Pieczęć szkoły

**Załącznik A**

1. **Część wstępna planowania w roku szkolnym 2022/2023**

**1. Problem priorytetowy do rozwiązania:** nieumiejętne radzenie sobie z trudnymi emocjami i stosowanie niewłaściwych nawyków żywieniowych jako skutek funkcjonowania w okresie pandemii.

**a. Krótki opis problemu priorytetowego**

Wybierając problem priorytetowy zaniepokoił nas fakt, że ok. 30% uczniów w każdej klasie potrzebuje pomocy psychologa. Analizując wyniki ankiety klimat w naszej szkole zauważyliśmy również, że aż 38% uczniów wykazało stosowanie niewłaściwych nawyków żywieniowych, pomimo profilu

i charakteru szkoły, w której zdobywają wiedzę.

**b. Uzasadnienie wyboru priorytetu**

            Na podstawie przeprowadzonych obserwacji, wywiadów i ankiety zdiagnozowano, że główną potrzebą społeczności szkolnej jest podwyższenie świadomości funkcjonowania w dobrej formie psychicznej oraz dążenie do przestrzegania zasad odżywiania, które są gwarancją prawidłowego funkcjonowania w zdrowiu. Zaobserwowano, że młodzież coraz częściej w celu poprawienia sobie nastroju i rozładowania stresu sięga po energetyki

i wysokoenergetyczne przekąski. Naukowo zostało udowodnione, że taki sposób odżywiania tylko potęguje choroby nie tylko związane z ciałem, ale też i duchem. Dlatego tak istotne powinno być kształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego oraz fizycznego jak również rozwijanie umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Umiejętność ta jest cechą niezbędną w odniesieniu sukcesu w przyszłym życiu zawodowym.

**2. Główne przyczyny problemu:**

            Problemy o podłożu psychicznym w dużym stopniu są skutkiem zaistniałej sytuacji spowodowanej pandemią. Więzi międzyludzkie uległy osłabieniu, rozmowę „twarzą w twarz” zastąpiły media społecznościowe i środki masowego przekazu, co niekorzystnie wpłynęło na uczniów, wywołało wśród nich poczucie braku motywacji do działania i obniżenie własnego systemu wartości. Natomiast problemy związane z niewłaściwym odżywaniem są skutkiem nieprawidłowych nawyków wyniesionych z domu rodzinnego, nieświadomością faktu, że to co nam oferują producenci może być szkodliwe oraz uleganiom reklamom promującym produkty wysokoprzetworzone, bogate w cukry, tłuszcze nasycone i sól.

**3. Rozwiązania dla usunięcia problemu priorytetowego:**

            W rozwiązaniu problemów pomóc nam mają pogadanki podczas godzin wychowawczych, realizacja tematyki prozdrowotnej podczas wychowania fizycznego, udział uczniów w konkursach przedmiotowych, udział w projektach edukacyjnych oraz szkoleniach.

**Planowanie: Arkusz B**

**Plan działań Zespołu ds. programu Szkoła Promująca Zdrowie**

**w okresie 2022/2023**

**1. Cel** : zdecydowana większość uczniów potrafi zadbać o swoje zdrowie psychiczne i zmieni swoje nawyki żywieniowe.

**Kryterium sukcesu:** 70 % społeczności szkolnej stwierdzi, że wie jak zadbać o zdrowie psychiczne i stosuje prawidłowe nawyki żywieniowe.

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

* 1. **Co wskaże, że osiągnięto cel?**

Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród uczniów i nauczycieli, wywiady, rozmowy z pedagogiem, wychowawcami klas, nauczycielami przedmiotów zawodowych i pracownikami obsługi, obserwacje zespołu do spraw promocji zdrowia.

* 1. **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.

* 1. **Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?**

Zespół Ewaluacyjny ds. Promocji Zdrowia pod kierunkiem Danuty Komar – czerwiec 2023 r.

**2. Zadania**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nazwa zadania** | **Kryterium sukcesu** | **Sposób realizacji** | **Okres/termin realizacji** | **Wykonawcy/osoba**  **odpowiedzialna** | **Potrzebne**  **środki/zasoby** | **Sposób sprawdzenia wykonania zadania** |
| 1.Przeprowadzenie rozmów, obserwacji. | Określenie problemu priorytetowego. | Przeprowadzenie rozmów, wywiadów,  obserwacji. | wrzesień 2022 | Szkolny koordynator  i zespół ds. promocji zdrowia | Wywiady, obserwacja. | Przeanalizowanie  wywiadów i obserwacji. |
| 2.Opracowanie planu „Szkoła Promująca Zdrowie”. | Plan Pracy „Szkoły Promującej Zdrowie” | Działanie wg planu przez cały rok. | Wrzesień 2022 | Szkolny koordynator       i zespół ds. promocji zdrowia | Wyniki przeprowadzonej obserwacji oraz wywiadów. | Sprawozdania cząstkowe, opracowanie raportu z rocznej działalności placówki. |
| 3.Zapoznanie społeczności szkolnej  z problemem priorytetowym | 80% społeczności szkolnej zna problem priorytetowy | Zamieszczenie informacji o programie „Szkoła Promująca Zdrowie” na dzienniku elektronicznym dla rodziców uczniów klas pierwszych, zapoznanie z zasadami SzPZ nowo zatrudnionych pracowników, zamieszczenie planu pracy na szkolnej stronie www i stałej gazetce szkolnej | Wrzesień 2022 | Szkolny koordynator       i zespół ds. promocji zdrowia | Publikacja na szkolnej stronie internetowe, gazetka szkolna. | Pytania sprawdzające podczas jednej z akcji zespołu, obserwacja strony internetowej |
| 4.Obchody Światowego Dnia Jabłka | Wykonanie gazetki, zachęcenie 60% społeczności szkolnej do spożycia jabłka w tym dniu, wykonanie potraw z jabłkiem w tym dniu podczas zajęć na pracowniach technologicznych | Gazetka, poczęstunek społeczności szkolnej jabłkami, przygotowanie potraw z jabłkiem podczas zajęć na pracowniach | 28 wrzesień 2022 | Nauczyciele przedmiotów zawodowych | Materiały piśmiennicze, jabłka | Receptury na sporządzenie potraw z jabłkiem, galeria zdjęć. |
| 5.Obchody Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego | Wykonanie gazetki, zorganizowanie szkolnego konkursu fotograficznego ,,Mój przyjaciel” | Przeprowadzenie szkolnego konkursu fotograficznego ,,Mój przyjaciel” | 10 październik 2022 | Nauczyciele przedmiotów zawodowych | Materiały piśmiennicze, | Galeria zdjęć, ilość uczniów biorących udział w konkursie |
| 6.Udział w projekcie ,,Tydzień chleba i zdrowego stylu życia w szkole” organizowanego przez Fundację Dobre Życie. | Realizacja konkursu,  powstanie gazetki  wypiek chleba. | Szkoln**y** konkurs ,,Moja wiedza o chlebie”,  gazetka, przygotowanie receptur na wypiek chleba domowym sposobem,  wypiek i degustacja chleba podczas zajęć technologicznych, wypiek i degustacja chleba przez chętnych pracowników szkoły. | 16-23 października 2022 | Nauczyciele przedmiotów zawodowych | Materiały piśmiennicze, surowce przeznaczone na wypiek chleba | Receptury na wypiek chleba domowym sposobem, galeria zdjęć. |
| 7. Przygotowanie pokoju wyciszeń | Powstanie pokoju wyciszeń dla społeczności szkolnej | Wykonanie pokoju wyciszeń dla społeczności szkolnej | Listopad 2022 | Pracownicy niepedagogiczni | Fundusz remontowy szkoły | Monitorowanie ilości osób korzystających z pokoju. |
| 8.Obchody Światowego Dnia Życzliwości | Wykonanie gazetki oraz spotkania tematycznego podczas długiej przerwy | Gazetka, spotkanie tematyczne | 21 listopad 2022 | Samorząd uczniowski | Materiały piśmiennicze, | Galeria zdjęć |
| 9. Przeprowadzenie warsztatów dla rodziców, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych dotyczących wpływu odżywiania na stan emocjonalny człowieka | Warsztaty na temat  wpływu odżywiania na stan emocjonalny człowieka | 30% społeczności szkolnej skorzysta z proponowanych warsztatów | Grudzień 2022 | Nauczyciele przedmiotów zawodowych | Liczba pracowników, którzy wzięli udział w warsztatach | Lista obecności |
| 10. Przeprowadzenie kampanii ,,Jak wygląda moje ciało?” | 30 % społeczności szkolnej skorzysta z możliwości pomiaru swojego organizmu. | Warsztaty dla pracowników niepedagogicznych, nauczycieli i rodziców z wykorzystaniem analizatora składu ciała, wagi elektronicznej ze zintegrowanym miernikiem wysokości ciała, fałdomierza zegarowego, oprogramowania dietetycznego przeznaczonego do oceny żywienia indywidualnego i grupowego, a także do planowania i bieżących analiz spożycia badanych grup ludności na tle norm żywienia,. | Styczeń 2023 | Nauczyciele przedmiotów zawodowych | Analizator składu ciała, waga elektroniczna ze zintegrowanym miernikiem wysokości ciała, fałdomierze zegarowe, oprogramowania dietetyczne przeznaczone do oceny żywienia indywidualnego i grupowego. | Galeria zdjęć, informacja na szkolnej stronie internetowej. Liczba osób biorąca udział w warsztatach. Zbadanie stopnia zadowolenia z przeprowadzonych działań za pomocą ankiety – kosz  i walizka. |
| 11. Przeprowadzenie w klasach godzin wychowawczych na temat związku odżywiania z emocjami | 80% wychowawców przeprowadzi godziny wychowawcze na wskazany temat | Godziny wychowawcze na następujące tematy:  - ,,Wpływ intensywności negatywnych emocji na ilość spożywanej żywności”  - ,,Wpływ odżywiania na nasze samopoczucie” | Drugi semestr | Nauczyciele wychowawcy | Materiały piśmiennicze, środki audiowizualne | Wpisy w dzienniku lekcyjnym, zdjęcia |
| 12.Zorganizowanie w klasach dyskusji nt. relacji między uczniami | Każda klasa opracuje 1-2 wnioski z przeprowadzonej dyskusji | Organizacja dyskusji w  klasach | Cały rok | nauczyciel kompetencji społeczno-personalnych | Materiały piśmiennicze | Wpis w dzienniku lekcyjnym |
| 13.Opracowanie i realizacja warsztatów dla uczniów na temat radzenia sobie w sytuacjach trudnych | 80% uczniów uczestniczy w  warsztatach | Warsztaty | Cały rok | nauczyciel kompetencji społeczno-personalnych, pedagog szkolny | Materiały piśmiennicze, środki audiowizualne | Lista obecności |
| 14.Udział w pilotażowym modelu Specjalistycznych Centrów Wspierających Edukację Włączającą. | 80% nauczycieli pracuje według modelu SCWEW | Aktywny udział w zadaniach SCWEW | Cały rok | nauczyciele | Materiały piśmiennicze, środki audiowizualne | Sprawozdanie z programu SCWEW |
| 15. Udział w projekcie ,,Profilaktyka na miarę” | Maksymalne wykorzystanie platformy diagnostycznej on-line, zawierającej narzędzia rekomendowane przez MEN do badania zapotrzebowania na działania wychowawcze i profilaktyczne | Realizacja projektów i programów edukacyjnych, wychowawczych, interwencyjnych oraz profilaktycznych | Cały rok | Nauczyciele, wychowawcy | Platforma diagnostyczna przygotowana przez MEN, komputery | Prowadzenie dokumentacji wymaganej przez autorów projektu, uwzględnienie wyników ankiet podczas planowania działań wychowawczo-profilaktycznych. |
| 16.Ewaluacja działań | Analiza wskaźnika dotyczącego problemu priorytetowego | ankiety diagnozujące nauczycieli i uczniów | Maj 2023 | koordynator zespołu ds. promocji zdrowia | Materiały biurowe | Wyniki ankiet |
| 17.Opracowanie raportu z rocznej działalności placówki. | Zrealizowanie planu pracy | Opracowanie sprawozdania | Czerwiec 2023 | Szkolny koordynator i zespół ds. promocji zdrowia | Materiały biurowe | Roczne sprawozdanie i prezentacja działań podczas zakończenia roku szkolnego. |