



PLAN DZIAŁAŃ

NA ROK SZKOLNY 2024/2025

Zespół Szkół nr 2 im. ppłk. dr. S. Kulińskiego w Wągrowcu

Cel: Zmobilizowanie uczniów do zdrowego odżywiania się oraz dbania o aktywność fizyczną, aby poprawić samopoczucie, osiągnąć wyższe wyniki w nauczaniu i poprawić relacje personalne.

I Problem priorytetowy: Niska świadomość prozdrowotna uczniów

Nazwa działania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Termin realizacji	Osoba odpowiedzialna	Środki/ zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
organizacja pracy: - opracowanie planu pracy w ramach Szkoły Promującej Zdrowie - przypomnienie i zapoznanie nowych członków społeczności szkolnej z zadaniami SzPZ - zachęcanie do współpracy.	znajomość społeczności szkolnej procedur SzPZ – 60%	- przedstawienie planu działań opracowanego przez zespół ds.SzPZ - kontakt z koordynatorami SzPZ w ZS nr 2 - pogadanki, informacje w mediach społecznościowych i na stronie szkoły.	wrzesień, październik	koordynator, członkowie zespołu ds. SzPZ		plan działań
1. Popularyzacja zdrowego odżywiania.	uczeń zna zdrowe produkty spożywcze, potrafi sporządzać z nich posiłki, zna zasady piramidy żywieniowej -90%	- spotkanie z dietetykiem - walka z otyłością, anoreksja, bulimia, bigoreksja - zdrowe racjonalne odżywianie - badania BMI - specjalistyczne porady żywieniowe, - stworzenie własnego menu, opartego na wytycznych dietetyka - konkurs „Buła i spółka”, polegający na sfotografowaniu swojego zdrowego śniadania i przedstawieniu go w sm. - przygotowanie ulotki “Wiem, co jem” informującej o szkodliwych składnikach w żywności w ramach godzin informatyki	cały rok szkolny: wszystkie klasy marzec / kwiecień listopad	pedagog szkolny Zespół ds. SzPZ matematycy klasy technikum hotelarskiego wszystkie klasy, opiekun szkolnych sm wychowawcy klas informatycy	przybory plastyczne, projektor, materiały audiowizualne, ulotki i broszury. ulotki, materiały audiowizualne	zapisy w dzienniku lekcyjnym, dzienniku pedagoga, informacje programów, artykuł na stronie szkoły, zapisy w dzienniku

		– lekcje wychowawcze poświęcone zdrowiu. • prezentacja multimedialna • dystrybucja ulotek opracowanych przez klasy • gablota w holu szkoły - Światowy Dzień Chleba, - przerwy ze zdrową kanapką - konkurs na najciekawszą piramidę żywieniową - “Zielono mi” - Światowy dzień wegetarian. Dzień zielony w szkole: zorganizowanie konkursu w szkole na najelapsze danie wege i opracowanie książki kucharskiej z przepisami kulinarnymi; - spotkanie z technologiem Żywnienia / dietetykiem -Ale jaja! / Dzień z jajem promowanie wartości odżywczych jaja, przedstawienie właściwości zdrowotnych jajek, poloniści: szukanie związków frazeologicznych z “jajem”, językowcy: szukanie idiomów z “jajem”, fizycy: doświadczenia z jajem, matematycy: obliczenie dziennego zapotrzebowania na wartości odżywcze pochodzące z jaj. -akcja „Piję wodę” w myśl założenia, że picie wody poprawia koncentrację i pozytywny proces uczenia się (postawienie dystrybutora wody pitnej na korytarzu szkoły)	16. 10. październik II semestr 1.10. drugi piątek października cały rok	klasy maturalne geografia klasy technikum hotelarskiego klasy I, nauczyciel plastyki i hotelarstwa wybrani nauczyciele i uczniowie klasy z chemią rozszerzoną, nauczyciele chemicy i pozostali wychowawcy	przybory szkolne	zapisy w dzienniku
--	--	--	---	---	-------------------------	---------------------------

4. Kształtowanie wrażliwości na potrzeby innych ludzi i zwierząt	Wszyscy udzielają się na rzecz potrzebujących 60%	-spotkania z wolontariuszami - udział w akcjach: WOŚP, Szlachetna Paczka, Paczka dla Seniora, Szpikowa Paczka - zbiórki na rzecz schroniska dla zwierząt w Rybowie i Ruścu, opieka nad zwierzętami w schronisku,	cały rok wolontariat hotelarze	wolontariat	zbiórka pieniędzy, zabawek, rzeczy, odzieży	
--	---	--	---------------------------------------	-------------	---	--

II Problem priorytetowy: Niska aktywność fizyczna uczniów

Nazwa działania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Termin realizacji	Osoba odpowiedzialna	Środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1. Działania profilaktyczne - choroby nowotworowe.	- uczeń wie o szkodliwości dopalaczy i nałogów. - ma wiedzę z zakresu profilaktyki nowotworowej. - uczniowie pełnoletni wiedzą gdzie zgłosić się i jaki kryteria spełniać by zostać dawcą 60%	- walka z nałogami i substancjami psychoaktywnymi, dopalaczami – projekcja filmu w klubie dyskusyjnym i na godzinach wychowawczych, spotkanie z psychologiem uzależnień, - spotkanie z pracownikiem Ośrodka MONARu lub przeciwdziałania uzależnieniom, - udział w obchodach Światowego Dnia Rzucania Palenia Tytoniu- zwrócenie uwagi na szkodliwość e-papierosów. - udział drużyn poszczególnych klas w internetowym konkursie wiedzy o zdrowiu „O’SZTOZ – ogólnoszkolny konkurs o zdrowiu” (Organizatorem Konkursu jest SPOŁECZNA FUNDACJA „LUDZIE DLA LUDZI” z siedzibą w Poznaniu)	luty styczeń - luty okolice 16.listopada XII - III	opiekun Klubu Dyskusyjnego zespół SZPZ, wychowawcy pedagog, wszystkie klasy nauczyciele biologii we współpracy z Sanepidem zespół ds. SzPZ pedagog szkolny przy współpracy z Sanepidem		artykuły, zdjęcia, wpisy na FB, kronika szkoły film o uzależnieniu (ze stron Sanepidu)
2. Aktywność fizyczna: propagowanie racjonalnego spędzania czasu wolnego, udział w zajęciach	Uczeń wie jak ważną rolę pełni aktywność fizyczna w codziennym życiu, wie jak	- popularyzacja aktywnego spędzania czasu na wycieczkach rowerowych, pieszych, korzystania z miejskich klubów sportowych.	cały rok KL I-V	wszyscy nauczyciele	sprzęt sportowy	zapisy w dzienniku, artykuły na stronie szkoły

pozalekcyjnych, organizowanie atrakcyjnych form sportowo-wychowawczych.	dostosować ćwiczenia i gdzie aktywnie spędzać czas 60%	- "Kościszewo na sportowo" impreza sportowo-integracyjna - Spartakiada Powiatu Wągrowieckiego - Mistrzostwa Powiatu Wągrowieckiego - Spartakiada Sportów Obronnych - Dzień Sportu - systematyczne monitorowanie sprawności uczniów - zachęcanie i wspieranie w wysiłku uczniów z nadwagą, - udział uczniów w dodatkowych zajęciach sportowych SKS - wycieczki, - organizacja dla społeczności szkolnej zajęć fitness - pogadanki dotyczące aktywnego spędzania czasu wolnego - spływy kajakowe	wrzesień maj IX - V czerwiec czerwiec cały rok szkolny wrzesień, czerwiec cały rok	nauczyciele wychowania fizycznego nauczyciele wf, wszyscy nauczyciele nauczyciele wf nauczyciel edb wychowawcy	plan wycieczki, kompas, mapa	
3. Samokontrola zdrowia i rozwoju. Bezpieczeństwo w życiu codziennym.	uczeń wie jak bezpiecznie zachować się w szkole i poza nią 60%	- pierwsza pomoc przedmedyczna ze szczególnym uwzględnieniem pomocy przy zadławieniach i zachłyśnięciach. - instruktaże dot. bezpieczeństwa -- pogadanki - bezpieczne ferie i wakacje				
Podsumowanie zrealizowanych zadań		-przedstawienie rezultatów podjętych działań na podstawie materiałów i sprawozdań dostarczonych przez nauczycieli, -opracowanie raportu rocznego z planu działań	maj	Szkolny zespół Promocji Zdrowia		raport roczny z realizacji planu działań, fotorelacja, ankiety, publiczna prezentacja osiągnięć szkoły

Opracował: Zespół Szkoły Promującej Zdrowie