

# RAPORT ROCZNY Z WYNIKÓW DZIAŁAŃ SZKOŁY/PRZEDSZKOLA/PLACÓWKI w roku szkolnym 2022/2023

## Problem priorytetowy:

Mała świadomość pozytywnego wpływu ruchu na rozwój fizyczny i psychiczny.

## Wyniki ewaluacji:

### Cel zaplanowany:

celem nadrzędnym w promocji zdrowia, jest kształtowanie u ludzi postaw zdrowego stylu życia i warunków sprzyjających zdrowiu, jego poprawie i ochronie. Zbyt duża grupa uczniów naszej szkoły spędza czas wolny przed telewizorem lub komputerem i nie podejmuje regularnej aktywności ruchowej. Wyboru problemu priorytetowego dokonał zespół promocji zdrowia. Wybór ten został zaakceptowany przez radę pedagogiczną

**Kryterium sukcesu** (przytoczyć z planu działań SZPZ/PPZ na dany rok szkolny): znaczący odsetek ankietowanych (60%) rozumie zależność między systematycznym ruchem, a prawidłowym rozwojem psychicznym i fizycznym.

### Jak sprawdzono, czy osiągnięto kryterium sukcesu?

Diagnoza – Ankieta „Ruch a zdrowie” dla uczniów, rodziców oraz pracowników szkoły (październik 2022)

Ewaluacja – Ankieta „Ruch a zdrowie” dla uczniów, rodziców oraz pracowników szkoły (maj 2023)

### Jeśli nie udało się osiągnąć kryterium sukcesu to dlaczego?:

Realizacja zadań			
Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	W jakim stopniu osiągnięto kryterium sukcesu?	Czego nie udało się zrobić i dlaczego?
Zapoznanie społeczności szkolnej z koncepcją i strategią SzPZ oraz priorytetem szkoły w roku szkolnym 2022/23	Społeczność szkolna zna priorytet SzPZ w roku szkolnym 2022/23	Gazetka w holu szkoły. Przedstawienie planu na RP, informacja na zebraniach z rodzicami i lekcjach wychowawczych (cele i założenia SzPZ na rok szkolny 2022/23)	
Diagnoza. Ankieta dla uczniów, rodziców oraz pracowników szkoły	Uczniowie, pracownicy szkoły i rodzice wypełniają anonimowy test dotyczący aktywności ruchowej	Udział uczniów klas I-VIII, nauczycieli, pracowników szkoły i rodziców w badaniu ankietowym	Promowanie wśród społeczności szkolnej udziału w organizowanych badaniach ankietowych

„Święto kapusty”	Uczniowie chętnie angażują się w zajęcia sportowe przeprowadzane na wesolo i z wykorzystaniem kapusty	Konkurencje sportowe na boisku szkolnym dla uczniów klas I-VIII	
Wycieczka rowerowa, zajęcia w kręgielni	Uczniowie poznają różne formy spędzania wolnego czasu	Jednodniowa wycieczka rowerowa klas V i VII oraz zawody w kręgle	
„Dzień chłopaka” na sportowo	Ruch na świeżym powietrzu- pokazy taneczne, międzyszkolny turniej piłki nożnej	Uczniowie klas IV-VIII uczestniczą w rozgrywkach sportowych	Zwiększenie udziału uczniów w obchodach Dnia Chłopaka dla wszystkich oddziałów
Lekcja tańca	Większość uczniów aktywnie uczestniczy w proponowanych zajęciach ruchowych	Zajęcia taneczne klas I-VIII na dużej przerwie w piątek	Rozpropagować organizację i udział uczniów w przerwach tanecznych
Aktywna przerwa	Większość uczniów aktywnie uczestniczy w proponowanych zajęciach ruchowych	Gry i zabawy ruchowe: klasy 1-8 na dużej przerwie w piątek	Rozpropagować organizację i udział uczniów w aktywnych przerwach
Szkolny Bieg Niepodległości	Wszyscy uczniowie biorą udział w przełajowym biegu z przeszkodami	Zorganizowane zajęcia ruchowe na boisku szkolnym dla uczniów klas I-VIII; ulotka informacyjna o organizowanej uroczystości	
Akcja „wspólne drugie śniadanie”	Uczniowie wiedzą, jak ważne dla zdrowia i efektywnej edukacji jest codzienne spożywanie zdrowego dobrego śniadania. Znają korzyści ze spożywania owoców i warzyw. Uczniowie wspólnie z nauczycielem spożywają śniadania	Gazetka informacyjna o akcji. Wspólne spożywanie posiłku podczas przerwy w szkole o godzinie 9:40-9:50	
Konkurs „Piramida zdrowia”	Zapoznanie uczniów z zasadami zdrowego odżywiania według piramidy zdrowia oraz promowanie aktywności ruchowej	Konkurs na pracę plastyczną z możliwością wykorzystania narzędzi multimedialnych klasy IV-VI	

Konkurs „Chemii mniej – ciału lżej”	Ograniczenie wśród uczniów spożywania „pustych kalorii” dzięki akcji poszerzania wiedzy uczniów	Konkurs dla klas VII-VIII na pracę plastyczną z możliwością wykorzystania narzędzi multimedialnych (plakaty informacyjne)	
Światowy Dzień Walki z AIDS	Uczestnictwo klas VII-VIII w konkursie z wiedzy na temat AIDS, zdobywanie wiedzy o HIV/AIDS	Organizacja konkursu wiedzy i pogadanka na temat wpływu aktywności fizycznej na zwiększenie odporności organizmu	
Siłownia św. Mikołaja	Uczniowie klas I-VIII chętnie uczestniczą w stacjach treningowych, które poprawią kondycję i wywołą pozytywne emocje	45- minutowe zajęcia ruchowe (w każdej klasie 1 stanowisko)	
Aktywna przerwa	Większość uczniów aktywnie uczestniczy w proponowanych zajęciach ruchowych	Gry i zabawy zimowe dla klas I-VIII	Rozpropagować organizację i udział uczniów w aktywnych przerwach
Zdrowe drugie śniadanie	Uświadomienie Rodzicom znaczenia spożywania drugiego śniadania z ograniczeniem węglowodanów	Spotkanie – warsztaty rodziców z dietetykiem.	
Hartujemy się – zajęcia na lodowisku	Większość uczniów skorzysta z nauki jazdy na łyżwach	60 – minutowe zajęcia na lodowisku, które wzmocnią odporność organizmu na zimno i choroby poprawią układ krążenia i działanie układu oddechowego	
Konkurs fotograficzny „Radość z Ruchu”	Uczniowie dzielą się swoimi sportowymi zainteresowaniami z rówieśnikami	Uczniowie klas I-VIII przesyłają zdjęcia	
Poznajemy rolę aktywności fizycznej – quiz dla uczniów	Uczniowie biorą udział w quizie, gdzie podzielą się wiedzą o aktywności fizycznej	Organizacja quizu dla uczniów klas IV-VIII	

Sport nie kosztuje, a kto go uprawia wiele zyskuje	Znajomość zagadnienia będącego tematem przewodnim pogadanki	Pogadanki w klasach, gazetka szkolna	
Taneczny piątek	Większość uczniów aktywnie uczestniczy w proponowanych zajęciach tanecznych	Udział uczniów w nauce tańca na każdej przerwie Kl. I - VIII	Rozpropagować organizację i udział uczniów w tanecznych przerwach
Aktywna lekcja	Uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach językowo – ruchowych oraz angażują się w proponowane ćwiczenia	45 – minutowe zajęcia językowo – ruchowe dla klas I-III lub 5 minut prostych atrakcyjnych dla uczniów ćwiczeń, które poprawią koncentrację i pozwolą pozbyć się negatywnych emocji	
Światowy dzień walki z otyłością	Uczniowie rozumieją znaczenie codziennej aktywności fizycznej w walce z otyłością	Przygotowanie zestawów ćwiczeń na lekcję wychowania fizycznego dla uczniów I-III; gazetki informacyjne	
Ruch prezentem na Dzień Kobiet	Wszyscy uczniowie aktywnie uczestniczą w proponowanych zajęciach rekreacyjno – sportowych	Gry i zabawy ruchowe klas I-III w wybranych obiektach sportowych	
Sportowy Pierwszy Dzień Wiosny	Uczniowie chętnie uczestniczą w rozgrywkach sportowych z uwzględnieniem zasady fair play	Zabawy i gry drużynowe na boisku szkolnym	
Światowy Dzień Zdrowia Jamy ustnej	Uczniowie uczą się prawidłowych nawyków pielęgnowania jamy ustnej, budują szacunek dla samego siebie	Pogadanki w klasach	
Akcja Światowy Dzień Zdrowia	Uczniowie wiedzą, że 7 kwietnia jest Światowym Dniem Zdrowia	Zapoznanie społeczności szkolnej z treścią gazetki pod hasłem Światowy Dzień Zdrowia	
Światowy Dzień Aktywności Fizycznej	Uczniowie poznają sylwetkę znanego sportowca (żuźlowiec/siatkarz)	Spotkanie ze znanym sportowcem	

Zabawy podwórkowe zamiast tabletu	Uczniowie chętnie uczestniczą w proponowanych zabawach na boisku szkolnym	Godzinne zabawy podwórkowe dla klas I-III	
Światowy Dzień Roweru	Uczniowie chętnie uczestniczą w zorganizowanych wycieczkach rowerowych	45 – minutowe zajęcia ruchowe – Rowerowy tor przeszkód kl.I – IV Rajd rowerowy dla klas V - VIII	Rajd rowerowy nie udało się zrealizować z uwagi na nieobecność nauczyciela oraz złe warunki pogodowe
Ewaluacja	Uczniowie i pracownicy szkoły i rodzice wypełniają anonimowy test.	Udział uczniów, pracowników szkoły i rodziców w badaniu	

### **Wnioski (posumowanie i interpretacja wyników ewaluacji):**

1. Korzyści z działań (dla uczniów, szkoły, społeczności szkolnej):
  - a) badanie wśród rodziców i pracowników szkoły:
    - rodzice widzą wzrost sprawności fizycznej dzieci;
    - nastąpił wzrost zainteresowania uprawianiem sportu;
    - wspólne aktywne spędzanie czasu w rodzinie zwiększyło się o 5%;
    - o 11% więcej rodziców organizuje zajęcia dla swoich dzieci w klubach sportowych;
    - rodzice widzą, że uczniowie chętniej uczestniczą w zajęciach wychowania fizycznego i zawodach sportowych;
    - wszyscy pracownicy szkoły potwierdzają, że w szkole przekazuje się wystarczająco informacji na temat korzyści płynących z prowadzenia zdrowego stylu życia.
  - b) badanie wśród uczniów:
    - ponad połowa uczniów uważa, że ma bardzo dobrą kondycję fizyczną, 39% - przeciętną, a tylko 5% - słabą;
    - znacznie wzrosła ilość dzieci uprawiających sport poza szkołą;
    - uczniowie częściej wybierają aktywne różnorodne formy spędzania wolnego czasu;
    - bardzo dużo uczniów ( 89%) chętnie ćwiczy na zajęciach wychowania fizycznego, 7% rzadko ćwiczy, a tylko 2% jest zwolniona lub opuszcza zajęcia;
    - wzrosła wiedza uczniów na temat negatywnego wpływu braku aktywności fizycznej na ich zdrowie;
    - wzrost wiadomości uczniów na temat zagrożeń zdrowia związanych z niską aktywnością fizyczną.
2. Trudności w realizacji działań:
  - Zachęcenie uczniów mniej aktywnych ruchowo do uczestnictwa w proponowanych zajęciach sportowych.

Kamila Pilarska  
Koordynator SzPZ/PPZ