

Kamienica Polska, 25 września 2017r.

W odpowiedzi na petycję o dokonanie wewnętrznej analizy stanu faktycznego, panującego w Jednostce w przedmiocie kształtowania zdrowych nawyków żywieniowych Dyrektor Szkoły Podstawowej im. H. Sienkiewicz w Kamienicy Polskiej uprzejmie informuje, że szkoła od lat podejmuje szereg działań z tego zakresu. Działania są realizowane w ramach obowiązkowych zajęć edukacyjnych oraz uwzględnianie w Szkolnym Programie Profilaktyki, a obecnie w Programie wychowawczo – profilaktycznym. Jako potwierdzenie, przedstawiam zestawienie działań w poszczególnych latach:

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej rok szkolny 2016/2017

1. Zgłoszenie szkoły do programu „Śniadanie daje moc”, realizacja działań przez zgłoszone klasy I – III.(szkoła otrzymała certyfikat realizacji programu)
2. Organizacja w szkole działań z okazji Ogólnopolskiego Dnia Drugiego Śniadania (12.09.2016r.) przeprowadzenie wśród uczniów klas I – VI akcji „Kanapka w każdym plecaku – Jem drugie śniadanie”.
3. Wykonanie przez samorząd gazetki tematycznej i ulotek edukacyjnych dla uczniów z klas I- VI pod hasłem „Śniadanie na 6”
4. „Uwaga nadwaga” – przeprowadzenie w szkole kampanii na rzecz walki z otyłością w ramach Ogólnopolskiej Kampanii społecznej „Uwaga Nadwaga” (wrzesień).
5. Spotkanie z dietetykiem– pogadanka dla uczniów klas I – III i IV – VI. (wrzesień 2016r.)
6. Warsztaty samorządowe – dla uczniów z klas IV – VI „Warzywa i owoce jako główne źródło zdrowego życia” (wrzesień).
7. Warsztaty samorządowe dla uczniów z klas IV- VI „Piramida Zdrowia kiedyś i dziś”(luty 2017r.).
8. Konkurs dla uczniów z klas IV – VI na wykonanie ulotki edukacyjnej „Uwaga nadwaga”.
9. Ogólnopolski Dzień Zdrowego Śniadania (08.11.2016r.) realizacja działań w klasach I – III według regulaminu programu „Śniadanie daje moc”.
10. „Mamo, tato wolę pić wodę” – wykonanie tematycznej gazetki ściennej i ulotek edukacyjnych dla uczniów „7 zalet picia wody”.
11. Organizacja Dni Kultury Zdrowotnej i Ekologicznej w szkole (kwiecień 2017r.)
12. Udział szkoły w programie „Owoce w szkole” klasy I – III(wszyscy uczniowie).
13. Udział szkoły w programie „Szkłanka mleka” klasy I – VI (wszyscy uczniowie).
14. Działania „Szkolnego Klubu Wiewiórka” klasy I – III.
15. Dożywianie dla uczniów z klas I – VI dofinansowane przez GOPS w Kamienicy Polskiej.
16. Edukacja zdrowotna – Blok programowy w klasach II i III tematyka prowadzona przez nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej i współpracy pedagoga szkolnego.

Na przykład:

BLOK TEMATYCZNY: Zdrowym być !

- Czytanie tekstu „Co jeść, aby być zdrowym?”

- Układanie i zapisywanie jadłospisu na cały dzień.

- Witaminy i źródła ich występowania- zbieranie i czytanie informacji na temat witamin.

- Odczytywanie informacji

z piramidy zdrowia.

- Rozmowa na temat wpływu jedzenia na zdrowie.

- Przeprowadzenie doświadczenia „Czy słodkie napoje gaszą pragnienie?”.
 - Przeprowadzenie doświadczenia „Czy słone napoje gaszą pragnienie?”.
 - Wykonanie plakatów promujących zasady zdrowego odżywiania.
 - Poznanie pracy dietetyka. Szacunek dla pracy dietetyka.
 - Zabawa ruchowa „Witaminy”.
17. Edukacja zdrowotna - Realizacja tematyki wg planu wychowawców w klasach IV – VI w ramach zajęć z wychowawcą i współpracy z pedagogiem szkolnym
 18. Organizacja zajęć na krytej pływalni w Częstochowie - prowadzenie przez nauczycieli wychowania fizycznego zajęć nauki pływania oraz zajęć rekreacyjnych na basenie.
 19. Prowadzenie dla uczniów zajęć rekreacyjno- sportowych.
 20. Jesienne warsztaty „Nordic walking” – marsz na dystansie 5 km (październik)
 21. Edukacja i profilaktyka na wypadek występowania chorób sezonowych i zakaźnych- zajęcia z wychowawcą, pogadanka w klasach IV – VI w ramach lekcji wychowania fizycznego, gazetka tematyczna .

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2015/2016

1. „Szkoła przyjazna w zakresie żywienia i aktywności fizycznej” Zakończenie realizacji programu i przyznanie dla szkoły drugiego certyfikatu „Szkoły przyjaznej w zakresie żywienia i aktywności fizycznej”. Certyfikat szkoła otrzymała z udział w trzy letnim programie KIK/34 i realizacji przez uczniów z klas I – VI, nauczycieli, rodziców i pracowników administracyjnych projektu tytułem „Zapobieganie nadwadze i otyłości oraz chorobom przewlekłym poprzez edukację społeczeństwa w zakresie żywienia i aktywności fizycznej
2. „Hiperaktywny Instytut Eksperymentów Nad Aktywnością Fizyczną- kontynuacja działań w ramach projektu KIK/34 wykorzystanie materiałów edukacyjnych w ramach lekcji wychowania fizycznego (propozycje Profesora Funfita).
3. Światowy dzień walki z otyłością – obchody dnia w szkole pod hasłem „Good Food”- przypomnienie szkolnego kodeksu , gazetka tematyczna, udział uczniów z klas IV – VI w teście Coopera w ramach lekcji wychowania fizycznego.
4. Działania „Szkolnego Klubu Wiewiórka.
5. Organizacja Dni Kultury Zdrowotnej w szkole
6. Poranek szkolny „Dbajmy o swoje zdrowie” przygotowany przez uczniów z klas I.
7. Realizacja elementów programu „Mamo, tato, wolę pić wodę” pakiety edukacyjne dla dzieci z klas I.
8. Przeprowadzenie szkolnego konkursu na gazetkę ścienną dla uczniów z klas I – VI pod hasłem „Wszystko dla zdrowia”
9. Zorganizowanie Kiermaszu Zdrowej Żywności „ABC ZDROWIA” przez członków rady młodzieżowej samorządu uczniowskiego w szkole.
10. Promowanie zdrowego stylu życia w sferze psychiczno- fizycznej oraz prawidłowe odżywianie się w domu i w szkole. Blok programowy w klasach II i III tematyka prowadzona przez nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej i współpracy pedagoga szkolnego.
11. Realizacja tematyki Promowanie zdrowego stylu życia w sferze psychiczno- fizycznej oraz prawidłowe odżywianie się w domu i w szkole wg planu wychowawców w klasach IV – VI w ramach zajęć z wychowawcą i współpracy z pedagogiem szkolnym.
12. Realizacja tematyki Promowanie zdrowego stylu życia w sferze psychiczno- fizycznej oraz prawidłowe odżywianie się w domu i w szkole w ramach lekcji przyrody.

13. Udział szkoły w programie „Owoce w szkole” klasy I – III (wszyscy uczniowie).
14. Udział szkoły w programie „Szklanka mleka” klasy I – VI (wszyscy uczniowie).
15. „Mamo, tato wolę pić wodę” - Edukacja w klasach pierwszych propagująca picie wody (materiały dydaktyczne dla wychowawców, broszury dla dzieci oraz odznaki z logo akcji).
16. Organizacja zajęć na krytej pływalni w Częstochowie - prowadzenie przez nauczycieli wychowania fizycznego zajęć nauki i doskonalenia pływania.
17. Organizacja zajęć rekreacyjno- sportowych, udział w zawodach i rozgrywkach sportowych.
18. Dożywianie dla uczniów z klas I – VI dofinansowane przez GOPS w Kamienicy Polskiej dla uczniów z klas I – VI.
19. Wsparcie wybranych rodzin uczniów naszej szkoły przez akcję Banku Żywności organizatorem Caritas.
20. Edukacja i profilaktyka na wypadek występowania chorób sezonowych i zakaźnych- zajęcia z wychowawcą, pogadanka w klasach IV – VI w ramach lekcji wychowania fizycznego, gazetka szkolna.

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2014/2015

1. Przyznanie certyfikatu dla szkoły „Szkoła Przyjazna Żywieniu i Aktywności Fizycznej w roku szkolnym 2013/2014 . Certyfikat otrzymało 17 szkół z województwa śląskiego za udział w projekcie i realizowanie wymaganych działań
2. Kontynuacja programu KIK/34 w szkole przez uczniów z klas I – VI, nauczycieli, rodziców i pracowników administracyjnych. Opracowanie i przesłanie raportu z realizacji projektu KIK 34 pod tytułem „Zapobieganie nadwadze i otyłości oraz chorobom przewlekłym poprzez edukację społeczeństwa w zakresie żywienia i aktywności fizycznej”. Dokumentacja dotycząca podjętych działań oraz realizacji zadań szkoły w sprawie odżywiania i aktywności fizycznej została przesłana do Koordynatorów wojewódzkich zgodnie z wymogami w 2 formach: zarówno w papierowej (tylko tekst bez zdjęć), jak i elektronicznej - na płycie CD (tekst i zdjęcia). Przesłana dokumentacja z roku 2014/15 zawiera kryteria i opis działań z zakresu aktywności fizycznej oraz z zakresu odżywiania.

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2013/2014

1. Realizacja projektu KIK /34 w ramach Szwajcarsko – Polskiego Programu Współpracy pod tytułem ”Zapobieganie nadwadze i otyłości oraz chorobom przewlekłym poprzez edukację społeczeństwa w zakresie żywienia i aktywności fizycznej” Zachowaj równowagę. Szkoła przyjazna w żywieniu i aktywności fizycznej.
2. Dokumentacja dotycząca podjętych działań oraz realizacji zadań w sprawie odżywiania i aktywności fizycznej przesłana do koordynatorów wojewódzkich zgodnie z wymogami.
3. Program „Mam kota na punkcie mleka” – realizacja programu z uczniami z klas II- VI.(sprawozdanie i certyfikat dla szkoły)
4. Projekcja filmu edukacyjnego dla uczniów klas I- VI „Zachowaj równowagę z Pascalem” oraz „Żyj smacznie i zdrowo”.
5. Organizacja Szkolnej kampanii na rzecz zdrowia pod hasłem „Mało ruchu + Fast food= nadwaga i wady postawy”, wykonanie gazetki tematycznej „Wiem co jem śniadanie na medal”, „Szkoła w ruchu”. (X, XI, XII 2013)

6. Światowy dzień walki z otyłością – obchody dnia w szkole pod hasłem „Jedz zdrowo i dużo się ruszaj”, gazetka tematyczna „Choroby XXI wieku”, udział uczniów z klas IV – VI w teście Coopera.(24.10.2013)
7. Akcja szkolna „Jem zdrowo- unikam pułapek żywieniowych godzina zajęć w klasach I- III
8. „Dzień zdrowego śniadania” działania w klasach I-III- przygotowanie przez uczniów zdrowego śniadania, wspólny posiłek (listopad-grudzień 2013).
9. Dzień zdrowego odżywiania wykonywanie surówek przez uczniów klas II, III.
10. Akcja szkolna „Kanapka w każdym plecaku”- monitoring prowadzony wśród uczniów klas IV – VI, pogadanka dla uczniów
11. Szkolny kiermasz zdrowej żywności – przygotowanie i przeprowadzenie w kiermaszu przez opiekuna samorządu oraz członków rady młodzieżowej (październik 2013).
12. Wykorzystując materiały Instytutu Ochrony Praw Konsumenta w Polsce Rada Młodzieżowa opracowała dla potrzeb uczniowskich nową listę produktów spożywczych polecanych do sklepiu szkolnego, listę produktów które warto wycofać z asortymentu oraz spotkała się z właścicielem sklepiu szkolnego w celu przypomnienia Szkolnego Kodeksu konsumenta.
13. Udział szkoły w programie „Owoce w szkole” klasy I – III(wszyscy uczniowie)
14. Udział szkoły w programie „Szlanka mleka” klasy I – VI (wszyscy uczniowie).
15. Organizacja zajęć na krytej pływalni w Częstochowie - prowadzenie przez nauczycieli wychowania fizycznego zajęć nauki i doskonalenia pływania.
16. Udział uczniów z zajęciach rekreacyjno- sportowych , w zawodach i rozgrywkach sportowych
17. Prowadzono w szkole dożywianie dla uczniów z klas I – VI dofinansowane przez GOPS w Kamienicy Polskiej dla uczniów z klas I – VI.
18. Realizacja zadań w zakresie propagowania zdrowego stylu życia przez pedagoga szkolnego. Pogadanka dla uczniów na temat „ Kształtowanie nawyków żywieniowych”

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2012/2013

1. Przystąpienie do realizacji trzy letniego projektu KIK /34 w ramach Szwajcarsko – Polskiego Programu Współpracy pod tytułem ”Zapobieganie nadwadze i otyłości oraz chorobom przewlekłym poprzez edukację społeczeństwa w zakresie żywienia i aktywności fizycznej” Zachowaj równowagę. Szkoła przyjazna w żywieniu i aktywności fizycznej
2. Spotkanie lidera ww. projektu p. J.Ciejpa z przedstawicielami Rady Rodziców w celu omówienia programu oraz współpracy podczas realizacji. Broszury dla rodziców „Zasady zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dzieci i młodzieży w wieku szkolnym”.
3. Przeprowadzenie dwumiesięcznej Kampanii edukacyjno- informacyjnej dla całej społeczności szkolnej nt.”Mało ruchu + Fast food = nadwaga i masowe wady postawy w ramach której wykonano: gazetkę tematyczną „Wiem co jem”, napisanie artykułu do biuletynu gminnego, „Śniadanie i drugie śniadanko”, opracowanie i przekazanie ulotek dla rodziców i uczniów „Śniadanie daje moc”, przeprowadzanie ankiety „Mój sposób odżywiania” wśród uczniów z klas I – VI , przedstawiciele klas IV – VI uczestniczyli w warsztatach samorządowych „Aktywnie po zdrowie” , uczniowie z klas IV , V, VI wykonali plakaty na temat; Dekalog zdrowia, Zdrowe przekąski, Propozycje zdrowych śniadań.

4. Uczniowie klas IV – VI w ramach lekcji wychowania fizycznego obejrżeli prezentację multimedialną „Wiem co jem- aktywnie po zdrowie”, uczniowie z klasy VI A/B opracowali listę produktów, które warto wycofać z asortymentu sklepu szkolnego i listę produktów polecanych do sklepu (lista została przekazana właścicielowi sklepu w szkole).
5. Uczniowie zapoznali się z kodeksem „Wiem co jem – Uczeń konsument”.
6. Klasa VI b przygotowała i zaprezentowała apel szkolny na temat „Twoje zdrowie w twoich rękach. Czy wiesz co jesz?”. Apel był podsumowaniem szkolnej kampanii.
7. Udział szkoły od 17 IX do 30 XI 2012 r. w Ogólnopolskiej Kampanii „Uwaga nadwaga”, w ramach kampanii odbyło się spotkanie z dietetykiem i prelekcja dla uczniów w klasach I – III i IV – VI, pedagogizacja rodziców poprzez ulotki tematyczne „Uwaga nadwaga” oraz zaproszenia do skorzystania z bezpłatnej wizyty i konsultacji z lekarzem dietetykiem dla uczniów i rodziców.
8. Realizacja programu edukacji antynikotynowej pt. „Nie pal przy mnie proszę” przez uczniów z klas I – III. Program został przesłany przez Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Częstochowie i miał na celu wykształcenia u dzieci świadomej umiejętności radzenia sobie w sytuacjach, w których inne osoby palą przy nich papierosy.
9. Udział szkoły w programie „Owoce w szkole” klasy I – III (wszyscy uczniowie)
10. Udział szkoły w programie „Szkłanka mleka” klasy I – VI (wszyscy uczniowie)
11. Przeprowadzenie w szkole Komputerowych Badań Wad Postawy – badanie odpłatne, w badaniu uczestniczyło 47 uczniów z klas I – VI.
12. Wirusowe zapalenie wątroby typ A i B – Profilaktyka. Edukacja uczniów w klasach I – VI, przeprowadzenie pogadanki tematycznej w oparciu o materiały Państwowej Inspekcji Sanitarnej, pedagogizacja rodziców poprzez ulotki, gazetka tematyczna, ulotki dla uczniów „Zapobiegamy szerzeniu się wirusów”, pogadanka w ramach godziny z wychowawcą
13. Grypa sezonowa ogólne wskazania profilaktyczne (wykonanie gazetki informacyjnej, pogadanka w ramach godziny z wychowawcą, pogadanka w ramach lekcji wychowania fizycznego)
14. Organizacja zajęć na krytej pływalni w Częstochowie - prowadzenie przez nauczycieli wychowania fizycznego zajęć nauki i doskonalenia pływania- udział uczniów z zajęciach zawodach i rozgrywkach sportowych
15. Prowadzono w szkole dożywianie dofinansowane przez GOPS w Kamienicy Polskiej dla 20 uczniów z klas I – VI.

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2011/2012

1. Realizacja Programu „Zdrowo jem, więcej wiem” edycja II program przeznaczony dla uczniów z klas I – III
2. Udział w I edycji programu fundacji BOŚ "CZAS NA ZDROWIE" promującym ideę zdrowego stylu życia, właściwego odżywiania i aktywności fizycznej.
3. Projekcja filmów promujących zdrowy styl życia zrealizowanych na zamówienie Fundacji BOŚ – cykl ŚMIETNIK W MOJEJ GŁOWIE
4. Kampania edukacyjna „Woda źródłem życia” w klasach I -VI podczas lekcji z wychowawcą klasy, podczas lekcji przyrody, podczas lekcji wychowania fizycznego, wykonanie ściennej gazetki tematycznej, ulotki dla uczniów na temat „Plusy i minusy picia wody”.
5. Zgłoszenie przez dyrektora do oddziału terenowego Agencji Rynku Rolnego i udział szkoły w programie dla uczniów klas I – IIII szkoły „Owoce w szkole”

6. Udział grupy uczniów pod opieką nauczycieli w konferencji na temat „Śniadania do szkoły czyli co jedzą nasze dzieci przekazanie materiałów edukacyjnych z konferencji Radzie Rodziców i właścicielowi sklepiku szkolnego efekt poprawa jakości produktów w sklepiku szkolnym
7. Realizacja bloku tematycznego „Racjonalne odżywianie” temat: Zdrowe odżywianie- produkty zakazane i wskazane. Czy wiesz co jesz ? Tematy zrealizowany w klasach IV - VI na godzinie z wychowawcą.
8. Realizacja bloku tematycznego w klasach I „Dbamy o swoje zdrowie” tematy: Zdrowe odżywianie. Ruch jako sposób spędzania wolnego czasu. Śmiech służy zdrowiu. Leki i herbatki ziołowe. „Witamy panią Jesień w sadzie i w ogrodzie” tematy: Kosz pełen owoców. Owoce przez cały rok. Kosz pełen warzyw. Warzywa przez cały rok. Edukacja motoryczna –tematy wg planu zajęć.
9. Realizacja bloku tematycznego w klasach II- III Zdrowe odżywianie: „Wrzesień niesie jesień” tematy: Jesienią, jesienią sady się rumienia. Ogrody warzywne. Robimy zapasy na zimę.”Płyną chmurki, płyną mgiełki” tematy: Dlaczego należy dbać o zdrowie?.Odżywiam się zdrowo.”Zima w pełni” tematy: Sporty zimowe. A miało być tak wesoło. Wkrótce ferie. Olimpiady sportowe.
10. Dni Zdrowia i edukacji ekologicznej.
11. Festyn zdrowia z okazji Dnia Dziecka
12. Działania szkolnego Klubu Wiewiórka
13. Organizujemy wspólne II śniadanie w szkole- realizacja działań w klasach I- III
14. Dożywianie dla uczniów (z obiadów w szkole korzysta uczniów w tym bezpłatnie dofinansowanie z GOPS w Kamienicy Polskiej)
15. Edukacja dla rodziców - opracowanie ulotek dla rodziców „Dbajmy o zdrowie naszego pokolenia nie zapominając również o swoim”
16. Poprawa jakości sprzedawanych produktów w sklepiku szkolnym
17. Udział szkoły w programie „Szlanka mleka”
18. Organizacja zajęć UKS dla dziewcząt i chłopców

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2010/2011

Szkolny Program Profilaktyki Szkoły – realizacja zadań na podstawie opracowanego harmonogramu do planu pracy. Dokumentacja w zielonych teczkach.

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2009/2010

Nowe priorytety np. bezpieczeństwo, program MEN „Bezpieczna i przyjazna szkoła” „SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”

Profilaktyka – Edukacja Zdrowotna

Realizacja działań wg planu do opracowanego programu profilaktyki szkoły.

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2008/2009

„SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”

Profilaktyka – Edukacja Zdrowotna

Realizacja działań wg planu do opracowanego programu profilaktyki szkoły.

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2007/2008

Kontynuacja działań edukacji zdrowotnej dla szkół z certyfikatem „Szkoła Promująca Zdrowie”

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2006/2007

4 września 2006 roku otrzymaliśmy CERETYFIKAT ŚLĄSKIEJ SIECI SZKÓŁ
PROMUJĄCYCH ZDROWIE i zaszczytny tytuł
„SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”

WOJEWÓDZTWO ŚLĄSKIE – Szkoły z certyfikatem – 49 Szkół Podstawowych
POWIAT CZĘSTOCHOWSKI – 3 Szkoły z certyfikatem (w tym nasza szkoła)

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2005/2006

Realizacja opracowanego i zatwierdzonego Programu Edukacji Zdrowotnej i przesłanie raportu do Wojewódzkiego Koordynatora SzPZ.

Działania w zakresie problemów priorytetowych:

1. Propagowanie sposobów zdrowego odżywiania się w domu i w szkole.
2. Propagowanie spędzania wolnego czasu

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2004/2005

Szkoła Podstawowa nr 2 im Henryka Sienkiewicza w Kamienicy Polskiej na podstawie uchwały Rady Pedagogicznej z dnia 28.09.2004 roku zadeklarowała gotowość przystąpienia społeczności szkolnej do Sieci Szkół Promujących Zdrowie

Zgłoszenie szkoły do udziału w projekcie szkół promujących zdrowie. Przystąpienie do Sieci Szkół Promujących Zdrowie – okres przygotowawczy .

Działania z zakresu edukacji zdrowotnej w roku szkolnym 2003/2004

Realizacja szkolnego programu „Moja sprawność i zdrowie zależy od prawidłowego odżywiania się w domu i w szkole” programu autorski opracowany dla potrzeb szkoły.

Z poważaniem

Dorota Grzyb – dyrektor szkoły

DYREKTOR

mgr Dorota Grzyb