PLAN PRACY SZOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE

w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych

w Kleszczowie

na rok szkolny 2017/2018

W kształceniu i wychowaniu uczniów w szkole ponadgimnazjalnej szczególnie ważną rolę odgrywa edukacja zdrowotna.

Zadaniem szkoły jest kształtowanie postaw prozdrowotnych uczniów, w tym wdrożenie ich do zachowań higienicznych, bezpiecznych dla zdrowia własnego i innych osób, ponadto ugruntowanie wiedzy z zakresu prawidłowego odżywiania się, korzyści płynących z aktywności fizycznej, stosowania profilaktyki. Zagadnienia z edukacji zdrowotnej są realizowane na zajęciach wychowania fizycznego w klasach pierwszych oraz na zajęciach z wychowawcą.

Od roku Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych w Kleszczowie należy do Sieci Szkół Promujących Zdrowie. W ramach tego programu przeprowadzono diagnozę wstępną, dzięki której wybrano problem priorytetowy -" ***Niski poziom wiedzy i błędne przekonanie w zakresie zdrowego żywienia, wynikające z wpływu mediów***".

Następnie zespół opracował plan działań według, którego podejmowane zostaną działania na terenie szkoły aby osiągnąć wyznaczony cel- ***" 30 % badanych uczniów podniesie poziom swojej wiedzy na temat zdrowego żywienia".***

1. Problem priorytetowy do rozwiązania:

Niski poziom wiedzy i błędne przekonanie w zakresie zdrowego żywienia, wynikające z wpływu mediów.

a) Krótki opis problemu priorytetowego

Na podstawie wyników uzyskanych z analizy kwestionariuszy ankiet, obserwacji zachowań uczniów i dyskusji stwierdziliśmy, że wielu uczniów ma niski poziom wiedzy z zakresu zdrowego żywienia oraz zdrowego stylu życia. W ankiecie dotyczącej źródła wiedzy na temat odżywiania większość (75 %) uczniów wskazało internet oraz media. Zaledwie dla 12 % badanych źródłem wiedzy są podręczniki, książki, 10 % lekcje, akcje na terenie szkoły, 3% wiadomości młodzież zdobywa w domu.

b) Uzasadnienie wyboru priorytetu

W dzisiejszych czasach media kreują wizerunek człowieka, zdrowego, pięknego, umięśnionego. Młodzież licealna podążając na owym ideałem często na własną rękę szuka odpowiedniego sposobu odżywiania się, ćwiczeń. Niestety w mediach oraz internecie pojawia się mnóstwo pseudonaukowych informacji dotyczących diet, suplementów diet, odżywek co prowadzi do błędnych przekonań i błędów w żywieniu.

2. Przyczyny główna/e istnienia problemu:

- bardzo duży dostęp do nieudokumentowanej naukowo wiedzy w internecie,
- uznanie przez uczniów internetu i mediów za autorytet w żywieniu,
- reklamy żywności, suplementów,
- nie podejmowanie tematu żywności w domu,
- brak chęci zdobywania wiedzy z zakresu zdrowego odżywiania przez uczniów w szkole,

3. Rozwiązania dla usunięcia przyczyny problemu

- szkolenia dla nauczycieli (wychowawcy, nauczyciele wychowania fizycznego),
- przygotowanie dla wychowawców materiałów na godziny wychowawcze z zakresu żywienia, i zdrowego stylu życia,
- szkolenie dla rodziców, nauczycieli, uczniów,
- spotkanie z dietetykiem dla uczniów, rodziców i nauczycieli,
- warsztaty kulinarne dla młodzieży,

- akcje promujące zdrową żywność oraz zdrowy styl życia na terenie szkoły,
- szkolenie dla nauczycieli wychowania fizycznego na temat odżywiania i suplementacji.

Plan działań
w okresie 2017/2018

I. CEL: Podniesienie poziomu wiedzy uczniów z zakresu zasad zdrowego żywienia .

1. Kryterium sukcesu: 30% uczniów podniesie znacząco swoją wiedzę odnośnie zasad zdrowego żywienia.

2. Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):

- **Co wskaże, że osiągnięto cel?** Sprawdzenie wiedzy uczniów
- **Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?** Zostanie przeprowadzony szkolny konkurs dla młodzieży o żywieniu, ankieta dla rodziców, wywiad.
- **Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?** Zespół ds. promocji zdrowia, czerwiec 2018.

II. ZADANIA

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/ osoba odpowiedzialna	Środki/ zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania	Uwagi o realizacji
1.Badanie uczniów analizatorem składu ciała	50 % uczniów z każdej klasy weźmie udział w badaniu	Organizowanie badań uczniów na długich przerwach.	Wrzesień	Koordynator z zespołem	Analizator składu ciała	Opracowanie analizy wyników badań przez uczniów	zrealizowano
2.Organizacja warsztatów pieczenia chleba w ramach "Dnia pieczenia chleba"	Co najmniej dwie klasy wezmą udział w pieczeniu chleba	Przygotowanie miejsca pieczenia chleba, stanowisk pracy oraz znalezienie przepisu na zdrowy chleb.	Październik	Koordynator z zespołem	Produkty do pieczenia chleba	Poczęstunek dla uczniów i nauczycieli, foto relacja na stronie szkoły	Zrealizowano
6.Organizacja szkoleniowej rady	80% nauczycieli i	Szkolenie w ramach WODN- "Szkoła	Listopad	Koordynator P. Urszula	Środki audiowizualne,	Lista obecności	

pedagogicznej dotyczącej - Szkoły Promująca Zdrowie	20% pracowników administracji będzie uczestniczyło szkoleniu	promująca zdrowie, plan działań"		Szewczyk-WODN	materiały biurowe		
7.Zorganizowanie spotkania z dietetykiem nt. zasad właściwego odżywiania	80 % uczniów weźmie udział w spotkaniu	Organizacja spotkania, przygotowanie dla uczniów materiałów informacyjnych	Grudzień	Koordynator dietetyk	Środki audiowizualne, materiały biurowe	Lista obecności, pogadanka na lekcji z wychowawcą	
8.Przeprowanie warsztatów kulinarnych	Co najmniej jedna klasa sportowa weźmie udział	Organizacja warsztatów kulinarnych, stanowisk pracy, produktów	Styczeń	Koordynator z zespołem kucharz	Produkty spożywcze	Poczęstunek dla uczniów z innych klas, foto relacja na stronie szkoły	
9.Organizacja szkolenia dla rodziców nt. Szkoły Promującej Zdrowie	30% rodziców weźmie udział w szkoleniu	Szkolenie w ramach WODN- "Szkoła promująca zdrowie, plan działań"	Styczeń	Koordynator P. Urszula Szewczyk-WODN	Środki audiowizualne, materiały biurowe	Lista obecności	
10.Zorganizowanie warsztatów kulinarnych z dietetykiem- zdrowe drugie śniadanie oraz szkolenia z suplementacji	20% biorących udział w warsztatach będzie z klas pierwszych	Organizacja warsztatów kulinarnych, stanowisk pracy, produktów	Luty	Koordynator dietetyk	Produkty spożywcze,	Poczęstunek dla uczniów z innych klas, foto relacja na stronie szkoły	
11.Przeprowadzenie konkursu kulinarnego "Master Kleszcz"	W konkursie weźmie udział co najmniej 6 drużyn z gimnazjum	Organizacja konkursu kulinarnego, stanowisk pracy, produktów	Marzec	Koordynator, zespół ds. promocji zdrowia	Produkty spożywcze, nagrody	Foto relacja na stronie szkoły	
12."Co jeść żeby być sprawnym i zdrowym"	90% wychowawcó w przeprowadzi pogadankę nt	Przygotowanie krótkiego materiału oraz wskazówek dla uczniów i ich rodziców	Kwiecień	Wychowawcy klas	Środki audiowizualne, materiały biurowe	Tematyka z zajęć z wychowawcą	

	zdrowego odżywiania się						
13. Zorganizowanie szkolenia z dietetykiem nt. suplementacji	60% uczniów weźmie udział w badaniu	Organizacja spotkania, przygotowanie dla uczniów materiałów informacyjnych	Maj	Koordynator dietetyk	Środki audiowizualne, materiały biurowe	Foto relacja na stronie	
14. Przeprowadzenie konkursu wiedzy o zdrowym żywieniu	80% uczniów napisze test sprawdzający wiedzę o zdrowym żywieniu	Organizacja konkursu, przygotowanie testu sprawdzającego poziom wiedzy nt. zdrowego odżywiania się. Powołanie komisji sprawdzającej prace.	Czerwiec	Koordynator, zespół ds. promocji zdrowia	Środki audiowizualne, materiały biurowe	Sprawdzenie prac uczniów przystępujących do konkursu. Foto relacja na stronie szkoły.	

Podpisy

Koordynator
Marta Szataniak

Członkowie zespołu
Joanna Durka

Eliza Jagła

Beata Wysmułek

Katarzyna Woźniak

Marek Jarząbkowski

Magdalena Balcerowicz