie promocji zdrowia.**

*Wpisać plan działań na dany rok wraz z listą osób odpowiedzialnych za realizację planu. Ten punkt można pominąć, jeśli dołączą Państwo do raportu plan w formie załącznika.*

Załącznik nr1

**3. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.**

- We wrześniu i październiku przeprowadzono diagnozę wstępną – „Diagnoza zachowań prozdrowotnych ” wśród uczniów, nauczycieli, wychowawców, rodziców i pracowników szkoły. Następnie przeprowadzono diagnozę etapową i wybrano priorytet „Większość uczniów nie stosuje zasad zdrowego odżywiania, a w szczególności nie spożywają wody i napojów niegazowanych”. Opracowanie przez zespół SzPZ planu pracy przewidzianego do realizacji w roku 2014/2015. We wrześniu zorganizowano Dzień Gimnazjalisty pod hasłem „ Gimnazjalista wie co je i pije” .
- W październiku przedstawiono nauczycielom, rodzicom, uczniom i pracownikom szkoły priorytet na rok szkolny 2014/2015. Także w październiku przeprowadzono szkolenie dla nauczycieli o tematyce „Zasady zdrowego odżywiania i jego wpływ na rozwój młodego gimnazjalisty” . W tym samym miesiącu wyłoniono zwycięzcę konkursu na logo Szkoły Promującej Zdrowie, a także wyeksponowano wystawę tematyczną na głównym holu szkolnym „ UWAGA NADWAGA ! ”, gdzie przybliżono uczniom zapotrzebowanie energetyczne, wskazówki przeciw nadwadze i szereg innych wiadomości na temat tego, jak ustrzec się i jak walczyć z nadwagą.
- Wykład i prezentacja multimedialna przeprowadzona przez panią dietetyk Magdalenę Witasik odbyła się w listopadzie i przeznaczona była dla rodziców. Prelekcja miała na celu zwrócenie uwagi rodzicom jak odżywiają się ich dzieci, a także zwiększyć świadomość skutków spożywania niezdrowej żywności.
- W grudniu w restauracji Avocado młodzież uczestniczyła w warsztatach Savoir vivre przy stole

poprowadzonych przez pracownicę lokalu panią Olgę Rakowską. W tym samym miesiącu odbył się Szkolny Konkurs o Prawidłowym Odżywianiu, a także akcja pieczenia pierników bez polepszaczy i barwników. Na początku grudnia gimnazjaliści w ramach Nocy Filmowej obejrzeli dwa filmy „Super Sitze Me” i „Jestem cyborgiem i to jest ok.”, których celem było motywowanie do stosowania zdrowej diety, poszerzanie wiedzy o konsekwencjach złych nawyków żywieniowych.

- Na przełomie roku 2014/2015 przeprowadzono akcję „ Stop Bąbelkom”. W ramach akcji został wydrukowany artykuł w gazetce szkolnej negujący spożywanie słodkich napojów zwłaszcza gazowanych, wyeksponowana została wystawa, której tematem było pokazanie zdrowych napoi oraz przybliżenie szkodliwości napoi gazowanych, kolorowych i energetycznych. Uczniowie przygotowali też prezentacje, które zostały przedstawione na godzinach wychowawczych i wysłuchali audycję nadaną przez radiowęzeł szkolny. Dyktando ortograficzne „Piję i jem bez błędów” przeprowadzono w styczniu.
- Walentynki odbyły się pod hasłem „Przez żołądek do serca” . Samorząd Uczniowski podczas przerw rozdawał owoce z pozytywną wróżbą i częstował sokiem naturalnym z jabłek.
- W marcu obchodziliśmy „Dzień wody w naszej szkole” podczas którego odbył się happening. Działania poprzedzone były dyskusjami na godzinach wychowawczych na temat problemu wody pitnej , a także audycją przez radiowęzeł. Dzień Wiosny to dzień na zdrowo i sportowo. Uczniowie uczestniczyli w warsztatach z dietetyk Panią Agnieszką Witucką prowadzącą Klinikę Dietetyki, która prowadzi gabinet dietetyki i coachingu, jest współorganizatorką i partnerem autorskiego programu „Moja Metamorfозa”. Każda klasa przygotowywała zdrowe śniadanie, które było oceniane pod względem wartości odżywczych i estetyki podania. W tym samym miesiącu odbyły się Drzwi Otwarte, gdzie przedstawiono dotychczasowe działania SzPZ w naszym gimnazjum.
- W kwietniu przeprowadzono w klasach pierwszych i drugich na godzinach wychowawczych pogadanki dotyczące zasad zdrowego odżywiania i wielkości porcji. W tym samym miesiącu uczniowie realizowali temat „ Kiełki jako cenne źródło substancji odżywczych”, gdzie zakładali hodowlę kiełków, obserwowali i dokumentowali wzrastanie roślin i przygotowywali posiłek z wykorzystaniem wyhodowanych kiełków.
- „Historia małej kropelki ” to projekt w ramach którego przeprowadzono konkurs na napisanie przez uczniów bajki. Zwycięskie bajki zostały przeczytane przez rodziców i nagrane jako audiobook, a następnie umieszczone na stronie internetowej szkoły.
- W maju gimnazjaliści dzielili się wiedzą z przedszkolakami wspólnie rysowali i słuchali bajek. Odbył się też Szkolny Maraton Zdrowia i Sprawności Fizycznej propagujący zdrowy i aktywny styl życia, upowszechniający wiedzę z zakresu prawidłowego odżywiania. Zorganizowano spotkanie ze znanymi sportowcami z naszego rejonu, którzy opowiadali o roli odżywiania w sporcie i dostosowania diety do odpowiedniego wysiłku. Po spotkaniu poproszono sportowców o udzielenie wywiadu do Radio Września i streszczenie spotkania.
- Przygotowane plakaty z piramidami zdrowego żywienia i ich wystawa podczas Szkolnego Dnia Sportu można było oglądać w czerwcu. W tym samym miesiącu zorganizowano warsztaty Wspólne Gotowanie, w których uczestniczyli nauczyciele i rodzice. Warsztaty przygotowały i poprowadziły nasze panie kucharki. Odbyła się wycieczka do Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji we Wrześni – odpowiedź na pytanie skąd bierze się woda pitna. Festiwal nauki – projekty o tematyce zdrowotnej przedstawiane zostały wszystkim uczniom. Także w czerwcu przeprowadzono Powiatowy Maraton Zdrowia i Sprawności Fizycznej dla wszystkich szkół gimnazjalnych z naszego powiatu. Pod koniec roku szkolnego umieszczono na stronie internetowej szkoły prezentację z przepisami na zdrowe potrawy, które można przyrządzić podczas wakacji dla całej rodziny.

#### Działania całoroczne

- Podczas konkursów i zawodów sportowych uczniowie w ramach nagrody nie otrzymywali słodczy ale batoniki zbożowe , warzywa lub owoce.
- Zakup przez szkołę maszyny do wyciskania soków naturalnych

- Wyeliminowanie ze szkoły automatu do kawy
- Poszerzenie oferty sklepiku szkolnego ( ciemne bułki, soki, jogurty)
- Pomoc rodziców przy organizacji imprez szkolnych w szczególności sportowych (przygotowanie poczęstunku)
- Uczestniczenie w szkoleniach dotyczących zasad działania Szkoły Promującej Zdrowie
- Świeże jabłka dla każdego – cała społeczność szkolna miała możliwość zjedzenia jabłek umieszczonych w specjalnych pojemnikach na terenie szkoły
- Zajęcia dotyczące zdrowego żywienia przeprowadzane w świetlicy przez pedagogów
- Gazetka w świetlicy promująca zdrowy styl odżywiania
- Zdrowe przekąski dla przebywających w świetlicy dwa razy w tygodniu przygotowywane przez stołówkę szkolną
- Sok ze świeżych jabłek do obiadu
- Owoce lub surowe warzywa obiadu
- Przygotowanie przez stołówkę szkolną soków naturalnych na Radę Pedagogiczną
- Zjedz kanapkę przy stole – możliwość spożywania II śniadania podczas dużej przerwy w stołówce szkolnej
- Jadłospisy obiadowe układane zgodnie z zasadami zdrowego odżywiania młodzieży
- Owoce i produkty mleczne dla sportowców
- Woda i odżywki dla uczniów klas sportowych
- Wystawa książek i czasopism w bibliotece szkolnej dotycząca zasad zdrowego odżywiania - cały rok szkolny

#### **4. Monitoring podjętych działań.**

Monitoring działań związanych z realizacją problemu priorytetowego miał na celu zebranie jak największej liczby informacji do przeprowadzenia ewaluacji .  
 Podjęte działania monitorowano poprzez : systematyczne zbieranie danych o działaniach, sprawdzanie i kontrolowanie dokumentacji, dokumentowanie i filmowanie działań, dokonywanie analizy efektywności pracy członków zespołu. Monitorowanie działań należało do zadań członków zespołu, którym kierował koordynator, wspierane było przez innych nauczycieli. Podczas zebrań zespołu sporządzane były sprawozdania. Dyrekcja szkoły kontrolowała przedstawiane działania, które omawiane były na Radach Pedagogicznych.

#### **5. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań.**

Ewaluacja została przeprowadzona przez zespół, który stosując odpowiednie narzędzia sprawdził całorocznie efekty podejmowanych działań. Do tego celu użyto:

- ankiet skierowanych do uczniów klas I, II, III, rodziców
- obserwacji uczniów
- rozmów z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły

- spotkania zespołu do spraw promocji zdrowia
- wywiadów, dyskusji
- analizy dokumentów szkolnych.

Wnioski wyciągnięte z ewaluacji to:

- zwiększył się procent uczniów, którzy spożywają w szkole II śniadanie
- wyraźnie wzrosło spożycie wody niegazowanej i soków
- uczniowie poszerzyli swoją wiedzę na temat zdrowego żywienia, co przełożyło się na procentowy spadek spożycia słodczy jako przekąski
- zwiększyła się liczba spożywanych owoców
- efektem podjętych działań zmniejszyła się liczba otyłych uczniów