

**DOKUMENTY WYMAGANE OD SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE
DOKUMENT I
PLAN DZIAŁAŃ SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE**

WSTĘP

1. Diagnoza potrzeb

Diagnozę potrzeb przeprowadzono na podstawie przygotowanych ankiet dotyczących zdrowia i klimatu społecznego. Ankiety były skierowane do wszystkich pracowników szkoły i rodziców. Na ich podstawie wyłoniono następujące problemy:

- złe nawyki żywieniowe uczniów
- zbyt mała aktywność fizyczna wśród całej społeczności szkolnej
- otyłość wśród uczniów

2. Wybór problemu priorytetowego

Na rok szkolny 2017/2018 wybrano do realizacji dwa problemy priorytetowe:

- złe nawyki żywieniowe wśród uczniów
- zbyt mała aktywność fizyczna wśród całej społeczności szkolnej

3. Uzasadnienie wyboru problemu priorytetowego

Złe nawyki żywieniowe i brak lub zła higiena jamy ustnej to dominujące problemy wśród uczniów naszej szkoły. Uczniowie często dokonują złych wyborów żywieniowych, preferując modne, ale niezdrowe napoje gazowane, słodczy i chipsy. Śniadania uczniów są mało urozmaicone (brak warzyw), przekąski często podawane są w formie słodczy.

Otyłość wśród uczniów często spowodowana jest zbyt małą ilością ruchu, dlatego istnieje konieczność podjęcia działań dla poprawy tej sytuacji.

4. Przyczyny istnienia problemu priorytetowego

Do głównych przyczyn zaistniałych problemów należą:

- niska świadomość dotycząca zdrowego odżywiania i zasad higieny oraz konieczności aktywności ruchowej
- trudna sytuacja finansowa wielu rodzin naszych uczniów

5. Rozwiązania dla usunięcia problemu priorytetowego

Opracowano plan i podjęto działania wdrażające zmianę dotyczącą celów priorytetowych (dążenie do zmiany nawyków żywieniowych, działania zwiększające świadomość dotyczącą zdrowego odżywiania, ruchu, współpraca z rodzicami dotycząca zmiany nawyków żywieniowych, szereg imprez, działań kulinarnych promujących zdrowe odżywianie, aktywność fizyczną, współpraca ze środowiskiem lokalnym, np. z panią dietetyk w celu nauki zasad zdrowego odżywiania.

PLAN DZIAŁAŃ W ODNIESIENIU DO PROBLEMU PRIORYTETOWEGO

1. Podanie celu działań:

Spowodowanie wzrostu świadomości dotyczącej zdrowego odżywiania u uczniów, nauczycieli, rodziców i innych pracowników szkoły. Wzrost aktywności ruchowej wśród społeczności szkolnej.

2. Określenie kryterium sukcesu:

30% osób stwierdzi po dwóch latach prowadzonych działań, że zwiększyło swoją świadomość dotyczącą zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej.

Działania i ewaluacja:

Zadanie - hasło	Kryterium sukcesu/cel	Metody realizacji	Wykonawcy	Monitorowanie (jak sprawdzamy?) Termin Osoba odpowiedzialna
WRZESIEŃ				
<p>Przypomnienie oraz zapoznanie społeczności szkolnej z planem i priorytetami SzPZ w roku szkolnym 2017/2018</p>	<p>Zaangażowanie wszystkich nauczycieli i pracowników szkoły w działania zmierzające do osiągnięcia wspólnych celów, jakimi są wyrobienie zdrowych nawyków żywieniowych oraz ruch w życiu człowieka.</p> <p>Motywowanie rodziców uczniów do współpracy.</p>	<p>Zapoznanie Rady Pedagogicznej z planem.</p> <p>Przedstawienie celów priorytetowych na bieżący rok szkolny podczas zebrania z rodzicami.</p> <p>Zachęcanie rodziców do dzielenia się pomysłami, współpracy.</p> <p>Informowanie rodziców o bieżących działaniach Zespołu do spraw Promocji Zdrowia,</p>	<p>Wychowawcy. Zespół do spraw Promocji Zdrowia</p> <p>Wychowawcy. Zespół do spraw Promocji Zdrowia.</p> <p>Wychowawcy. Zespół do spraw Promocji Zdrowia.</p>	<p>Protokół z RP sierpień 2017 r.</p> <p>Oddziały: Rycerska – wrzesień 2017 r.</p> <p>Oddział : Ognik – wrzesień 2017 r.</p> <p>Oddział: Florian – wrzesień 2017 r.</p> <p>Oddział: Rycerska, Ognik, Florian – w czasie zebrań z rodzicami, cały rok szkolny.</p>

		rozdawanie materiałów informacyjnych Sanepidu poświęconych promocji zdrowego stylu życia.		
Współpraca z Zespołem Ds. Usprawniania Ruchowego	Promowanie różnych form aktywności ruchowej wśród społeczności szkolnej, rodziców.	Realizowanie elementów programu promocji zdrowia poprzez udział społeczności szkolnej, rodziców w imprezach ruchowych, sportowych.	Nauczyciele wychowania fizycznego.	Cały rok szkolny, nauczyciele przygotowujący zawodników i jadący na zawody.
Współpraca z Biblioteką Szkolną	Promowanie tematyki związanej z ruchem, zdrowym odżywianiem i bezpieczeństwem.	Realizowanie określonej tematyki poprzez: - prowadzenie zajęć z bibliotecznych - organizowanie seansów z bajką (seanse filmowe, czytanie, oglądanie, opowiadanie bajek/wierszy) - organizowanie teatrzyków - ogłaszanie konkursów - zorganizowanie wystawy książek, prac, czasopism - zachęcanie nauczycieli, pracowników, rodziców do korzystania z literatury	Biblioteka szkolna. We współpracy z Zespołem ds. Promocji Zdrowia.	Oddział Rycerska. Oddział Ognik. Cały rok szkolny. Koordynator Biblioteki Szkolnej – Agnieszka Szaranek II semestr

				Burchardt – Szyk
Konkurs plastyczny „Skarby jesieni”	Propagowanie jedzenia jesiennych owoców i warzyw poprzez organizację konkursu plastycznego.	- Zorganizowanie konkursu plastycznego „Skarby jesieni” - Mobilizowanie nauczycieli i uczniów do wzięcia udziału w konkursie.	Biblioteka szkolna. Dla grup A i B1 oraz zespołów RW. Wrzesień – Listopad, 2017r.	Oddział Rycerska. Oddział Ognik. Agnieszka Szaranek Barbara Czernecka
„Dbamy o zdrowie”	Zachęcanie do zdrowego stylu życia.	Sporządzanie soków, koktajli i sałatek z sezonowych warzyw i owoców. Wykonywanie ćwiczeń gimnastycznych i oddechowych. Wykonywanie prac plastycznych z wykorzystaniem różnych technik, o tematyce związanej ze zdrowym odżywianiem.	Nauczyciele świetlicy. Wybrane grupy klasowe oraz w zależności od możliwości.	Oddział: Florian. Cały rok szkolny. Lucyna Gut i Justyna Chodakowska. Fotorelacja – odpowiedzialni nauczyciele.
„Aktywna przerwa”	Promowanie aktywnego stylu życia.	Wykonywanie z uczniami prostych ćwiczeń ruchowych przy muzyce.	Ewa Weichert i uczniowie grupy D5	Oddział: Florian Poniedziałki i czwartki. Cały rok szkolny.
„Strong man”	Promowanie różnych form aktywności ruchowej (dźwiganie, pchanie, ciągnięcie)	Udział w imprezie o charakterze sportowym	Joanna Baranowska	Oddział Florian, uczniowie gimnazjum
	Utrwalanie zdrowego odżywiania	Pieczenie zdrowego	Ewa Weichert	Oddział Florian.

„Pieczemy chleb”	wśród uczniów i rodziców.	chleba i przygotowywanie z uczniami ulotek z przepisami kulinarnymi dla rodziców.	i uczniowie grupy D5	1-2 razy w miesiącu. Cały rok szkolny. Dokumentacja – fotorelacja.
„Czwartkowe podwieczorki ze zdrowymi przekąskami”	Wdrażanie uczniów do spożywania zdrowych przekąsek.	Przygotowywanie z uczniami zdrowych przekąsek na podwieczorek np. sałatki owocowej, soków typu smoothie, ciasteczek zbożowych, itp.	Ewa Weichert i uczniowie grupy D5.	Oddział: Florian. Od września do czerwca. Dokumentacja – fotorelacja.
„Poznajemy smaki regionów”	Poznawanie i utrwalanie smaków potraw polskich z różnych regionów kraju.	Zwiedzanie wystawy „Smaki regionów” na MTP w Poznaniu.	Patrycja Kleczkowska, Katarzyna Urban Anna Zajączkowska i uczniowie grupy D2 oraz f. kulinarnego	Oddział: Florian. Wrzesień. Dokumentacja – fotorelacja.
„Ruch w życiu człowieka”	Promowanie różnych form aktywności ruchowej wśród uczniów.	Organizowanie spacerów w okolicach szkoły, wyjść do Parku Sołackiego, Ogrodu Botanicznego, Starego ZOO, na Cytadelę, Stary Rynek. Aktywne spędzanie czasu na wolnym powietrzu (np. jazda na rowerze trójkołowym, maszerowanie w pobliżu szkoły) oraz na terenie szkoły (np. marszobiegi	Monika Błaszczak i uczniowie grupy D3.	Oddział Florian. Wrzesień – czerwiec. Dokumentacja – fotorelacja.

		na bieżni elektrycznej, skoki na trampolinie, jazda na rowerze stacjonarnym/hulajnodze, huśtanie na sprzęcie podwieszanym).		
„Poznajemy atrakcje turystyczne Wielkopolski”	Rozwijanie zainteresowań i ciekawości poznawczej uczniów.	Uczestniczenie w Festynie Archeologicznym w Biskupinie.	Patrycja Kleczkowska, Katarzyna Urban, Jacek Goździk i uczniowie grupy D2 i D3.	Oddział: Florian. Wrzesień. Dokumentacja – fotorelacja.
„Zdrowo się odżywiamy”	Promowanie zdrowego odżywiania wśród uczniów.	Przygotowywanie zdrowych potraw i napojów z sezonowych owoców i warzyw: koktajli, soków, napojów, sałatek, kanapek, przetworów na zimę. Przygotowywanie zdrowych posiłków: śniadań i podwieczorków Zamieszczanie przepisów w książce kucharskiej ze zdrowymi potrawami. Uczestniczenie w zajęciach bibliotecznych promujących zdrowe	Monika Błaszczak i uczniowie grupy D5.	Oddział: Florian. Cały rok szkolny, na wybranych zajęciach. Dokumentacja – fotorelacja.

		odżywianie.		
„Ogród na parapecie”	Rozpoznawanie ziół przyprawowych, poznanie sposobów ich pielęgnacji i ich wykorzystywania w kuchni.	Sadzenie ziół w skrzynkach, podlewanie, ekonawożenie i stosowanie innych zabiegów pielęgnacyjnych. Wykorzystywanie wyhodowanych ziół do posiłków oraz w czasie wykonywania potraw kulinarnych.	Katarzyna Urban i uczniowie grupy D2.	Oddział: Florian. Cały rok szkolny, na wybranych zajęciach. Dokumentacja – fotorelacja.
„Ekologia dla każdego”	Poznanie prostych zasad ochrony środowiska naturalnego.	Zbieranie surowców wtórnych: makulatury, nakrętek; zorganizowanie oddziałowej zbiórki elektrośmieci i dostarczenie ich do miejsca zbiórki (udział w programie „Pilgrim”); włączanie się do akcji ogólnopolskich na rzecz ochrony środowiska przyrodniczego (np. „Sprzątanie Świata”, „Dzień Ziemi”); wykonywanie i wykorzystywanie	Monika Błaszczak i uczniowie grupy D3.	Oddział: Florian. Wrzesień – czerwiec. Dokumentacja – fotorelacja.

		pomocy dydaktycznych wykonanych z materiałów z recyklingu.		
„Głowa do góry”	Utrwalanie świadomości ciała i jego możliwości ruchowych. Kształtowanie nawyku prawidłowej postawy ciała. Wzmacnianie mięśni posturalnych.	Ćwiczenia ogólnorozwojowe przy muzyce. Ćwiczenia zmiany pozycji ciała. Nauczanie prostych układów tanecznych do muzyki.	Uczniowie klas PdP.	Oddział: Florian. Nauczyciele: Ewa Kaleta, Joanna Marciniak, Ewa Weichert. Zajęcia w czwartki od 15.40 – 16.40, w ciągu I semestru. Treści ujęte w planach rewalidacji indywidualnej.
„Idziemy na dwór”	Doświadczenie różnych form aktywności ruchowej. Ćwiczenie umiejętności podejmowania decyzji.	Podejmowanie decyzji dotyczących wyjścia na dwór lub pozostania w szkole ze względu na pogodę. Podejmowanie decyzji dotyczących formy aktywności ruchowej. Realizowanie różnych form aktywności ruchowej na dworze: spacer, jazda na hulajnodze, deskorolce, gra w piłkę koszykową i piłkę nożną.	Uczniowie grupy D1.	Oddział: Florian. Nauczyciele: Ewa Kaleta. Zajęcia w piątki, godz. 15.40 – 16.40 w ciągu roku szkolnego. Treści ujęte w planach rewalidacji indywidualnej.
Jemy i przetwarzamy warzywa	Uczniowie poznają zdrowe produkty	Przygotowanie zdrowych przetworów z warzyw (ogórków, cukinii,	Uczniowie fakultetu kulinarnego	Oddział Florian – A. Zajązkowska (od września do listopada)

		papryki, buraków i kapusty)		
„Jesień na wsi”	Wyjazd do Muzeum Narodowego Rolnictwa i Przemysłu Rolno – Spożywczego w Szreniawie.	Oglądanie, dotykane, doświadczanie czynności związanych z: * smażeniem powideł * suszeniem owoców, warzyw i grzybów * parowaniem soków i wyrób kompotów * kiszeniem ogórków oraz kapusty. Aktywny udział w pokazie przetwarzania płodów rolnych. Obserwowanie wypieku chleba w piecu chlebowym.	Grupy B2-B8.	Oddział Ognik Koordynator: Katarzyna Sławińska-Wróbel. Fotorelacja: Maria Budel.
PAŹDZIERNIK				
„Kto jada sałatki jest piękny i gładki”	Promowanie zdrowego odżywiania wśród uczniów.	Wykorzystywanie do przygotowywanych potraw zdrowych produktów: kasze, jesienne warzywa, owoce	Nauczyciele świetlicy. Wybrane grupy A i B oraz zespoły RW Wrzesień - Październik	Oddział Rycerska, Oddział Ognik. Fotorelacja - wychowawcy, nauczyciele świetlicy.
„Kasza = Zdrowie”	Zachęcanie do spożywania kaszy.	- Wielozmysłowe poznawanie różnych rodzajów kaszy - Przygotowanie sałatek z wykorzystaniem kaszy	Międzyklasowe zajęcia kulinarne – gr A5 i B1.	Oddział Rycerska. Kinga Burchardt – Szyk Julia Kuczkowska Fotorelacja – jw.
„Nasza szafa”	Zaangażowanie nauczycieli, pracowników oraz rodziców do	Przygotowanie szafy z wyposażeniem, sprzętem	Uczniowie gr A5 i B1	Oddział Rycerska Koordynator: Julia

	dzielenia się (niepotrzebnymi) akcesoriami kuchennymi.	kuchennym wykorzystywanym podczas inicjatyw kulinarnych. Zaangażowanie uczniów do sprzątanania oraz pomocy w zaaranżowaniu szafy. - Wywieszenie, rozdanie informacji związanej z ww. inicjatywą.		Kuczkowska Fotorelacja: Julia Kuczkowska
„Święto jabłka”	Zachęcanie do spożywania jabłek.	- Przygotowanie imprezy oddziałowej: * polisensoryczne doświadczenie jabłka * zadania z wykorzystaniem jabłka * słuchanie wierszyka o jabłku	Kinga Burchardt Julia Kuczkowska Jolanta Miazga Beata Ziembiewicz	Oddział Rycerska Koordynatorzy: Grupy A i B1 – Kinga Burchardt – Szyk, Julia Kuczkowska Zespoły RW – Patrycja Rzepka Fotorelacja – wyznaczony nauczyciel.
Warsztaty jesienne.	Zachęcanie do picia soków owocowych.	- Przygotowanie imprezy oddziałowej: * polisensoryczne doświadczenie owoców * wyciskanie soków sokowirówką	Dorota Migdalska, Oriana Witkowska Agnieszka Hańczaruk Katarzyna Sławińska-Wróbel Małgorzata Zasadzka	Oddział Ognik. Fotorelacja.
„Kiełki są zdrowe i pyszne”	Zachęcanie uczniów do próbowania i jedzenia kiełków.	- Hodowanie nasion w kiełkownicy (systematyczne podlewanie i obserwowanie wzrostu kiełków).	Wychowawcy klas B2, B3, B4.	Oddział Ognik.

Bezpiecznie przemieszczanie się – spacer edukacyjne.	Wyjścia uczniów na spacer w okolicach szkoły.	Zwracanie uwagi na bezpieczne przechodzenie przez jezdnię, nie oddalanie się od grupy.	Magdalena Stefanowicz, Angelika Gołębowska	Oddział Ognik.
Aktywna jesień.	Wyjazd do Ogrodu Botanicznego.	Spacer po parku i udział w jesiennych warsztatach plastycznych.	Koordinator: Katarzyna Sławińska-Wróbel	Oddział Ognik. Fotorelacja.
Bieg po zdrowie	Promowanie zdrowego stylu życia, Zbieranie funduszy na wózek dla ucznia	Udział nauczycieli i pracowników w maratonach i półmaratonach	Koordinator: Katarzyna Sławińska-Wróbel	Oddział Ognik. Fotorelacja.
Bajka sensoryczna „Czerwony kapturek”	Wykorzystanie znanych bajek do wprowadzenia tematyki prozdrowotnej oraz tematyki dotyczącej codziennej higieny.	- Przygotowanie bajki dla uczniów świetlicy. - Aktywne uczestniczenie uczniów w proponowanych zajęciach.	Nauczyciele świetlicy.	Oddział Rycerska Koordinator: Agnieszka Szaranek Fotorelacja: Alina Oleksza
„Jesień na wsi”	Zapoznanie uczniów z technikami wyrobu żywności tradycyjnej i regionalnej. Wyjazd do Muzeum Narodowego Rolnictwa i Przemysłu Rolno – Spożywczego w Szreniawie.	Oglądanie, dotykanie, doświadczanie czynności związanych z: * smażeniem powideł * suszeniem owoców, warzyw i grzybów * parowaniem soków i wyrób kompotów * kiszeniem ogórków oraz kapusty. Aktywny udział w pokazie przetwarzania płodów rolnych. Spożycie chleba na zakwasie z gzikim oraz ogórkiem kiszonym.	Grupy A i B1.	Oddział Rycerska Koordinator: Jolanta Miazga Fotorelacja: wyznaczony nauczyciel.

„Higiena = Zdrowie”	Zwrócenie uwagi na podstawową higienę osobistą, higienę otoczenia, dbanie o odzież.	-Rozmowy kierowane dotyczące: * higieny (myję ręce, zęby, etc.), *dostosowania odzieży do aktualnej pory roku; * dbania o swoją odzież. - Dbanie o higienę otoczenia (wietrzenie klas, wychodzenie na spacer, krótka gimnastyka). - Przygotowanie plakatów informacyjnych „Jak chronić się przed żółtaczką”.	Grupy A i B1. Wychowawcy grup A i B1 oraz RW. Nauczyciele świetlicy Pielęgniarka szkolna.	Oddział Rycerska Koordynator: Kinga Burchardt – Szyk Październik – listopad Aneta Adamska.
„Pij mleko!”	Kontynuacja projektu	Picie mleka 3 razy w tygodniu.	Rycerska/Ognik; wybrani uczestnicy zajęć RW;	Szkoła Podstawowa - klasy I-VI. Cały rok szkolny. Koordynator – E. Stachowiak
„Warzywa i owoce w szkole”	Kontynuacja programu.	- Jedzenie warzyw i owoców podczas śniadań i podwieczorków.	Wychowawcy grup oraz nauczyciele świetlicy.	Cały rok szkolny. Koordynator – E. Stachowiak
„Jestem dorosły – umiem dbać o siebie, wiem jaki jestem, dbam o bezpieczeństwo”	Utrwalanie umiejętności dbania o siebie.	Utrwalanie nawyku sprawdzania swojego wyglądu w lustrze – czystość twarzy, czesanie włosów, kremowanie rąk; rozmawianie z uczniami o swoich mocnych stronach;	Ewa Weichert i uczniowie grupy D5.	Oddział: Florian. Od października do czerwca. Dokumentacja – plansze z odpowiednimi piktogramami.

		rozmawianie z uczniami jak się zachować w sytuacjach zagrażających bezpieczeństwu, np. pożar, zaczepienie przez nieznanego, itp.		
„Warsztaty wypieku chleba”	Promowanie zdrowego odżywiania i spędzania czasu na świeżym powietrzu.	Wyjazd na wycieczkę do Gospodarstwa Agroturystycznego „Sycyn pod lipą”; poznawanie sposobu wypiekania prawdziwego chleba tradycyjną metodą.	Patrycja Kleczkowska, Anna Zajączkowska, Katarzyna Urban i uczniowie grupy D2 oraz fakultetu kulinarnego.	Oddział: Florian. Październik. Dokumentacja – fotorelacja.
Współpraca z ZSS nr 5 w Sopocie	Nawiązanie współpracy z placówką o podobnym charakterze, promowanie zdrowego odżywiania.	Wyjazd uczniów gr C5 i f. kulinarnego na 4 dniową wycieczkę do Sopotu, wizyta w szkole Spacery nad morzem.	Anna Zajączkowska	Oddział: Florian. Październik. Dokumentacja – fotorelacja.
Bezpieczeństwo w życiu codziennym	Poznajemy zasady bezpieczeństwa, rolę Policji, wyposażenie, sposób powiadamiania.	Wycieczka do oddziału Prewencji Policji udział uczniów f. kulinarnego, gospodarczego i gr. D2.	Anna Zajączkowska	Oddział: Florian. Październik. Dokumentacja – fotorelacja.
Fluoryzacja zębów.	Kontynuacja projektu. Uczenie dbania o higienę jamy ustnej.	Systematycznie prowadzona fluoryzacja zębów połączona z uczeniem prawidłowego szczotkowania zębów.	Pielęgniarki szkolne z pomocą wychowawców.	Pielęgniarki szkolne z oddziałów: Rycerska Ognik Florian
„Zielone śniadania”	Utrwalanie zasad zdrowego odżywiania.	Wykonywanie warzywnych sałatek na śniadanie, dodawanie do	Katarzyna Urban i uczniowie grupy D2 (z pomocą rodziców	Oddział: Florian. Cały rok szkolny. Dokumentacja –

		kanapek ziół przyprawowych.	uczniów).	fotorelacja.
„Spotkania z naturą w stajni „Marcelin”	Angażowanie uczniów do prac porządkowych na terenie stajni. Rozwijanie umiejętności korzystania z dobrodziejstw wiejskiego klimatu, obcowania z naturą, zwierzętami.	Pomaganie w grabieniu liści wokół stajni, wnoszeniu siana dla koni, karmieniu zwierząt gospodarczych.	Uczniowie fakultetu gospodarczego pod opieką Sandry Kubiak – Sowińskiej i Anny Fornalskiej.	Oddział: Florian. Treści ujęte w PBP i dokumentacji fotograficznej.
„Zdrowe II śniadania i podwieczorki”	Promowanie zdrowego odżywiania.	Przyrządzanie sałatek owocowych, warzywnych z wykorzystaniem jogurtu naturalnego, robienie soków typu „smoothie”.	Anna Fornalska, Sandra Kubiak – Sowińska i uczniowie fakultetu gospodarczego oraz grupy C2. Angażowanie rodziców do przekazywania uczniom zdrowych produktów na II śniadania i podwieczorki.	Oddział: Florian. Treści ujęte w PBP.
„W zdrowym ciele zdrowy duch”	Promowanie aktywności i ruchu na świeżym powietrzu bez względu na porę roku.	Uczestniczenie w spacerach do Parku Sołackiego, Starego ZOO oraz różnych aktywnościach na boisku szkolnym.	Uczniowie grupy C2 i fakultetu gospodarczego pod opieką Anny Fornalskiej i Sandry Kubiak – Sowińskiej.	Oddział: Florian. Dokumentacja – fotorelacja.

„Gotujemy zdrowe obiady”	Utrwalanie zasad zdrowego odżywiania.	Gotowanie zdrowych obiadów: np. zupy krem z warzyw: pomidorowa, brokułowa, dyniowa, cukiniowa oraz drugiego dania z wykorzystaniem makaronu razowego, brązowego ryżu i kasz.	Ewa Woźniak, Aleksandra Kropińska i uczniowie grupy D1 oraz uczeń nauczony indywidualnie: Damian Marcinkowski.	Oddział: Florian. Dwa razy w miesiącu (piątki), w ciągu roku szkolnego. Dokumentacja – fotorelacja.
„Jesteśmy ekologiczni”	Propagowanie ekologicznego stylu życia.	Wykorzystanie mas strukturalnych wykonanych z naturalnych składników, np. piankoliny, ciastoliny.	Aleksandra Kropińska	Oddział: Florian. W ciągu roku szkolnego. Dokumentacja – fotorelacja.
„Zdrowe poniedziałki”	Promowanie zdrowych potraw.	Przygotowanie zdrowych potraw w czasie zajęć kulinarnych. Podawanie przepisów rodzicom wraz z informacją, która potrawa smakowała ich dziecku.	Anna Faleńska i uczniowie grupy D4.	Oddział: Florian. W ciągu całego roku szkolnego, w każdy poniedziałek. Dokumentacja – fotorelacja.
LISTOPAD				
„ Higiena = Zdrowie”	Kontynuacja tematyki. Utrwalanie wiadomości dotyczących higieny osobistej, higienę otoczenia, dbanie o odzież.	- Rozmowy kierowane dotyczące: * higieny (myję ręce, zęby, etc.), *dostosowania odzieży	Grupy A i B1.	Oddział Rycerska Koordynator: Kinga Burchardt – Szyk Październik - listopad

		<p>do aktualnej pory roku; * dbania o swoją odzież.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dbanie o higienę otoczenia (wietrzenie klas, wychodzenie na spacer, krótka gimnastyka). - Przygotowanie plakatów informacyjnych „Jak chronić się przed żółtaczką”. - Uświadamianie rodziców poprzez notatki, broszury; podczas zebrań. 	<p>Wychowawcy grup A i B1 oraz RW. Nauczyciele świetlicy</p> <p>Pielęgniarka szkolna.</p> <p>Wychowawcy. Pielęgniarka szkolna.</p>	
„Słodkie inaczej...”	Propagowanie wśród uczniów zdrowych deserów.	<ul style="list-style-type: none"> - Przygotowywanie deserów na bazie galaretek, kisieli, owoców, jogurtów. - Modyfikowanie przepisów w celu uświadomienia, że można jeść smacznie i zdrowo. 	Nauczyciele świetlicy. Wybrane grupy klasowe.	Oddział Rycerska Fotorelacja – wychowawcy, nauczyciele świetlicy.
„Święto rogalą”	Zachęcanie uczniów do współprzygotowania rogal.	<ul style="list-style-type: none"> - Wyjazd uczniów do Rogalowego Muzeum w Poznaniu - Przygotowanie rogal z nadzieniem z jabłek, moreli. 	Grupy: A3, A5, A7, B1	Oddział Rycerska, Oddział Ognik. Koordynatorzy wyjazdu: Kinga Burchardt – Szyk, Julia Kuczkowska Wychowawcy. Fotorelacja – wybrani nauczyciele.
Konkurs plastyczny „Skarby jesieni”	Propagowanie jesiennych owoców i warzyw poprzez organizację konkursu	- Rozstrzygnięcie konkursu. Wyłonienie	Biblioteka szkolna.	Oddział Rycerska Koordynator: Agnieszka

	plastycznego.	zwycięzców. - Przygotowanie wystawy prac.		Szaranek. Fotorelacja: jw.
Jesienne zaprawy - dynia	Zachęcanie uczniów do poznawania właściwości dyni.	Poznanie właściwości dyni poprzez: - polisensoryczne doświadczanie - przygotowanie zapraw z dyni.	Nauczyciele świetlicy. Uczniowie grup A i B1 oraz zespoły RW.	Oddział Rycerska. Koordynator: Alina Oleksza.
Konkurs plastyczny „Owoce i warzywa z masy solnej”	Utrwalanie tematyki jesiennych owoców i warzyw poprzez wykonanie pracy plastycznej.	Przygotowanie z masy solnej wybranych owoców i warzyw.	Uczniowie grup A i B1 oraz grup RW.	Oddział Rycerska. Koordynator: Alina Oleksza.
„Chalin – aktywnie po zdrowie”	Wprowadzanie tematyki prozdrowotnej podczas wyjazdu szkolnego.	Wyjazd do Chalina.	Aleksandra Kropińska Hanna Majchrzycka	Oddział: Rycerska, Ognik, Florian. Listopad oraz kwiecień. Dokumentacja – fotorelacja.
„Spotkania z gestem Makatona”	Propagowanie zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej.	Międzygrupowe spotkania dla uczniów PdP. Międzygrupowe spotkania dla uczniów grup B2-B8.	Anna Faleńska Dorota Pawlak Izabela Szałkowska	Oddział: Florian. Po 2 spotkania w semestrze. Dokumentacja – fotorelacja. Oddział Ognik
„Dbamy o ciekawy wystrój sal lekcyjnych”	Utrwalanie prozdrowotnych zachowań (dbanie o komfort pracy).	Wykonywanie interesujących dekoracji w klasach.	Anna Faleńska i uczniowie grupy D1 i D4.	Oddział: Florian. Dokumentacja – fotorelacja. W ciągu całego roku szkolnego.
„Potrawy, desery	Promowanie zdrowego odżywiania	Przygotowywanie	Patrycja Kleczkowska	Oddział: Florian.

oraz napoje w nowej odsłonie”	wśród uczniów.	tradycyjnych potraw, deserów, ciast i napojów ze zdrowych składników.	i uczniowie grupy D2.	Cykliczne zajęcia w ciągu całego roku szkolnego. Fotorelacja.
Gazetki szkolne.	Zwracanie uwagi uczniów, rodziców, nauczycieli i innych pracowników na problematykę pro-zdrowotną.	Fotorelacja, dotycząca podejmowanych działań w zakresie wdrażania koncepcji SzPZ. Poruszanie tematyki, dotyczącej zdrowego stylu życia, m.in. odżywiania, aktywności ruchowej i profilaktyki stomatologicznej.	Zespół ds. Promocji Zdrowia.	Oddziały: Rycerska: Kinga Burchardt – Szyk Patrycja Rzepka Ognik : A.Hańczaruk K.Sławińska - Wróbel, M.Zasadzka Florian: A.Zajązkowska K. Urban
Kolorowe potrawy.	Zachęcanie uczniów do próbowania potraw z różnych warzyw.	Przygotowywanie potraw z warzyw w wybranych kolorach.	Zespół ds. Promocji Zdrowia. Ognik : A.Hańczaruk K.Sławińska - Wróbel, M.Zasadzka	Oddział Ognik. Fotorelacja.
„Kiełki są zdrowe i pyszne”	Zachęcanie uczniów do próbowania i jedzenia kiełków.	- Hodowanie nasion w kiełkownicy (systematyczne podlewanie i obserwowanie wzrostu kiełków).	Wychowawcy klas B5, B6, B7, B8.	Oddział Ognik.
„Jesteśmy Eko”	Zachęcanie uczniów i ich rodziców do zbierania nakrętek, zużytych baterii.	Gromadzenie i sprzedaż nakrętek z punkcie skupu.	Wychowawcy klas.	Oddział Ognik – Joanna Chmielewska.
GRUDZIEŃ				
„Pomarańcza w roli głównej”	Promowanie zdrowego odżywiania – pomarańcza jako źródło witamin.	- Przygotowanie: *rozgrzewających herbat z	Wychowawcy grup A, B1 i RW oraz	Oddział Rycerska, Fotorelacja: wychowawcy

		wykorzystaniem pomarańczy oraz przypraw tj. cynamon, goździki - Wyciskanych soków z pomarańczy - Wielozmysłowe doświadczanie pomarańczy. - Wykorzystanie na zajęciach kulinarnych kisieli oraz galaretek o smaku pomarańczowych. - Przygotowanie suszonych owoców jako ozdoby bożonarodzeniowej.	nauczyciele świetlicy.	oraz nauczyciele świetlicy.
„Piernikowe szaleństwo”	Poznanwanie sposobu pieczenia pierników (piernikowych choinek) ze zdrowych produktów. Współpraca ze SP nr 90	Podczas zajęć edukacyjnych, przygotowywanie różnych wypieków.	Uczniowie fakultetu kulinarnego Uczniowie SP nr 90	Florian – A. Zajązkowska
„Zapachniało świętami”	Promowanie zdrowego odżywiania – przyprawy korzenne.	Przygotowywanie różnych wypieków z wykorzystaniem przypraw korzennych.	Wychowawcy grup B2-B8 oraz zespołów RW.	Oddział Ognik. Fotorelacja: wychowawcy oraz nauczyciele świetlicy.
STYCZEŃ - LUTY				
„Zioła, czyli apteka z natury”	Poznanwanie właściwości zdrowotnych ziół i smakowanie ziołowych herbat.	Wykorzystanie do przygotowania herbatek ziołowych książki ze zbioru Szkoła Promująca Zdrowie. Przygotowywanie i smakowanie ziołowych	Wychowawcy, nauczyciele świetlicy.	Oddział: Rycerska, Florian (Styczeń). Fotorelacja – wybrany nauczyciel.

		herbat. Przygotowanie potraw i przekąsek z wykorzystaniem ziół. Oglądanie filmów edukacyjnych na temat właściwości ziół.	Patrycja Kleczkowska z uczniami grupy D2.	
„B jak bezpieczny”	Poznanie podstawowych zasad bezpieczeństwa obowiązujących w szkole, na wycieczkach, na drodze, na placu zabaw, itp.	- Rozmowa kierowana z uczniami, oglądanie ilustracji, filmów poruszających ww. tematykę. - Ogłoszenie konkursu plastycznego. - Przygotowanie przedstawienie kukielkowego w zakresie powyższej tematyki.	Grupy A i B1. Nauczyciele świetlicy. Biblioteka szkolna.	Oddział Rycerska. Wychowawcy klas. Koordynator: Kinga Burchardt – Szyk, Alina Oleksza Koordynator: Agnieszka Szaranek Fotorelacja – wybrani nauczyciele.
„Święto ziół”	Zachęcanie uczniów do spożywania ziół.	Przygotowanie imprezy oddziałowej: *polisensoryczne doświadczanie różnych rodzajów ziół *zadania/aktywności z wykorzystaniem ziół.	Grupy A i B1 oraz RW.	Oddział Rycerska. Koordynatorzy: Grupy A i B1 – Kinga Burchardt – Szyk, Julia Kuczkowska. Grupy Rw – Patrycja Rzepka.
Konkurs na wykonanie książki: „Ruszajmy się zdrowo”	Promowanie zdrowego stylu życia poprzez ruch.	Przygotowanie książki na konkurs.	Chętne grupy klasowe.	Oddział Rycerska, Ognik, Florian. Koordynator: Agnieszka Szaranek. II semestr.

„Cytrusowy zawrót głowy”	Poznanie właściwości odżywczych owoców cytrusowych.	Przygotowywanie soku z owoców cytrusowych.	Patrycja Kleczkowska z uczniami grupy D2.	Oddział: Florian. Styczeń (w ramach zajęć przysposobienia do pracy). Fotorelacja.
„Pasja smaków – zioła przyprawowe”	Promowanie zdrowego odżywiania. Poznanie ziół przyprawowych i ich zastosowania w kuchni.	Oddziałowe spotkanie dla uczniów: polisensoryczne poznanie ziół przyprawowych, degustowanie potraw przygotowanych z dodatkiem przypraw ziółowych.	Uczniowie Gimnazjum i klas Pdp.	Oddział: Florian. Luty. Nauczyciele: Anna Zajązkowska, Patrycja Kleczkowska, Katarzyna Urban.
„Spotkanie z dietetykiem”	Promowanie zdrowego odżywiania.	Spotkanie ze specjalistą do spraw żywienia dla nauczycieli w czasie szkoleniowej Rady Pedagogicznej.	Nauczyciele ZSS 103	Zespół do spraw Promocji Zdrowia.
Zdrowe przysmaki	Uczenie przygotowywania zdrowych potraw	Przygotowanie zdrowych deserów, koktajli, soków, ciast	Uczniowie fakultetu kulinarnego	Oddział Florian – A. Zajązkowska
„Bal Eko”	Promowanie wtórnego wykorzystania surowców.	Udział uczniów w balu karnawałowym. Zorganizowanie zdrowego poczęstunku (woda, soki, suszone owoce).	Nauczyciele świetlicy. Zespół ds. Promocji Zdrowia. Ognik : A.Hańczaruk K.Sławińska - Wróbel, M.Zasadzka	Oddział Ognik. Fotorelacja.
Dbamy o higienę.	Zachęcanie uczniów do zwracania uwagi na higienę osobistą.	Udział uczniów w warsztatach edukacyjnych – Pracownia WIATRAK.	Koordynator: Katarzyna Sławińska-Wróbel	Oddział Ognik. Fotorelacja.

MARZEC/KWIECIEŃ				
„Nie tylko woda zdrowia doda”	Zachęcanie uczniów do picia wody oraz zdrowych napojów jako alternatywy do słodkich soków, napojów gazowanych.	<ul style="list-style-type: none"> - Codzienne picie wody podczas podwieczorków. - Przygotowywanie koktajli owocowych i warzywnych. - Kontynuowanie picia ziołowych herbat. 	Grupy A i B1 oraz zespoły RW. Wychowawcy, nauczyciele świetlicy.	Oddział Rycerska. Nauczyciele świetlicy.
Konkurs plastyczny: „Pijemy witaminki i mamy zdrowe minki”	Utrwalanie zdobytych wiadomości.	Przygotowanie prac na konkurs plastyczny – technika dowolna.	Grupy A i B1	Oddział Rycerska. Koordynator: Alina Oleksza Kwiecień
Spotkanie z Pacynką: „Wiosną w warzywniaku”	Propagowanie zdrowego odżywiania poprzez jedzenie dostępnych o tej porze roku warzyw.	Przygotowanie przedstawienia kukiełkowego na ww. temat.	Nauczyciele biblioteki.	Oddział Rycerska. Koordynator: Agnieszka Szaranek
Wielkanoc	Utrwalanie smaków, zapachów związanych z Wielkanocą.	<ul style="list-style-type: none"> - Polisesensoryczne doświadczanie (jajka, rzeżuchy, chrzanu, etc.). - Przygotowanie potraw/przekąsek z jajek. - Przygotowanie bajki sensorycznej „Brzydkie Kaczątko”. 	Wychowawcy grup: A, B1-B8 i RW. Nauczyciele świetlicy.	Oddział Rycerska. Oddział Ognik. Koordynator: Alina Olekszy
„ W zdrowym ciele zdrowy duch, a zapewni Ci to ruch”	Propagowanie wśród społeczności szkolnej zdrowego trybu życia, spędzania czasu wolnego aktywnie.	<ul style="list-style-type: none"> - Zapoznavanie uczniów, nauczycieli, rodziców z różnymi formami aktywności ruchowej. - Zorganizowanie dla uczniów, nauczycieli, rodziców pokazowego treningu NordicWalking. 	Nauczyciele wychowania fizycznego.	Koordynatorzy: Rycerska-Ewa Tuliszkiwicz, Ognik-Joanna Chmielewska Florian-Joanna Baranowska

		- Wyrabianie nawyku spędzania czasu wolnego aktywnie: *zorganizowanie dla uczniów, integracyjnego pikniku rowerowego, zawodów rowerowych		Wiosna
„Dużo szczęścia”	Ćwiczenie umiejętności podejmowania decyzji. Kształtowanie umiejętności aktywnego spędzania czasu.	Podejmowanie decyzji dotyczących rodzaju muzyki i formy aktywności ruchowej. Wykonywanie znanych układów tanecznych do wybranej muzyki.	Uczniowie klas PdP.	Oddział: Florian. Marzec – czerwiec, zajęcia w czwartki, godz. 15.40 – 16.40 Nauczyciele: Ewa Kaleta, Joanna Marciniak, Ewa Weichert.
„Spotkanie z pszczelarzem”	Poznanie pracy pszczelarza i sposobu powstawania miodu. Smakowanie miodu.	Uczestniczenie w prezentacji i degustacji różnych rodzajów miodu.	Uczniowie klas PdP i Gimnazjum.	Oddział: Florian. II semestr – 1 spotkanie. Anna Faleńska. Fotorelacja.
„Ekologia w praktyce”	Promowanie zdrowego stylu życia.	Uczestniczenie w warsztatach ekologicznych w Gospodarstwie Eko - Agroturystycznym w Dąbrowie.	Patrycja Kleczkowska, Anna Zajączkowska, Katarzyna Urban i uczniowie grupy D2 oraz fakultetu kulinarnego.	Oddział: Florian. II semestr. Fotorelacja.
„Odkrywamy przyrodę”	Promowanie życia w zgodzie z naturą.	Uczestniczenie w wycieczkach śródmiejskich (odkrywanie piękna okolicznej przyrody, np. w parkach, alejkach,	Katarzyna Urban i uczniowie grupy D2.	Oddział: Florian. II semestr. Fotorelacja.

		ogrodach.		
Nasza kawiarenka na zdrowo	Promowanie zdrowych smakołyków w szkolnej kawiarence	Przygotowanie przez uczniów zdrowych deserów, zamawianie ich przez gości kawiarenki (uczniów, nauczycieli, pracowników, rodziców)	Uczniowie fakultetu kulinarnego z opiekunami	Oddział Florian – A. Zajązkowska Ujęcie treści w PBP.
Warsztaty Eko	Poznanie sposobów na wykorzystywanie surowców wtórnych – zabawki ekologiczne („z odzysku”).	Udział uczniów w warsztatach edukacyjnych – Pracownia WIATRAK.	Koordinator: Katarzyna Sławińska-Wróbel	Oddział Ognik. Fotorelacja.
„Kiełki są zdrowe i pyszne”	Zachęcanie uczniów do próbowania i jedzenia kiełków.	- Hodowanie nasion w kiełkownicy (systematyczne podlewanie i obserwowanie wzrostu kiełków).	Wychowawcy klas B2-B8.	Oddział Ognik. Fotorelacja.
„Jesteśmy Eko”	Zachęcanie uczniów i ich rodziców do zbierania nakrętek i zużytych baterii.	Gromadzenie i sprzedaż nakrętek z punkcie skupu.	Wychowawcy klas.	Oddział Ognik – Joanna Chmielewska.
Aktywna wiosna	Wyjazd do Ogrodu Botanicznego.	Spacer po parku i udział w wiosennych warsztatach plastycznych.	Koordinator: Katarzyna Sławińska-Wróbel	Oddział Ognik. Fotorelacja.
Konkurs plastyczny – Eko (adresowany również do przedszkoli specjalnych i integracyjnych)	Poznanie sposobów na wykorzystywanie surowców wtórnych.	Wykonywanie przestrzennych prac plastycznych z wykorzystaniem surowców wtórnych.	Koordinatorzy: Alicja Kaczmarek Katarzyna Kłosowska	Oddział Ognik. Fotorelacja.

„Zdrowe produkty na sklepowych półkach”	Poznanwanie zdrowych produktów.	Wizyta w sklepie ze zdrową żywnością.	Patrycja Kleczkowska z uczniami grupy D2.	Oddział: Florian. Kwiecień/maj. Fotorelacja.
MAJ				
Nowalijki	Promowanie zdrowego odżywiania poprzez wykorzystywanie nowalijek podczas codziennych śniadań, międzyklasowych/międzyzespołowych spotkań kulinarnych.	- Odwiedzanie targowiska, pobliskich warzywniaków. -Przygotowanie potraw, przekąsek z nowalijek: kanapki z kiełkami, sałatki warzywne z wykorzystaniem sosów winegret lub jogurtów zamiast majonezu.	Wychowawcy, nauczyciele świetlicy.	Oddział Rycerska, Oddział Ognik.
„ W zdrowym ciele zdrowy duch, a zapewni Ci to ruch”	Zredagowanie książeczki (do biblioteki, do klas) zawierającej obrazki PCS przedstawiające różnorodne aktywności ruchowe na każdą porę roku. Higiena środowiska.	Zapoznanie uczniów z różnymi formami aktywności ruchowej na każdą porę roku Wyrabianie nawyku dbania o czyste środowisko- wyrzucanie śmieci do odpowiednich pojemników, segregowanie śmieci, Udział społeczności szkolnej w wiosennej akcji sprzątania świata	Członkowie zespołu ds. usprawniania ruchowego.	Koordynatorzy: Ewa Tuliszkiewicz Hanna Majchrzycka Kwiecień - Czerwiec

	Propagowanie aktywności ruchowej.	Udział uczniów w prelekcji o ochronie środowiska i segregacji śmieci i wykorzystaniu ich, zorganizowanej przez pracowników GOAP Podnoszenie umiejętności ruchowych: *udział w zawodach sportowych		
„IV Festiwal Filmów nieCodziennych”	Promowanie zdrowego odżywiania.	Pieczenie zdrowych wypieków na Festiwal.	Uczniowie całej Szkoły z nauczycielami.	Koordinator: Anna Faleńska.
„Ekologiczne kosmetyki”	Promowanie zdrowego stylu życia.	Wykonywanie ekologicznych mydełek.	Aleksandra Kropińska z uczniami grup PdP.	Oddział: Florian. II semestr. Fotorelacja.
Ogród Ekologiczny Gładysiakowie	Promowanie zdrowego odżywiania.	Poznanie sposobów ekologicznej uprawy roślin.	Koordinatorzy: Patrik Kanarkowski Katarzyna Sławińska-Wróbel Ewa Woźniczka	Oddział Ognik. Fotorelacja.
Bezpiecznie przemieszczanie się – spacer edukacyjne.	Wyjścia uczniów na spacer w okolicach szkoły.	Zwracanie uwagi na bezpieczne przechodzenie przez jezdnię, nie oddalanie się od grupy.	Magdalena Stefanowicz, Angelika Gołębowska	Oddział Ognik.

CZERWIEC				
„Czereśniowy zawrót głowy”	Proponowanie zdrowego odżywiania.	- Zachęcanie uczniów do spożywania czereśni w różnej postaci: *desery, kompoty, lemoniady. - Organizacja plenerowej imprezy oddziałowej	Wychowawcy, nauczyciele świetlicy.	Oddział Rycerska. Koordynatorzy: Grupy A i B1 – Kinga Burchardt – Szyk, Julia Kuczkowska Zespoły RW – Patrycja Rzepka
„Odkrywamy przyrodę”	Promowanie zdrowego stylu życia.	Zwiedzanie „Krainy Wilków” w Stobnicy.	Uczniowie grupy D2 i fakultetu kulinarnego.	Oddział: Florian. Nauczyciele: Patrycja Kleczkowska, Anna Zajączkowska, Katarzyna Urban. Fotorelacja.
„Poznajemy atrakcje turystyczne naszego regionu”	Rozwijanie ciekawości poznawczej i zainteresowań.	Zwiedzanie Gniezna.	Uczniowie grupy D2 i D3.	Oddział: Florian. Nauczyciele: Patrycja Kleczkowska, Katarzyna Urban, Jacek Goździk. Fotorelacja.
Bezpiecznie przemieszczanie się – spacer edukacyjne.	Wyjścia uczniów na spacer w okolicach szkoły.	Zwracanie uwagi na bezpieczne przechodzenie przez jezdnię, nie oddalanie się od grupy.	Magdalena Stefanowicz, Angelika Gołębowska	Oddział Ognik.
„A my lubimy truskawki”	Proponowanie zdrowego odżywiania.	- Zachęcanie uczniów do spożywania truskawek w	Wychowawcy grup B2-B8 i zespoły RW.	Oddział Ognik. Fotorelacja.

		różnej postaci: *desery, kompoty, koktajle.		
Bezpieczne i zdrowe wakacje				
Półkolonie	„Eko, zdrowie, bezpieczeństwo”.	Udział uczniów w półkoloniach.	Koordinator – Alicja Kaczmarek.	Wszystkie odziały.

Opieka nad gazetkami na korytarzu:

Oddział Rycerska – Zespół ds. Promocji Zdrowia.

Oddział Ognik – Zespół ds. Promocji Zdrowia.

Oddział Florian - Zespół ds. Promocji Zdrowia.