

Sprawozdanie z realizacji programu „Szkoła Promująca Zdrowie” w roku szkolnym 2025/2026

Szkoła Promująca Zdrowie to miejsce, które wspiera wszechstronny rozwój uczniów, nauczycieli oraz całej społeczności szkolnej poprzez tworzenie środowiska sprzyjającego zdrowiu, bezpieczeństwu, dobremu samopoczuciu i budowaniu pozytywnych relacji. Realizacja założeń programu w roku szkolnym 2025/2026 miała charakter systemowy i obejmowała działania skierowane do uczniów wszystkich klas, nauczycieli, rodziców oraz instytucji współpracujących ze szkołą.

Podejmowane inicjatywy koncentrowały się wokół kształtowania zdrowego stylu życia, rozwijania kompetencji społecznych i emocjonalnych, promowania aktywności fizycznej, profilaktyki zagrożeń, edukacji ekologicznej oraz wzmacniania postaw prozdrowotnych. Działania realizowano zarówno podczas zajęć dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych, jak również poprzez organizację akcji, projektów edukacyjnych, konkursów, wydarzeń szkolnych, współpracę ze środowiskiem lokalnym oraz udział w programach ogólnopolskich.

Program realizowany był przez cały rok szkolny i angażował wszystkich członków społeczności szkolnej. Szczególną uwagę poświęcono zdrowiu psychicznemu uczniów, rozwijaniu umiejętności budowania prawidłowych relacji społecznych, przeciwdziałaniu przemocy rówieśniczej, promowaniu zdrowego odżywiania, aktywności fizycznej oraz kształtowaniu postaw odpowiedzialności za środowisko naturalne.

Cele realizowane w roku szkolnym 2025/2026:

1. Kształtowanie postaw prozdrowotnych i rozwijanie świadomości zdrowotnej uczniów.
2. Promowanie zdrowego odżywiania i prawidłowych nawyków żywieniowych.
3. Wspieranie zdrowia psychicznego oraz dobrostanu uczniów.
4. Rozwijanie aktywności fizycznej i propagowanie aktywnego stylu życia.
5. Kształtowanie umiejętności społecznych, empatii i odpowiedzialności za innych.
6. Wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa oraz prowadzenie działań profilaktycznych.
7. Rozwijanie świadomości ekologicznej i odpowiedzialności za środowisko naturalne.
8. Budowanie współpracy pomiędzy szkołą, rodziną i środowiskiem lokalnym.

Kierunek realizacji działań w roku szkolnym 2025/2026

W roku szkolnym 2025/2026 działania realizowane w ramach programu „Szkoła Promująca Zdrowie” koncentrowały się przede wszystkim na wzmacnianiu dobrostanu psychicznego uczniów oraz budowaniu bezpiecznej, życzliwej i wspierającej społeczności szkolnej. Priorytetem było tworzenie środowiska sprzyjającego zdrowiu psychicznemu, rozwijaniu kompetencji społecznych oraz kształtowaniu postaw opartych na wzajemnym szacunku, empatii, odpowiedzialności i współpracy.

Realizowane działania obejmowały szeroki zakres inicjatyw wspierających rozwój emocjonalny dzieci i młodzieży, profilaktykę zdrowia psychicznego, przeciwdziałanie przemocy i cyberprzemocy,

rozwijanie umiejętności radzenia sobie z emocjami oraz budowanie pozytywnych relacji rówieśniczych. Istotnym elementem programu było również wzmacnianie poczucia przynależności do społeczności szkolnej poprzez działania integracyjne, wolontariackie oraz aktywną współpracę z rodzicami i środowiskiem lokalnym.

Równolegle realizowano liczne przedsięwzięcia promujące zdrowy styl życia, obejmujące aktywność fizyczną, prawidłowe odżywianie, profilaktykę zdrowotną, edukację ekologiczną oraz bezpieczeństwo. Dzięki kompleksowemu podejściu możliwe było wspieranie harmonijnego rozwoju uczniów w sferze fizycznej, psychicznej i społecznej, zgodnie z założeniami programu „Szkoła Promująca Zdrowie”.

Przyjęty kierunek działań wynikał z rozpoznanych potrzeb społeczności szkolnej oraz był odpowiedzią na współczesne wyzwania związane z dobrostanem psychicznym dzieci i młodzieży. Wszystkie podejmowane inicjatywy tworzyły spójny system oddziaływań wychowawczych, profilaktycznych i edukacyjnych, którego celem było przygotowanie uczniów do prowadzenia zdrowego, aktywnego i odpowiedzialnego stylu życia.

Działania odbywały się w następujących obszarach:

1. Zdrowie psychiczne,
2. Zdrowie społeczne,
3. Zdrowie fizyczne i aktywność fizyczna,
4. Zdrowe odżywianie,
5. Bezpieczeństwo i profilaktyka
6. Edukacja ekologiczna i środowiskowa,
7. Integracja.

Zdrowie psychiczne

Zdrowie psychiczne stanowiło jeden z kluczowych obszarów działań realizowanych w Szkole Podstawowej w Łękińsku w roku szkolnym 2025/2026. Podjęmowane inicjatywy miały na celu wspieranie dobrostanu psychicznego uczniów, rozwijanie kompetencji emocjonalnych i społecznych, budowanie odporności psychicznej oraz wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa. Działania były dostosowane do wieku uczniów i obejmowały zarówno zajęcia edukacyjne, profilaktyczne, warsztaty, jak i projekty rozwijające umiejętność rozpoznawania emocji, radzenia sobie z trudnościami oraz budowania prawidłowych relacji z innymi.

1. Międzynarodowy Program Promujący Zdrowie Psychiczne „Przyjaciele Zippiego”

W klasach pierwszych realizowano Międzynarodowy Program Promujący Zdrowie Psychiczne „Przyjaciele Zippiego” we współpracy z Centrum Pozytywnej Edukacji. Program koncentrował się na rozwijaniu kompetencji psychospołecznych dzieci oraz promowaniu zdrowia emocjonalnego. Uczniowie uczestniczyli w zajęciach rozwijających umiejętność rozpoznawania i nazywania emocji, budowania poczucia własnej wartości, wzmacniania wiary we własne możliwości oraz kształtowania pozytywnych relacji z rówieśnikami. Podjęmowane działania wspierały harmonijny rozwój emocjonalny dzieci oraz pomagały budować poczucie bezpieczeństwa i akceptacji w środowisku szkolnym.

2. Ogólnopolski Projekt Edukacyjny „Bajki Pomagajki – o magicznej mocy bajkoterapii”

W klasach Ia i Ib realizowano działania z zakresu bajkoterapii. Projekt miał na celu wspieranie rozwoju psychicznego dzieci poprzez wykorzystanie terapeutycznej funkcji literatury dziecięcej. Podczas zajęć uczniowie poznawali historie bohaterów mierzących się z różnymi emocjami, trudnościami i sytuacjami wywołującymi niepokój. Szczególną uwagę poświęcono wzmacnianiu poczucia pewności siebie, oswojeniu sytuacji wywołujących lęk oraz rozwijaniu umiejętności rozpoznawania podstawowych emocji. Dzieci poznawały sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami. Realizacja projektu przyczyniła się do budowania odporności emocjonalnej, poczucia sprawczości oraz większej otwartości na rozmowę o emocjach.

3. Tydzień Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej

W październiku zorganizowano Tydzień Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej. Podejmowane działania miały na celu budowanie dobrych relacji między uczniami, rozwijanie umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji oraz zwiększanie świadomości dotyczącej skutków przemocy psychicznej i fizycznej. Uczniowie uczestniczyli w rozmowach, zajęciach wychowawczych i działaniach profilaktycznych promujących wzajemny szacunek, życzliwość i odpowiedzialność za słowa oraz zachowanie wobec innych osób.

4. „Tydzień Uczniowskich Supermocy”

Celem przedsięwzięcia było odkrywanie, wzmacnianie i celebrowanie mocnych stron uczniów, rozwijanie poczucia własnej wartości oraz budowanie wiary we własne możliwości. Hasło przewodnie „Bądź jak latawiec, leć po swój sukces” zachęcało dzieci do podejmowania wyzwań, realizowania marzeń oraz dostrzegania własnego potencjału. Podczas zajęć uczniowie rozmawiali o swoich talentach, zainteresowaniach i cechach, które czynią ich wyjątkowymi. Realizowane ćwiczenia i aktywności pozwalały dzieciom lepiej poznać siebie, rozwijać samoświadomość oraz uczyć się dostrzegania i doceniania mocnych stron zarówno własnych, jak i swoich koleżanek i kolegów. Działania sprzyjały budowaniu pozytywnego obrazu siebie oraz wzmacnianiu poczucia sprawczości. Istotnym elementem przedsięwzięcia była również praca zespołowa. Uczniowie wspólnie tworzyli kolorowe latawce będące symbolem uczniowskiej supermocy, marzeń, odwagi i dążenia do sukcesu.

5. Zaufane Spotkanie – telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

W listopadzie uczniowie klasy VIIIb uczestniczyli w zajęciach „Zaufane Spotkanie”, realizowanych w ramach Ogólnopolskiej Kampanii „Dzieciństwo bez Przemocy”. Celem zajęć było zwiększenie świadomości młodzieży na temat możliwości uzyskania wsparcia w sytuacjach trudnych, kryzysowych i wymagających pomocy osób dorosłych. Podczas spotkania uczniowie poznawali zasady funkcjonowania telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży, dowiadywali się, z jakimi problemami można zwrócić się po pomoc oraz gdzie szukać wsparcia psychologicznego i emocjonalnego. Działania wzmacniały poczucie bezpieczeństwa oraz uczyły, że prośenie o pomoc jest oznaką odpowiedzialności i troski o własne zdrowie psychiczne.

6. Dzień Walki z Depresją

W ramach działań profilaktycznych zorganizowano obchody Dnia Walki z Depresją. Zajęcia miały na celu budowanie dobrych relacji między uczniami, rozwijanie umiejętności rozumienia własnych emocji oraz zwiększanie świadomości dotyczącej zdrowia psychicznego. Uczniowie uczestniczyli

w rozmowach dotyczących emocji, sposobów radzenia sobie z trudnościami oraz znaczenia wsparcia społecznego w sytuacjach kryzysowych.

7. Stop hejtowi i cyberprzemocy – spotkanie z policją

W ramach działań profilaktycznych uczniowie klas VI–VIII uczestniczyli w spotkaniu z funkcjonariuszami Policji poświęconym problematyce hejtu, cyberprzemocy oraz bezpiecznego korzystania z Internetu. Celem przedsięwzięcia było zwiększenie świadomości młodzieży na temat zagrożeń występujących w przestrzeni cyfrowej oraz kształtowanie odpowiedzialnych postaw podczas korzystania z nowych technologii.

8. Program „GADKI z Maksem”

Uczniowie klas pierwszych uczestniczyli w programie „GADKI z Maksem” realizowanym we współpracy z Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę. Program miał na celu rozwijanie świadomości dzieci w zakresie bezpieczeństwa osobistego, budowanie zaufania do osób dorosłych oraz wskazywanie osób, do których można zwrócić się po pomoc. Uczniowie poznawali zasady bezpiecznego zachowania i uczyli się rozpoznawania sytuacji budzących niepokój lub zagrażających ich bezpieczeństwu.

9. Maj Miesiącem Zdrowia Psychicznego

W maju realizowano szereg działań promujących zdrowie psychiczne, zdrowy styl życia oraz dobre relacje społeczne. Przedsięwzięcia obejmowały działania integracyjne, aktywność fizyczną oraz inicjatywy wzmacniające dobrostan psychiczny uczniów. Szczególną uwagę poświęcono budowaniu pozytywnych relacji, współpracy i trosce o własne zdrowie psychiczne.

10. Międzynarodowy Dzień Kropki

W ramach działań wspierających zdrowie psychiczne oraz rozwój osobisty uczniów obchodzono Międzynarodowy Dzień Kropki. Przedsięwzięcie miało na celu rozwijanie kreatywności, budowanie poczucia własnej wartości oraz zachęcanie dzieci do odkrywania i rozwijania swoich talentów. Inspiracją do realizowanych działań była historia Vashti – bohaterki książki „The Dot” Petera H. Reynoldsa. Opowieść o dziewczynce, która dzięki odwadze i wsparciu odkryła własne możliwości, stała się punktem wyjścia do rozmów na temat wiary w siebie, podejmowania nowych wyzwań oraz dostrzegania własnych mocnych stron. Uczniowie mieli okazję zastanowić się nad swoimi zainteresowaniami, talentami i marzeniami, a także podzielić się nimi z rówieśnikami. Podczas zajęć dzieci tworzyły prace plastyczne związane z motywem kropki, przedstawiały swoje uzdolnienia oraz uczestniczyły w działaniach rozwijających wyobraźnię i kreatywność. Powstał wspólny plakat talentów, który stał się symbolem różnorodności, indywidualności oraz przekonania, że każdy człowiek posiada wyjątkowe predyspozycje i możliwości. W świetlicy szkolnej uczniowie realizowali dodatkowe działania artystyczne, tworząc między innymi kolorowe drzewa talentów i kreatywne kompozycje inspirowane motywem kropki. Podejmowane aktywności pozwalały dzieciom wyrażać własne emocje, rozwijać wyobraźnię oraz doświadczać satysfakcji z twórczego działania.

11. Dzień Ciszy

W czerwcu obchodzono Dzień Ciszy. Celem przedsięwzięcia było uświadomienie uczniom negatywnego wpływu nadmiernego hałasu na zdrowie i samopoczucie człowieka. Działania

zachęcały do refleksji nad znaczeniem odpoczynku, wyciszenia oraz regeneracji psychicznej. Uczniowie mieli okazję zastanowić się nad rolą ciszy w codziennym życiu oraz jej wpływem na koncentrację, relacje i zdrowie psychiczne. Ważnym elementem realizacji programu były również zajęcia wychowawcze prowadzone w poszczególnych klasach. Podczas godzin wychowawczych podejmowano tematykę emocji, poczucia własnej wartości, radzenia sobie ze stresem, budowania pozytywnych relacji rówieśniczych, zdrowia psychicznego oraz sposobów poszukiwania wsparcia w sytuacjach trudnych.

Efekty realizowanych działań

Podejmowane działania przyczyniły się do wzrostu świadomości uczniów na temat znaczenia zdrowia psychicznego i dobrostanu emocjonalnego. Uczniowie rozwijali umiejętność rozpoznawania i wyrażania emocji, budowali odporność psychiczną, uczyli się radzenia sobie ze stresem oraz poznawali możliwości uzyskania pomocy w sytuacjach trudnych. Realizacja programu sprzyjała wzmocnieniu poczucia bezpieczeństwa, rozwijaniu empatii, budowaniu pozytywnych relacji oraz tworzeniu przyjaznego środowiska szkolnego wspierającego rozwój każdego ucznia.

Zdrowie społeczne

W roku szkolnym 2025/2026 działania w obszarze zdrowia społecznego realizowane były zarówno podczas zajęć wychowawczych, akcji profilaktycznych, programów edukacyjnych, jak i przedsięwzięć angażujących całą społeczność szkolną. Szczególny nacisk położono na budowanie dobrych relacji rówieśniczych, kształtowanie postaw prospołecznych oraz rozwijanie gotowości do niesienia pomocy innym. Obejmowało ono działania ukierunkowane na budowanie prawidłowych relacji międzyludzkich, rozwijanie empatii, wrażliwości, życzliwości, odpowiedzialności społecznej oraz przeciwdziałanie przemocy, dokuczaniu i wykluczeniu. Podejmowane inicjatywy wspierały uczniów w rozwijaniu umiejętności współpracy, komunikacji, rozumienia emocji innych osób oraz tworzenia przyjaznego i bezpiecznego środowiska szkolnego.

1. Dzień Życzliwości

W ramach działań promujących zdrowie społeczne zorganizowano Dzień Życzliwości. Celem przedsięwzięcia było budowanie dobrych relacji, wzajemnego szacunku oraz pozytywnej atmosfery w społeczności szkolnej. Uczniowie uczestniczyli w działaniach zachęcających do okazywania sobie życzliwości, uprzejmości i wsparcia w codziennych sytuacjach. Zwracano uwagę na znaczenie prostych gestów, dobrego słowa, uśmiechu, pomocy koleżeńskiej oraz odpowiedzialnej komunikacji. Działanie pokazywało, że życzliwość ma realny wpływ na samopoczucie innych osób oraz klimat panujący w klasie i szkole. Dzień Życzliwości był również okazją do rozmów o kulturze słowa, wzajemnym szacunku, tolerancji oraz potrzebie dostrzegania drugiego człowieka. Uczniowie uczyli się, że dobre relacje wymagają codziennego zaangażowania, uważności i odpowiedzialności za własne zachowanie.

2. „Niebieski Dzień Pełen Talentów i Praw” – Konwencja Praw Dziecka

W ramach działań wspierających rozwój społeczny i emocjonalny uczniów obchodzono Międzynarodowy Dzień Praw Dziecka. Cała społeczność szkolna włączyła się w inicjatywę poprzez symboliczne założenie niebieskich elementów garderoby, podkreślając solidarność z dziećmi na

całym świecie oraz znaczenie poszanowania praw każdego człowieka. Centralnym punktem obchodów była akademia pod hasłem „Mam talent – mam prawo”, podczas której uczniowie w kreatywny sposób prezentowali prawa dziecka. Poszczególne występy ukazywały między innymi prawo do wyrażania własnego zdania, prawo do informacji, nauki, zabawy oraz rozwijania zainteresowań i talentów. Dzięki zaangażowaniu uczniów wydarzenie miało nie tylko charakter edukacyjny, ale również wychowawczy, skłaniając do refleksji nad znaczeniem praw i obowiązków w codziennym życiu. Szkoła włączyła się również w akcję edukacyjną UNICEF „Mam prawo do...”. W ramach inicjatywy przeprowadzono zajęcia poświęcone prawom dziecka, podczas których uczniowie rozwijali umiejętność rozpoznawania sytuacji związanych z przestrzeganiem lub naruszaniem praw, uczyli się wyrażania własnych opinii oraz kształtowali poczucie odpowiedzialności za siebie i innych. Realizacja przedsięwzięcia przyczyniła się do budowania atmosfery wzajemnego szacunku, życzliwości i bezpieczeństwa w społeczności szkolnej. Działania wzmacniały poczucie własnej wartości uczniów, rozwijały świadomość społeczną oraz uczyły odpowiedzialnego korzystania z przysługujących praw przy jednoczesnym respektowaniu praw innych osób.

3. Program „Bądź kumplem – nie dokuczaj”

W klasie IIIb realizowano program „Bądź kumplem – nie dokuczaj” we współpracy z Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę. Działanie było ukierunkowane na kształtowanie postaw empatycznych oraz przybliżenie uczniom problemu dokuczania. Podczas zajęć uczniowie rozmawiali o tym, czym jest dokuczanie, jak może czuć się osoba, której ktoś sprawia przykrość, oraz jakie konsekwencje emocjonalne mogą wynikać z powtarzających się nieprzyjemnych zachowań. Dzieci uczyły się dostrzegać sytuacje, w których ktoś zostaje ośmieszony, wykluczony lub potraktowany niesprawiedliwie. Ważnym elementem programu było rozwijanie odpowiedzialności za atmosferę w grupie. Uczniowie poznawali sposoby reagowania na dokuczanie, uczyli się udzielania wsparcia osobom pokrzywdzonym oraz budowania relacji opartych na koleżeństwie, życzliwości i wzajemnym szacunku.

4. Ogólnopolska inicjatywa „Czytamy z sercem”

W październiku uczniowie klas I–VIII wzięli udział w ogólnopolskiej inicjatywie „Czytamy z sercem”. Akcja zwracała uwagę na problemy kardiologiczne, popularyzowała wiedzę o zdrowiu serca oraz zachęcała do aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia. Jednocześnie miała ważny wymiar społeczny, ponieważ integrowała uczniów wokół wspólnego działania, rozwijała wrażliwość oraz budowała świadomość odpowiedzialności za zdrowie własne i innych. Uczniowie poznawali budowę serca, poszerzali wiedzę dotyczącą wpływu aktywności fizycznej na zdrowie człowieka oraz uczestniczyli w działaniach łączących edukację zdrowotną z rozwijaniem empatii i odpowiedzialności. Wspólna realizacja inicjatywy sprzyjała integracji społeczności szkolnej oraz kształtowaniu postaw prozdrowotnych i prospołecznych.

5. Akcja „Kartka urodzinowa dla seniora z DPS”

Jednym z najważniejszych działań w obszarze zdrowia społecznego była całoroczna akcja „Kartka urodzinowa dla seniora z DPS”, realizowana przez uczniów klas I–VIII we współpracy z Domem Pomocy Społecznej. Uczniowie przygotowywali i przekazywali kartki urodzinowe seniorom, angażując się w działanie o charakterze społecznym, wychowawczym i międzypokoleniowym.

Działanie budowało więzi międzypokoleniowe, wzmacniało współpracę szkoły z DPS oraz wywoływało pozytywne emocje zarówno u seniorów, jak i u uczniów uczestniczących w akcji. Było to przedsięwzięcie szczególnie wartościowe, ponieważ pokazywało uczniom, że nawet prosty gest może mieć duże znaczenie dla drugiego człowieka.

6. Młodzieżowy Sejmik Województwa Łódzkiego

Młodzież klas 7-8 uczestniczyła w konferencji „Młodzieżowe działanie – dlaczego warto być członkiem Młodzieżowej Rady”. Spotkanie zostało zorganizowane we współpracy przedstawicieli Młodzieżowego Sejmiku Województwa Łódzkiego oraz samorządu lokalnego i miało na celu przybliżenie uczniom idei aktywności obywatelskiej oraz zaangażowania społecznego. Podczas konferencji uczestnicy poznali zasady funkcjonowania młodzieżowych rad oraz możliwości, jakie daje młodym ludziom aktywne uczestnictwo w życiu lokalnej społeczności. Uczniowie wysłuchali wystąpień przedstawicieli Młodzieżowej Rady Gminy Kleszczów, Młodzieżowego Sejmiku Województwa Łódzkiego oraz Młodzieżowej Rady Zelowa, którzy dzielili się swoimi doświadczeniami związanymi z działalnością społeczną i obywatelską. Istotnym elementem wydarzenia były panele dyskusyjne, warsztaty i rozmowy poświęcone wpływowi młodzieży na otaczającą rzeczywistość. Uczniowie mieli okazję dowiedzieć się, w jaki sposób mogą rozwijać swoje zainteresowania, umiejętności społeczne oraz poczucie odpowiedzialności poprzez angażowanie się w działalność na rzecz środowiska lokalnego. Udział w konferencji przyczynił się do kształtowania postaw obywatelskich, rozwijania poczucia sprawczości oraz wzmacniania świadomości społecznej uczniów. Działanie zachęcało młodzież do aktywnego uczestnictwa w życiu szkoły i społeczności lokalnej oraz pokazywało, że młodzi ludzie mogą mieć realny wpływ na otaczający ich świat.

7. „Jak nie czytam, jak czytam”

W ramach działań wspierających rozwój zainteresowań oraz promujących wartościowe formy spędzania czasu uczniowie uczestniczyli w ogólnopolskiej akcji czytelniczej „Jak nie czytam, jak czytam”. W wydarzeniu wzięła udział cała społeczność szkolna, która zgromadziła się na terenie szkoły z ulubionymi książkami, aby wspólnie oddać się lekturze. Akcja miała na celu promowanie czytelnictwa oraz pokazanie, że książka może być źródłem wiedzy, inspiracji, relaksu i pozytywnych emocji. Uczniowie czytali wybrane przez siebie pozycje, wymieniali się opiniami, prezentowali ulubione tytuły oraz zachęcali rówieśników do sięgania po literaturę. Wydarzenie przebiegało w atmosferze spokoju, życzliwości i wzajemnej inspiracji. Realizacja przedsięwzięcia sprzyjała rozwijaniu zainteresowań czytelniczych, wzmacnianiu kompetencji językowych oraz kształtowaniu umiejętności konstruktywnego i wartościowego spędzania czasu wolnego. Wspólne czytanie stało się również okazją do integracji społeczności szkolnej i budowania pozytywnych relacji pomiędzy uczniami i nauczycielami.

8. Zajęcia z rodzicami „Na ratunek świątecznym relacjom”

W klasie Ia zorganizowano zajęcia z rodzicami „Na ratunek świątecznym relacjom” w formie świątecznego escape roomu. Działanie miało wyraźny charakter społeczny i wychowawczy, ponieważ służyło integracji zespołu klasowego oraz budowaniu właściwych relacji między uczniami, rodzicami i szkołą. Podczas zajęć uczestnicy wspólnie wykonywali zadania, rozwiązywali zagadki i podejmowali współpracę w atmosferze zabawy i wzajemnego wsparcia. Aktywność

sprzyjała rozwijaniu komunikacji, współdziałania, zaufania oraz pozytywnych więzi rodzinno-szkolnych. Działanie pokazało, że zdrowie społeczne uczniów wzmacniane jest nie tylko poprzez relacje rówieśnicze, ale również poprzez budowanie współpracy między szkołą a rodzicami. Wspólna aktywność sprzyjała poczuciu przynależności i wzmacniała pozytywną atmosferę w klasie.

9. „Dzień Dobrych Uczynków”

Z tej okazji Szkolny Klub Wolontariatu przygotował specjalne „Koło Dobrych Uczynków”, dzięki któremu każde dziecko podczas przerw mogło wylosować zadanie do wykonania. Uczniowie kręcili kołem, losowali numerki, a następnie otrzymywali karteczki z dobrym uczynkiem do zrealizowania. W czasie wydarzenia panowała bardzo miła i serdeczna atmosfera. Dzieci z entuzjazmem wykonywały swoje zadania i chętnie angażowały się w działania przygotowane przez wolontariuszy. Akcja pokazała, że dobro wraca, a wspólne działania integrują społeczność szkolną i budują wzajemny szacunek.

10. „Dzień Kolorowej Skarpetki”, „Światowy Dzień Autyzmu”

Działania te promowały akceptację różnorodności, rozwijały empatię, wzmacniały poczucie własnej wartości oraz uczyły szacunku wobec drugiego człowieka, rozwijały empatię, wrażliwość i odpowiedzialności za innych. Uczniowie angażowali się w przedsięwzięcia wymagające współpracy, komunikacji, wspólnego działania oraz dostrzegania potrzeb drugiego człowieka.

11. Akcje charytatywne

Ważnym elementem realizacji programu były działania wolontariackie i charytatywne, które rozwijały empatię, odpowiedzialność społeczną oraz wrażliwość na potrzeby innych osób. Uczniowie angażowali się w liczne akcje pomocowe, takie jak: „Kartka zamiast kwiatka”, „Szlachetna Paczka”, „I Ty możesz zostać Świętym Mikołajem”, „Święty Mikołaj dla Seniora”, „Pełna miska dla schroniska”, „Góra Grosza”, „Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy”.

Szczególną rolę odegrali spotkania z seniorami oraz przedsięwzięcia wspierające osoby starsze, które sprzyjały budowaniu więzi międzypokoleniowych. Uczniowie aktywnie uczestniczyli również w akcjach charytatywnych na rzecz osób potrzebujących i zwierząt, ucząc się odpowiedzialności społecznej, bezinteresownej pomocy oraz współpracy na rzecz wspólnego dobra

W ramach pracy wychowawczej realizowano również zajęcia dotyczące życzliwości, empatii, współpracy, przeciwdziałania przemocy i wykluczeniu społecznemu oraz budowania pozytywnych relacji w grupie rówieśniczej. Tematyka ta była systematycznie podejmowana podczas godzin wychowawczych i działań profilaktycznych realizowanych w klasach.

Konkursy społeczne:

- Bohater o wielkim sercu
- Kartkówka z dobrych manier
- Rodzinny konkurs z okazji Dnia Patrona Szkoły
- Wolontariusz roku
- Turniej szachowy

- Konkurs „Super chłopak”, „Super dziewczyna”

Projekty, programy, innowacje związane ze zdrowiem społecznym:

- innowacja pedagogiczna „Przerwa na relacje”
- Ogólnopolski Program Bibliotek Szkolnych „Biblioteka – dobre miejsce dla człowieka”
- projekt edukacyjny „Pomaganie jest fajne”
- projekt edukacyjny „Przedsiębiorcy wolontariusz” – Szkolny Klub Wolontariatu
- projekt edukacyjny „Szkoła Pamięta”

Efekty działań w obszarze zdrowia społecznego

Realizacja działań w obszarze zdrowia społecznego przyczyniła się do wzrostu świadomości uczniów dotyczącej znaczenia dobrych relacji, empatii, wzajemnego szacunku i odpowiedzialności za drugiego człowieka. Uczniowie rozwijali umiejętność współpracy, komunikacji, rozwiązywania konfliktów oraz reagowania na przejawy przemocy, dokuczania i wykluczenia.

Podejmowane inicjatywy wspierały budowanie pozytywnego klimatu szkoły, wzmacniały poczucie bezpieczeństwa i przynależności do społeczności szkolnej oraz promowały postawy oparte na życzliwości, trosce i odpowiedzialności społecznej. Dzięki realizowanym działaniom uczniowie lepiej rozumieli znaczenie relacji międzyludzkich dla zdrowia i codziennego funkcjonowania.

Działania w tym obszarze przyczyniły się również do rozwoju współpracy szkoły z rodzicami, instytucjami lokalnymi oraz środowiskiem społecznym. Szczególnie ważne było wzmacnianie więzi międzypokoleniowych, rozwijanie odpowiedzialności za innych oraz budowanie przekonania, że każdy uczeń może mieć pozytywny wpływ na otoczenie.

Zdrowie fizyczne i aktywność fizyczna

Podejmowane inicjatywy miały na celu zachęcanie uczniów do aktywnego stylu życia, rozwijanie sprawności fizycznej, kształtowanie postawy dbałości o własne zdrowie oraz ukazywanie ruchu, jako naturalnego elementu codziennego funkcjonowania. Działania obejmowały zarówno udział w zawodach sportowych i turniejach, jak również przedsięwzięcia promujące aktywne spędzanie czasu wolnego, turystykę pieszą, rekreację oraz aktywne formy przemieszczania się. Realizowane inicjatywy sprzyjały nie tylko poprawie kondycji fizycznej uczniów, ale również rozwijały umiejętność współpracy, zdrowej rywalizacji, odpowiedzialności i wytrwałości w dążeniu do celu.

1. Udział w zawodach sportowych i wydarzeniach promujących aktywność fizyczną

Uczniowie aktywnie uczestniczyli w licznych zawodach sportowych organizowanych na szczeblu powiatowym i wojewódzkim. Reprezentowali szkołę podczas:

- Mistrzostwa Powiatu Bełchatowskiego w indywidualnych biegach przełajowych,
- Mistrzostw Województwa Łódzkiego w Indywidualnych Biegach Przełajowych,
- Mistrzostw Powiatu Bełchatowskiego w Sztafetowych Biegach Przełajowych,
- Pierwszy Rzut Ligi Lekkoatletycznej ZLZS Województwa Łódzkiego,
- Mistrzostw Powiatu Bełchatowskiego w Skoku Wzwyż,

- Wiosennych Masowych Biegów Przełajowych ZLZS woj. łódzkiego,
- Indywidualnych Halowych Mistrzostw ZLZS woj. łódzkiego w lekkoatletyce (roczniki 2011 i młodszy),
- II Rzut Ligi Lekkoatletycznej ZLZS Województwa łódzkiego.

Ważnym elementem działalności sportowej szkoły był również udział uczniów w zawodach drużynowych, takich jak:

- XXVI edycja turnieju o „Puchar Tymbark”,
- Mistrzostwa Powiatu Bełchatowskiego w piłce nożnej chłopców w ramach Igrzysk Dzieci,
- Powiatowe zawody sportowe w pływaniu w ramach Igrzysk Młodzieży Szkolnej,
- Mistrzostwa Powiatu Bełchatowskiego w piłce ręcznej (w ramach Igrzysk Dzieci).

Dodatkowo w szkole zorganizowano: „Zimowy Turniej Mini Piłki Ręcznej” i „Turniej Mini Piłki Siatkowej”. Wydarzenie angażowało uczniów do aktywnego uczestnictwa w sporcie oraz rozwijania umiejętności pracy zespołowej.

Na szkolnym boisku odbył się również bieg „Tropem Wilczym”. Wydarzenie łączyło aktywność fizyczną z edukacją historyczną i patriotyczną. Dla wielu uczniów był to również przykład tego, że sport może być sposobem na łączenie różnych wartości i zainteresowań.

Udział w zawodach sportowych rozwijał sprawność fizyczną uczniów, uczył wytrwałości, odpowiedzialności i współpracy oraz promował zasady zdrowej rywalizacji i fair play.

Uczniowie odnosili liczne sukcesy sportowe, zdobywając medale i wysokie miejsca.

Organizowano również wycieczkę rowerową po okolicy oraz uczniowie mieli możliwość uczestniczenia na hali w SOLPARK KLESZCZÓW w lekcji pokazowej w piłkę ręczną z zawodniczkami MKS Piotrcovia Piotrków Tryb. Była to świetna okazja do nauki od najlepszych i zaczerpnięcia motywacji do aktywnego spędzania czasu.

2. Kampania „Rowerowy Maj”

Celem szkolnej akcji było promowanie aktywnego sposobu docierania do szkoły. Uczniowie zachęceni byli do przyjeżdżania rowerem lub hulajnogą. Akcja miała na celu zwiększenie codziennej aktywności fizycznej dzieci, promowanie zdrowych nawyków oraz ograniczanie biernego stylu życia. Kampania cieszyła się dużym zainteresowaniem uczniów i rodziców, a wspólne uczestnictwo wzmacniało motywację do podejmowania aktywności ruchowej każdego dnia.

3. VII edycja Biegu Belfrów

Realizacja programu „Szkoła Promująca Zdrowie” obejmowała nie tylko działania skierowane do uczniów, ale również inicjatywy angażujące nauczycieli i pracowników szkoły. Przykładem takiego przedsięwzięcia był udział nauczycieli w VII Biegu Belfrów – wydarzeniu promującym aktywny styl życia, integrację środowiska oświatowego oraz ideę dbania o zdrowie poprzez regularną aktywność fizyczną. Udział nauczycieli w wydarzeniach sportowych stanowił dla uczniów

pozytywny przykład zdrowego stylu życia oraz pokazywał, że aktywność fizyczna jest ważnym elementem codziennego funkcjonowania niezależnie od wieku. Działania te wzmacniały wiarygodność prowadzonych w szkole działań prozdrowotnych oraz budowały kulturę zdrowia opartą na wspólnym zaangażowaniu całej społeczności szkolnej. Podejmowane inicjatywy sprzyjały integracji środowiska szkolnego, promowały aktywne formy spędzania czasu wolnego oraz zachęcały do podejmowania regularnego wysiłku fizycznego, jako elementu troski o zdrowie i dobre samopoczucie.

4. Zimowe Igrzyska Olimpijskie i zajęcia sportowe dla 4latków

W szkole zorganizowano Zimowe Igrzyska Olimpijskie, w których uczestniczyli uczniowie klas pierwszych oraz dzieci z Publicznego Przedszkola Samorządowego w Łuszczanowicach. Celem przedsięwzięcia było promowanie aktywności fizycznej, rozwijanie sprawności ruchowej oraz zachęcanie najmłodszych do aktywnego spędzania czasu wolnego. Podczas wydarzenia uczestnicy brali udział w licznych konkurencjach sportowych i zabawach ruchowych przygotowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego. Program obejmował między innymi slalom, skoki w workach, toczenie piłki oraz ćwiczenia rozwijające koordynację ruchową, zwinność i umiejętność współpracy w grupie. Wszystkie konkurencje przebiegały w atmosferze zdrowej rywalizacji, wzajemnego wsparcia oraz dobrej zabawy. Na zakończenie wszyscy uczestnicy otrzymali upominki i poczęstunek, co dodatkowo podkreśliło radosny i integracyjny charakter wydarzenia.

Organizowaliśmy również zajęcia sportowe dla 4latków z Przedszkola Samorządowego w Łękińsku. Dostosowane były do potrzeb i możliwości dzieci, pokazując przede wszystkim, że sport to dobra zabawa i miłe spędzanie czasu.

5. Gminny Marsz z okazji Narodowego Dnia Sportu

W przedsięwzięciu uczestniczyli uczniowie klas pierwszych oraz dzieci z przedszkoli z terenu Gminy Kleszczów. Celem wydarzenia było promowanie zdrowego stylu życia, zachęcanie najmłodszych do podejmowania aktywności fizycznej oraz integracja dzieci z różnych placówek oświatowych. Spotkanie rozpoczęło się na Stadionie Gminnym w Kleszczowie od wspólnej rozgrzewki, po której uczestnicy wyruszyli na trasę marszu o długości 2,8 kilometra. Wydarzenie miało charakter rekreacyjny – nie liczył się wynik sportowy ani rywalizacja, lecz wspólna aktywność, radość z ruchu oraz propagowanie zdrowych nawyków związanych z aktywnym spędzaniem czasu. Szczególnym elementem marszu był udział dzieci w barwach gminnych oraz prezentacja przygotowanych przez nich haseł i transparentów promujących aktywność fizyczną. Dzięki temu wydarzenie miało nie tylko wymiar sportowy, ale również edukacyjny i profilaktyczny, zachęcając uczestników do podejmowania codziennego ruchu, jako ważnego elementu zdrowego stylu życia. Po zakończeniu marszu na uczestników czekały zabawy integracyjne, wspólne zdjęcia oraz pamiątkowe dyplomy i upominki. Wydarzenie sprzyjało budowaniu relacji pomiędzy dziećmi, rozwijaniu umiejętności współpracy oraz wzmacnianiu poczucia przynależności do lokalnej społeczności.

6. Szkolny Klub Włóczykija

Ważnym elementem promowania aktywności fizycznej była działalność Szkolnego Klubu Włóczykija. Organizowane spacer, rajdy i wycieczki zachęcały uczniów do aktywnego wypoczynku oraz poznawania walorów przyrodniczych najbliższego otoczenia. Uczestnictwo w działaniach

klubu sprzyjało rozwijaniu sprawności fizycznej, wytrzymałości oraz kształtowaniu nawyku aktywnego spędzania czasu wolnego.

7. Warsztaty anatomiczne

Uczniowie klas VII–VIII uczestniczyli w warsztatach anatomicznych prowadzonych przez specjalistów z firmy iQuest z Wrocławia. Zajęcia miały charakter teoretyczno-praktyczny i pozwalały uczniom poszerzyć wiedzę dotyczącą budowy oraz funkcjonowania organizmu człowieka. Podczas pierwszej części warsztatów uczniowie przypomnieli sobie podstawowe informacje dotyczące wybranych układów i narządów ludzkiego ciała. Następnie uczestniczyli w części praktycznej, podczas której samodzielnie analizowali budowę narządów wewnętrznych. Szczególne zainteresowanie wzbudziła możliwość szczegółowego poznania budowy serca, w tym przedsionków, komór, zastawek oraz naczyń krwionośnych. Uczniowie mieli również okazję przeanalizować budowę oka, poznając elementy odpowiedzialne za proces widzenia, między innymi soczewkę, rogówkę oraz inne struktury narządu wzroku. Warsztaty stanowiły atrakcyjną formę nauki poprzez doświadczenie i bezpośrednią obserwację. Dzięki praktycznemu charakterowi zajęć uczniowie mogli lepiej zrozumieć funkcjonowanie organizmu człowieka oraz znaczenie troski o zdrowie.

8. Program „Zdrowo i sportowo”

W ramach programu „Zdrowo i sportowo” realizowano działania zachęcające uczniów do codziennej aktywności ruchowej. Program promował zdrowy styl życia, rozwijanie sprawności fizycznej oraz kształtowanie prawidłowych nawyków zdrowotnych. Uczniowie uczestniczyli w ćwiczeniach, zabawach ruchowych i aktywnościach dostosowanych do wieku oraz możliwości rozwojowych.

9. „Kryształowy uśmiech mam, bo o zęby dbam”

W ramach działań promujących zdrowie fizyczne realizowano przedsięwzięcie „Kryształowy uśmiech mam, bo o zęby dbam”, którego celem było kształtowanie prawidłowych nawyków związanych z higieną jamy ustnej oraz zwiększanie świadomości uczniów dotyczącej profilaktyki stomatologicznej. Podczas zajęć uczniowie zdobywali wiedzę na temat zasad prawidłowej higieny jamy ustnej, znaczenia regularnego szczotkowania zębów oraz konieczności systematycznych wizyt kontrolnych u stomatologa. Zwracano również uwagę na wpływ sposobu odżywiania na stan uzębienia oraz znaczenie ograniczania spożycia produktów zawierających duże ilości cukru.

10. Program „Aktywna Szkoła - Aktywny do Kwadratu”

W ramach programu „Aktywna Szkoła - Aktywny do Kwadratu” organizowano dla uczniów dodatkowe zajęcia ruchowe po lekcjach, których celem było rozwijanie sprawności fizycznej, promowanie aktywnego stylu życia oraz kształtowanie zdrowych nawyków.

11. Wyjazdy na mecze PGE SKRA Bełchatów

Dodatkową inspiracją do rozwijania zainteresowań sportowych był udział uczniów w wydarzeniach sportowych, między innymi wyjazdy na mecze PGE Skry Bełchatów. Spotkanie pozwoliło uczniom

obserwować sport na wysokim poziomie oraz promowało aktywne zainteresowanie kulturą fizyczną.

12. Aktywność fizyczna podczas codziennych zajęć

Oprócz wydarzeń sportowych i akcji ogólnoszkolnych uczniowie uczestniczyli w licznych aktywnościach ruchowych realizowanych podczas zajęć wychowania fizycznego, wycieczek, spacerów oraz przedsięwzięć edukacyjnych organizowanych przez nauczycieli. Działania te miały na celu pokazanie, że aktywność fizyczna może być naturalnym elementem codziennego życia oraz skutecznym sposobem dbania o zdrowie, dobre samopoczucie i prawidłowy rozwój. Oprócz wydarzeń sportowych i akcji ogólnoszkolnych w poszczególnych klasach realizowano liczne zajęcia wychowawcze oraz edukacyjne promujące aktywny styl życia. Uczniowie poznawali korzyści płynące z codziennego ruchu, uczestniczyli w rozmowach dotyczących zdrowego trybu życia oraz rozwijali świadomość wpływu aktywności fizycznej na zdrowie fizyczne i psychiczne.

13. Profilaktyka zdrowia jamy ustnej

W szkole realizowano działania z zakresu profilaktyki zdrowia jamy ustnej. Uczniowie uczestniczyli w regularnej fluoryzacji zębów prowadzonej zgodnie z obowiązującymi zaleceniami profilaktycznymi. Działania te miały na celu wzmacnianie szkliwa, zapobieganie próchnicy oraz kształtowanie nawyków związanych z prawidłową higieną jamy ustnej.

14. Projekty, programy, innowacje związane ze zdrowiem fizycznym:

- programy edukacyjne „Mały Mistrz”, „Trzymaj Formę”, „Akademia Lubella”, „Akademia Dojrzewania Lactacyd”
- projekt SPORTOWIEC SZKOŁY

Efekty realizowanych działań

Realizacja działań w obszarze zdrowia fizycznego i aktywności fizycznej przyczyniła się do zwiększenia poziomu aktywności ruchowej uczniów oraz wzrostu świadomości dotyczącej znaczenia ruchu dla zdrowia. Uczniowie rozwijali sprawność fizyczną, wytrzymałość, koordynację ruchową oraz umiejętność współpracy podczas aktywności zespołowych. Podejmowane działania sprzyjały kształtowaniu zdrowych nawyków, promowaniu aktywnego stylu życia oraz budowaniu przekonania, że regularny ruch jest jednym z najważniejszych elementów dbania o zdrowie fizyczne i psychiczne.

Zdrowe odżywianie

Podejmowane inicjatywy miały na celu zwiększanie świadomości uczniów dotyczącej zasad zdrowego żywienia, promowanie spożywania warzyw i owoców, rozwijanie umiejętności przygotowywania zdrowych posiłków oraz budowanie odpowiedzialności za własne zdrowie. Realizowane działania miały charakter praktyczny, dzięki czemu uczniowie nie tylko zdobywali wiedzę teoretyczną, ale również samodzielnie przygotowywali zdrowe przekąski, poznawali wartości odżywcze produktów oraz uczyli się dokonywania świadomych wyborów żywieniowych.

Podejmowane inicjatywy sprzyjały również rozwijaniu samodzielności, kreatywności i współpracy podczas wspólnego przygotowywania posiłków.

1. Program „Owoce i warzywa w szkole”

Nasza szkoła uczestniczyła w ogólnopolskim programie „Owoce i warzywa w szkole”, realizowanym pod patronatem Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa. Celem programu było kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych poprzez zwiększenie udziału owoców, warzyw, mleka i przetworów mlecznych w codziennej diecie dzieci oraz promowanie zasad zdrowego odżywiania. W ramach programu uczniowie regularnie otrzymywali porcje świeżych owoców i warzyw oraz naturalne produkty mleczne, takie jak mleko, jogurty, kefiry czy maślanki. Dzięki temu dzieci miały możliwość poznawania wartościowych produktów spożywczych oraz kształtowania nawyku sięgania po zdrowe przekąski zamiast wysoko przetworzonej żywności. Realizacja programu była również okazją do prowadzenia rozmów i działań edukacyjnych dotyczących zasad zdrowego żywienia, znaczenia regularnego spożywania warzyw i owoców oraz roli produktów mlecznych w prawidłowym rozwoju organizmu. Program przyczynił się do zwiększenia świadomości żywieniowej uczniów oraz promowania zdrowego stylu życia wśród dzieci i ich rodzin.

2. „Kuchenne rewolucje” na edukacji zdrowotnej

W ramach zajęć edukacji zdrowotnej realizowano działania pod hasłem „Kuchenne rewolucje”. Uczniowie poznawali zasady zdrowego odżywiania oraz znaczenie odpowiednio zbilansowanej diety dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Podczas zajęć analizowano skład produktów spożywczych, omawiano rolę poszczególnych składników odżywczych oraz zwracano uwagę na wpływ codziennych wyborów żywieniowych na zdrowie. Uczniowie zdobywali wiedzę dotyczącą planowania wartościowych posiłków oraz zasad racjonalnego żywienia.

3. Dzień Jabłka

W ramach działań promujących zdrowe odżywianie obchodzono Światowy Dzień Jabłka. Celem przedsięwzięcia było zachęcanie uczniów do spożywania owoców oraz kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych. Podczas obchodów uczniowie poznawali walory zdrowotne jabłek oraz znaczenie owoców w codziennej diecie. Dzieci miały możliwość degustacji rogalików z dżemem jabłkowym oraz soku jabłkowego przygotowanych w szkole. Działanie pozwoliło uczniom poznać różnorodne sposoby wykorzystania jabłek w codziennym żywieniu oraz pokazało, że zdrowe produkty mogą być jednocześnie smaczne i atrakcyjne. Przedsięwzięcie sprzyjało promowaniu zdrowego stylu życia oraz utrwalaniu nawyku sięgania po naturalne produkty.

4. Dzień Zdrowego Śniadania

W ramach działań promujących zdrowe odżywianie obchodzono Dzień Zdrowego Śniadania – „Śniadanie Daje Moc”. Uczniowie poznawali znaczenie pierwszego posiłku w ciągu dnia oraz jego wpływ na koncentrację, samopoczucie i efektywność uczenia się. Podczas zajęć samodzielnie przygotowywali zdrowe śniadania, wykorzystując produkty bogate w witaminy, składniki mineralne oraz błonnik. Rozmawiano o zasadach komponowania pełnowartościowych posiłków oraz znaczeniu regularnego spożywania śniadań.

5. Zdrowe owocowe koreczki, koktajle i sałatki

W ramach działań praktycznych uczniowie przygotowywali wiele zdrowych przekąsek m.in. koreczki, koktajle i sałatki owocowe. Podczas zajęć poznawali wartości odżywcze owoców oraz znaczenie ich regularnego spożywania dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Samodzielne przygotowywanie przekąsek rozwijało sprawność manualną, kreatywność oraz umiejętność współpracy. Działanie pokazywało, że zdrowe przekąski mogą być jednocześnie atrakcyjne, smaczne i wartościowe. Wspólne przygotowywanie potraw sprzyjało również integracji oraz rozwijaniu umiejętności współpracy.

6. Dzień Chleba

W ramach obchodów Dnia Chleba uczniowie wspólnie z nauczycielami piekli domowe pieczywo, które później wspólnie konsumowano. Dodatkowo poznawali znaczenie pieczywa w codziennej diecie oraz proces jego powstawania. Rozmawiano o rodzajach pieczywa, wartościach odżywczych produktów zbożowych oraz znaczeniu pełnoziarnistych produktów dla zdrowia.

7. Dzień Czekolady

Obchody Dnia Czekolady miały charakter edukacyjny i praktyczny. Uczniowie poznawali historię czekolady, proces jej produkcji oraz składniki wykorzystywane do jej wytwarzania. Podczas zajęć przygotowywali własne wyroby czekoladowe oraz analizowali wpływ różnych składników na wartość odżywczą produktu. Działanie zwracało uwagę na konieczność zachowania umiaru w spożywaniu słodczy oraz znaczenie świadomych wyborów żywieniowych.

8. Dzień Gofra

Uczniowie z tej okazji samodzielnie przygotowywali wypieki, współpracując ze sobą na poszczególnych etapach pracy. Wspólne planowanie, przygotowywanie i dzielenie się efektami swojej pracy sprzyjało budowaniu poczucia wspólnoty, rozwijaniu umiejętności współpracy oraz wzmacnianiu relacji rówieśniczych. Działanie odbywało się w atmosferze życzliwości, zaangażowania i wzajemnego wsparcia, a przygotowane wypieki cieszyły się dużym zainteresowaniem całej społeczności szkolnej.

9. Program „Gotuj się na zmiany”

W ramach programu „Gotuj się na zmiany” uczniowie uczestniczyli w działaniach promujących zdrowe odżywianie, odpowiedzialną konsumpcję oraz świadome wybory żywieniowe. Program zachęcał do poznawania nowych smaków, przygotowywania zdrowych potraw oraz rozwijania wiedzy dotyczącej wpływu żywienia na zdrowie człowieka i środowisko naturalne.

10. „Śniadanie na polanie”

W ramach działań promujących zdrowe nawyki żywieniowe organizowano również wspólne spożywanie zdrowych posiłków na świeżym powietrzu. Uczniowie mieli okazję doświadczyć, że zdrowe jedzenie może być elementem aktywnego i przyjemnego spędzania czasu. Przedsięwzięcie łączyło edukację żywieniową z integracją grupy oraz promocją aktywności na świeżym powietrzu.

11. Dzień Zdrowia

W ramach obchodów zorganizowano szereg różnorodnych działań skierowanych do uczniów wszystkich grup wiekowych. Uczniowie klas VII–VIII uczestniczyli w zajęciach z wykorzystaniem naturalnych olejków eterycznych, podczas których poznawali ich właściwości oraz wpływ na samopoczucie i relaksację. Dla uczniów przygotowano również konkurs pod hasłem „Zdrowie na talerzu”, promujący zasady zdrowego odżywiania oraz świadome komponowanie posiłków.

W ramach Programu Profilaktycznego SOS realizowano działania związane z ochroną zdrowia i profilaktyką. Najmłodsi uczniowie uczestniczyli w zajęciach dotyczących dbania o zdrowie i higienę życia codziennego. Dużym zainteresowaniem cieszyła się także otwarta lekcja biologii pt. „Sąd nad bakteriami”, podczas której uczniowie w atrakcyjnej formie poszerzali wiedzę dotyczącą mikroorganizmów, higieny oraz profilaktyki zdrowotnej. Istotnym elementem obchodów była również promocja zdrowego odżywiania. Szkolni wolontariusze przygotowali dla społeczności szkolnej owocowe koktajle oraz zdrowe galaretki, zachęcając uczniów do wybierania wartościowych produktów spożywczych i kształtowania prawidłowych nawyków żywieniowych.

Efekty realizowanych działań

Realizacja działań w obszarze zdrowego odżywiania przyczyniła się do zwiększenia świadomości uczniów dotyczącej zasad prawidłowego żywienia oraz wpływu codziennych wyborów żywieniowych na zdrowie. Uczniowie rozwijali umiejętność przygotowywania zdrowych posiłków, poznawali wartości odżywcze produktów oraz uczyli się odpowiedzialności za własne nawyki żywieniowe.

Podejmowane inicjatywy sprzyjały promowaniu zdrowego stylu życia, zwiększaniu spożycia warzyw i owoców oraz kształtowaniu postaw sprzyjających zachowaniu zdrowia. Dzięki praktycznemu charakterowi działań uczniowie mogli wykorzystać zdobytą wiedzę w codziennym życiu, zarówno w szkole, jak i w domu.

Bezpieczeństwo i profilaktyka

Podejmowane inicjatywy miały na celu zwiększanie świadomości zagrożeń występujących zarówno w świecie rzeczywistym, jak i cyfrowym, rozwijanie umiejętności reagowania w sytuacjach niebezpiecznych oraz wzmacnianie poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie i bezpieczeństwo. Działania profilaktyczne obejmowały tematykę bezpieczeństwa w Internecie, przeciwdziałania przemocy i cyberprzemocy, ochrony dzieci przed krzywdzeniem, bezpieczeństwa w ruchu drogowym, bezpieczeństwa podczas wypoczynku oraz profilaktyki uzależnień.

W realizację przedsięwzięć zaangażowani byli nauczyciele, specjaliści szkolni oraz instytucje wspierające szkołę, w tym Policja, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, Państwowa Straż Pożarna i Ochotnicza Straż Pożarna.

1. Dzień Bezpiecznego Internetu

W ramach obchodów Dnia Bezpiecznego Internetu realizowano działania mające na celu zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z nowych technologii. Podczas zajęć uczniowie poznawali zasady ochrony danych osobowych, tworzenia bezpiecznych haseł oraz odpowiedzialnego publikowania informacji w sieci.

Rozmawiano o zagrożeniach związanych z korzystaniem z Internetu, takich jak cyberprzemoc, hejt, manipulacja informacją, fałszywe wiadomości oraz kontakt z nieznajomymi. Zwracano również uwagę na kulturę komunikacji w sieci, odpowiedzialność za własne działania oraz sposoby reagowania w sytuacjach niebezpiecznych. Uczniowie poznawali miejsca, w których mogą uzyskać pomoc i wsparcie w przypadku doświadczenia przemocy internetowej.

2. Światowy Dzień Bez Papierosa

W ramach działań profilaktycznych szkoła włączyła się w obchody Światowego Dnia Bez Papierosa. Celem przedsięwzięcia było zwiększenie świadomości uczniów oraz społeczności lokalnej na temat szkodliwości palenia tytoniu i promowanie zdrowego stylu życia wolnego od nałogów. Z tej okazji uczniowie uczestniczyli w happeningu ulicznym, podczas którego rozdawali mieszkańcom materiały informacyjne dotyczące negatywnych skutków palenia oraz korzyści wynikających z prowadzenia życia bez używek. Działanie miało charakter edukacyjny i profilaktyczny, a jego celem było zwrócenie uwagi na problem uzależnienia od nikotyny oraz zachęcanie do podejmowania działań sprzyjających zdrowiu. Istotnym elementem obchodów był również udział uczniów w Ogólnopolskim Konkursie Plastycznym „Nie dziękuję – używek nie próbuję!”. Uczestnicy przygotowywali plakaty promujące zdrowy styl życia i profilaktykę uzależnień. Konkurs umożliwił uczniom twórcze wyrażenie własnych poglądów na temat szkodliwości używek oraz rozwijanie świadomości zdrowotnej. Zaangażowanie uczniów zostało docenione poprzez zdobycie nagrody i wyróżnienia w konkursie ogólnopolskim.

3. „Stop hejtowi i cyberprzemocy”

We współpracy z funkcjonariuszami Policji realizowano działania dotyczące przeciwdziałania hejtowi i cyberprzemocy. Uczniowie poznawali konsekwencje prawne i społeczne niewłaściwych zachowań w Internecie oraz dowiadywali się, jak reagować na przejawy agresji słownej i przemocy cyfrowej. Spotkania uświadamiały młodzieży, że bezpieczeństwo w sieci wymaga odpowiedzialności, szacunku wobec innych osób oraz świadomego korzystania z narzędzi cyfrowych.

4. Program „GADKI z Maksem”

Uczniowie klas pierwszych uczestniczyli w programie „GADKI z Maksem”, realizowanym przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Program miał na celu rozwijanie świadomości dzieci w zakresie bezpieczeństwa osobistego oraz ochrony przed krzywdzeniem. Podczas zajęć dzieci poznawały zasady bezpiecznego zachowania oraz uczyły się rozpoznawania sytuacji budzących niepokój. Program pomagał budować zaufanie do osób dorosłych oraz wskazywał osoby, do których można zwrócić się po pomoc. Realizacja programu wzmacniała poczucie bezpieczeństwa dzieci oraz rozwijała umiejętność reagowania w sytuacjach zagrożenia.

5. „Zaufane Spotkanie”

W ramach Ogólnopolskiej Kampanii „Dzieciństwo bez Przemocy” uczniowie uczestniczyli w zajęciach „Zaufane Spotkanie”. Ich celem było zwiększenie świadomości młodzieży dotyczące możliwości uzyskania pomocy w sytuacjach trudnych i kryzysowych. Podczas spotkania uczniowie poznawali funkcjonowanie telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży, dowiadywali się, gdzie mogą

szukać wsparcia oraz jakie instytucje pomagają osobom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej.

6. „Akademia Bezpiecznego Puchatka”

Uczniowie klas pierwszych uczestniczyli w programie „Akademia Bezpiecznego Puchatka”. Program obejmował tematykę bezpieczeństwa w szkole, domu, na drodze oraz podczas zabawy. Dzieci poznawały zasady bezpiecznego poruszania się po drogach, zachowania ostrożności podczas kontaktu z nieznajomymi oraz właściwego reagowania w sytuacjach niebezpiecznych. Program pomagał utrwalać prawidłowe nawyki i zachowania sprzyjające bezpieczeństwu.

7. Bezpieczny i Widoczny Mieszkaniec Gminy Kleszczów

W ramach działań profilaktycznych uczniowie uczestniczyli w programie „Bezpieczny i Widoczny Mieszkaniec Gminy Kleszczów”. Celem przedsięwzięcia było zwiększanie bezpieczeństwa dzieci w ruchu drogowym. Podczas zajęć przypomniano zasady bezpiecznego poruszania się po drogach oraz znaczenie elementów odblaskowych dla poprawy widoczności i bezpieczeństwa pieszych.

8. Spotkania z Policją

W ciągu roku szkolnego organizowano spotkania z funkcjonariuszami Policji poświęcone bezpieczeństwu dzieci i młodzieży. Uczniowie poznawali zasady odpowiedzialnego zachowania, zagrożenia występujące w codziennym życiu oraz sposoby reagowania w sytuacjach niebezpiecznych. Spotkania stanowiły okazję do zadawania pytań oraz zdobywania wiedzy bezpośrednio od przedstawicieli służb odpowiedzialnych za bezpieczeństwo publiczne.

9. Bezpieczne ferie i bezpieczne wakacje

Przed rozpoczęciem zimowego i letniego wypoczynku realizowano działania profilaktyczne z funkcjonariuszami policji przypominające zasady bezpiecznego zachowania podczas ferii i wakacji. Podczas zajęć omawiano bezpieczeństwo podczas zabaw zimowych, wypoczynku nad wodą, podróżowania, korzystania z Internetu oraz kontaktów z nieznajomymi. Uczniowie utrwalali zasady odpowiedzialnego zachowania oraz sposoby reagowania w sytuacjach zagrożenia.

10. Turniej Wiedzy Pożarniczej i współpraca ze strażakami

Uczniowie uczestniczyli w działaniach związanych z edukacją pożarniczą oraz bezpieczeństwem przeciwpożarowym. Poznawali zasady postępowania podczas pożaru, sposoby alarmowania służb ratunkowych oraz podstawowe zasady ewakuacji. Działania realizowane we współpracy ze strażakami rozwijały wiedzę dotyczącą bezpieczeństwa oraz przygotowywały uczniów do właściwego reagowania w sytuacjach kryzysowych.

11. Profilaktyka uzależnień

W klasach starszych realizowano działania dotyczące zagrożeń wynikających z używania alkoholu, papierosów, e-papierosów, narkotyków oraz dopalaczy. Uczniowie poznawali konsekwencje zdrowotne, psychiczne i społeczne związane z uzależnieniami oraz rozwijali umiejętność podejmowania odpowiedzialnych decyzji. Szczególną uwagę zwracano na budowanie postaw

asertywnych, umiejętność odmawiania oraz świadomego dokonywania wyborów sprzyjających zdrowiu.

12. Ogólnopolska akcja „Tydzień dla Bezpieczeństwa”

Pod koniec czerwca (do wyboru jeden tydzień spośród dwóch ostatnich) ramach ogólnopolskiej akcji edukacyjnej „Tydzień dla Bezpieczeństwa”, przygotowanej przez Ministerstwo Edukacji Narodowej we współpracy z Ministerstwem Spraw Wewnętrznych i Administracji, Ministerstwem Infrastruktury, Ministerstwem Cyfryzacji, Głównym Inspektoratem Sanitarnym oraz Urzędem Ochrony Danych Osobowych, w szkole przeprowadzono działania edukacyjne dotyczące szeroko rozumianego bezpieczeństwa dzieci i młodzieży. Podczas zajęć realizowanych przez wychowawców, nauczycieli przedmiotów, nauczycieli świetlicy oraz specjalistów uczniowie poszerzali wiedzę dotyczącą bezpiecznego korzystania z Internetu, ochrony danych osobowych, bezpieczeństwa w ruchu drogowym, zasad bezpiecznego wypoczynku oraz profilaktyki zdrowotnej. Realizowane działania przyczyniły się do wzrostu świadomości uczniów w zakresie unikania zagrożeń oraz odpowiedzialnego dbania o własne zdrowie i bezpieczeństwo.

13. Projekty, programy, innowacje związane bezpieczeństwem

- projekt edukacyjny „Szkoła odpowiedzialna cyfrowo”

Uzupełnieniem realizowanych programów i akcji były zajęcia wychowawcze poświęcone bezpieczeństwu w Internecie, cyberprzemocy, ochronie danych osobowych, profilaktyce uzależnień, bezpieczeństwu podczas wypoczynku oraz odpowiedzialnemu korzystaniu z nowych technologii.

Efekty realizowanych działań

Realizacja działań w obszarze bezpieczeństwa i profilaktyki przyczyniła się do zwiększenia świadomości uczniów dotyczącej zagrożeń występujących w codziennym życiu oraz sposobów ich unikania. Uczniowie rozwijali umiejętność odpowiedzialnego korzystania z Internetu, poznawali zasady bezpieczeństwa osobistego, drogowego i przeciwpożarowego oraz zdobywali wiedzę dotyczącą możliwości uzyskania pomocy w sytuacjach trudnych.

Podejmowane działania wzmacniały poczucie bezpieczeństwa, rozwijały odpowiedzialność za własne zdrowie i życie oraz kształtowały postawy sprzyjające dokonywaniu właściwych wyborów. Dzięki współpracy z instytucjami wspierającymi szkołę uczniowie mieli możliwość zdobywania wiedzy praktycznej oraz utrwalania zachowań zwiększających bezpieczeństwo własne i innych osób.

Edukacja ekologiczna i zdrowe środowisko

Podejmowane inicjatywy miały na celu uwrażliwienie uczniów na problemy współczesnego świata związane z ochroną środowiska, racjonalnym gospodarowaniem zasobami naturalnymi oraz odpowiedzialnością za stan otaczającej przyrody. Realizowane działania pozwalały uczniom zdobywać wiedzę ekologiczną, rozwijać umiejętność obserwacji środowiska naturalnego oraz kształtować nawyki sprzyjające ochronie przyrody. Szczególną uwagę poświęcono zagadnieniom

związanym z oszczędzaniem wody i energii, segregacją odpadów, recyklingiem, ograniczaniem ilości odpadów oraz ochroną zasobów naturalnych.

1. Akcja „Sprzątanie Świata”

Nasza szkoła po raz kolejny włączyła się w ogólnopolską 32. Akcję Sprzątania Świata pod hasłem „W naturę z kulturą”. Przez cały wrzesień uczniowie pod opieką nauczycieli wyruszyli, aby posprzątać najbliższą okolicę – teren wokół szkoły, pobliski park oraz przydrożne pobocza. Wspólnymi siłami udało się zebrać około dwudziestu 120 litrowych worków odpadów, dzięki czemu nasza okolica stała się czystsza i bardziej przyjazna dla mieszkańców. W klasach 2 i 3 odbyły się również lekcje edukacyjne, podczas których uczniowie pracowali z plakatem tegorocznej edycji akcji pod hasłem „Dzik nie świni w lesie”. Dzieci utrwalaly zasady właściwego zachowania w naturze, poznały kodeks ekoturysty oraz rozwiązywały ciekawe łamigłówki i zadania ekologiczne. Podejmowane działania sprzyjały rozwijaniu świadomości ekologicznej oraz budowaniu przekonania, że każdy człowiek ma wpływ na stan środowiska naturalnego.

2. Światowy Dzień Wody

W ramach obchodów Światowego Dnia Wody realizowano działania edukacyjne poświęcone znaczeniu wody dla życia ludzi, zwierząt i roślin. Uczniowie poznawali zasoby wodne Ziemi, sposoby oszczędzania wody oraz konsekwencje wynikające z jej marnowania. Podczas zajęć zwracano uwagę na konieczność racjonalnego gospodarowania wodą oraz rolę tego surowca w codziennym funkcjonowaniu człowieka. Uczniowie analizowali własne nawyki związane z korzystaniem z wody oraz poszukiwali sposobów ograniczania jej zużycia w życiu codziennym.

3. Eko Moda na Wybiegu – Dzień Ziemi

W ramach działań ekologicznych i obchodów Dnia Ziemi zorganizowano przedsięwzięcie „Eko Moda na Wybiegu”. Uczniowie przygotowywali stroje wykonane z materiałów przeznaczonych do ponownego wykorzystania, prezentując kreatywne sposoby ograniczania ilości odpadów. Działanie zwracało uwagę na problem nadmiernej konsumpcji oraz znaczenie recyklingu i ponownego wykorzystywania surowców. Uczniowie rozwijali kreatywność, wyobraźnię oraz umiejętność poszukiwania rozwiązań przyjaznych środowisku. Przedsięwzięcie pokazało, że działania ekologiczne mogą być atrakcyjne, twórcze i angażujące dla całej społeczności szkolnej.

4. „EkoEksperymentarium”

Uczniowie uczestniczyli w projekcie „EkoEksperymentarium”, którego celem było rozwijanie świadomości ekologicznej poprzez aktywne poznawanie zasad ochrony środowiska. Podczas realizacji projektu uczniowie zdobywali wiedzę dotyczącą oszczędzania energii, ograniczania ilości odpadów, odpowiedzialnej konsumpcji oraz ochrony zasobów naturalnych. Dzięki praktycznym zadaniom mogli przekonać się, że nawet niewielkie codzienne działania mają znaczenie dla środowiska. Projekt rozwijał umiejętność podejmowania świadomych decyzji oraz zachęcał do wdrażania ekologicznych rozwiązań w życiu codziennym.

5. Sadzenie kwiatów i wysiewanie roślin

W ramach działań praktycznych uczniowie uczestniczyli w sadzeniu kwiatów oraz wysiewaniu roślin. Zajęcia pozwalały dzieciom obserwować rozwój roślin, poznawać ich potrzeby oraz rozwijać odpowiedzialność za żywe organizmy. Działania te budowały więź z przyrodą, rozwijały cierpliwość oraz kształtowały postawę szacunku wobec środowiska naturalnego. Uczniowie mogli obserwować efekty własnej pracy oraz dostrzegać zależności występujące w świecie przyrody.

6. Szukanie śladów wiosny i powitanie jesieni

W ramach edukacji przyrodniczej i ekologicznej uczniowie uczestniczyli w zajęciach terenowych „Szukanie śladów wiosny” oraz „Powitanie jesieni”. Działania miały na celu rozwijanie umiejętności obserwacji przyrodniczych oraz uwrażliwianie uczniów na piękno otaczającego środowiska. Podczas spacerów i obserwacji uczniowie rozpoznawali oznaki nadchodzących pór roku, obserwowali zmiany zachodzące w przyrodzie oraz poznawali zależności pomiędzy organizmami żywymi a środowiskiem naturalnym.

7. Zbiórka surowców wtórnych

W ramach działań proekologicznych społeczność szkolna aktywnie uczestniczyła w zbiorce surowców wtórnych. Prowadzono zbiórkę zużytych baterii, nakrętek plastikowych oraz kredek w ramach akcji charytatywno-ekologicznej „Kolorowe Kredki – czyli wielki recykling kredkowy”. Działania te miały na celu kształtowanie postaw odpowiedzialności za środowisko naturalne, rozwijanie świadomości ekologicznej oraz promowanie zasad recyklingu i właściwej segregacji odpadów. Uczniowie zdobywali wiedzę dotyczącą możliwości ponownego wykorzystania surowców oraz wpływu codziennych działań człowieka na środowisko naturalne. Szczególną wartość miała akcja „Kolorowe Kredki”, która połączyła edukację ekologiczną z działalnością charytatywną. Dzięki zaangażowaniu uczniów możliwe było przekazanie zebranych materiałów do dalszego wykorzystania, wspierając jednocześnie potrzebujące dzieci. Realizowane zbiórki rozwijały poczucie odpowiedzialności za środowisko, uczyły systematyczności oraz pokazywały, że nawet drobne działania podejmowane przez wiele osób mogą przynosić wymierne korzyści dla przyrody i lokalnej społeczności.

8. Program „Kubusiowi Przyjaciele Natury”

Uczniowie klas drugich realizowali ogólnopolski program edukacyjny „Kubusiowi Przyjaciele Natury”. Celem programu było kształtowanie postaw proekologicznych oraz rozwijanie świadomości dotyczącej ochrony środowiska naturalnego. Podczas zajęć uczniowie poznawali zasady dbania o przyrodę, uczyli się troski o rośliny i zwierzęta oraz zdobywali wiedzę na temat znaczenia czystego powietrza dla zdrowia człowieka i środowiska. W ramach programu podejmowano działania związane z segregacją odpadów, oszczędzaniem energii elektrycznej i wody oraz odpowiedzialnym korzystaniem z zasobów naturalnych. Uczniowie uczyli się, w jaki sposób codzienne wybory i zachowania wpływają na stan środowiska oraz jak każdy człowiek może przyczynić się do jego ochrony. Realizacja programu sprzyjała kształtowaniu trwałych nawyków ekologicznych, rozwijaniu odpowiedzialności za środowisko naturalne oraz budowaniu świadomości, że troska o przyrodę jest ważnym elementem zdrowego stylu życia.

9. Konkursy ekologiczne:

- Konkurs na jesienny T-shirt
- Zacztytani w jesiennych ramkach
- Mój Las
- Ogólnopolski Turniej Wiedzy Pożarniczej
- Chrońmy skarby naszych lasów

10. Projekty, programy, innowacje związane z bezpieczeństwem

- Innowacja pedagogiczna „Zachwycający świat zwierząt”

Działania ekologiczne realizowane były nie tylko podczas akcji i projektów szkolnych, ale również w ramach codziennej pracy dydaktycznej i wychowawczej. Podczas zajęć uczniowie poznawali zagadnienia związane z ochroną środowiska, oszczędzaniem zasobów naturalnych, segregacją odpadów, recyklingiem oraz odpowiedzialnym korzystaniem z dóbr przyrody. Podejmowane tematy pomagały kształtować postawy proekologiczne oraz rozwijały poczucie odpowiedzialności za stan środowiska naturalnego.

Efekty realizowanych działań

Realizacja działań ekologicznych przyczyniła się do wzrostu świadomości uczniów dotyczącej ochrony środowiska oraz zależności pomiędzy zdrowiem człowieka a stanem środowiska naturalnego. Uczniowie rozwijali poczucie odpowiedzialności za przyrodę, poznawali zasady racjonalnego gospodarowania zasobami oraz kształtowali nawyki sprzyjające ochronie środowiska.

Podejmowane inicjatywy wzmacniały postawy proekologiczne, rozwijały wrażliwość na potrzeby środowiska naturalnego oraz uczyły, że każdy człowiek może mieć wpływ na stan otaczającej go świata poprzez codzienne wybory i działania. Dzięki realizowanym przedsięwzięciom uczniowie stawali się bardziej świadomymi i odpowiedzialnymi uczestnikami życia społecznego, rozumiejącymi znaczenie ochrony przyrody dla zdrowia i jakości życia.

W trakcie roku szkolnego systematycznie zwracano uwagę na codzienne zachowania sprzyjające ochronie środowiska, takie jak oszczędzanie wody i energii, ograniczanie ilości odpadów oraz dbałość o najbliższe otoczenie. Dzięki temu uczniowie mogli przekładać zdobytą wiedzę na praktyczne działania podejmowane zarówno w szkole, jak i poza nią.

Integracja społeczności szkolnej

Wycieczki i wyjazdy integracyjne

Istotnym elementem integracji społeczności szkolnej były liczne wycieczki i wyjazdy edukacyjno-integracyjne organizowane dla uczniów na różnych etapach edukacyjnych. W ciągu roku szkolnego uczniowie uczestniczyli między innymi w wyjazdach muzeum łodów w Piotrkowie Trybunalskim, Rancza nad Wodami, Dobronianki, Chęciny, Karpacza i Czeskiej Szwajcarii, a także w wyjazdach klasowych organizowanych z okazji Dnia Chłopaka czy zakończenia edukacji w szkole podstawowej.

Wspólne wyjazdy sprzyjały budowaniu relacji rówieśniczych, rozwijaniu umiejętności współpracy oraz wzmacnianiu poczucia przynależności do zespołu klasowego. Uczniowie mieli możliwość

wspólnego spędzania czasu poza szkołą, zdobywania nowych doświadczeń oraz rozwijania zainteresowań. Szczególną wartość miały wyjazdy integracyjne klas pierwszych, które ułatwiały adaptację dzieci do nowego środowiska szkolnego, oraz wyjazdy klas ósmych, stanowiące okazję do podsumowania wspólnie spędzonych lat nauki.

Do integracji społeczności szkolnej przyczyniały się także wydarzenia takie jak „Wspólne Nocowanie w Szkole”, „Piknik Rodzinny”, „Rodzinne Warsztaty Wielkanocne”, „Kiermasz Wielkanocny”, „Szkolna kawiarenka” czy „Wieczorek Szachowy”, „Andrzejki”, „Szkolna Choinka”. Inicjatywy te sprzyjały budowaniu relacji, rozwijaniu zainteresowań oraz wzmacnianiu więzi pomiędzy uczniami, rodzicami i nauczycielami.

Integracyjną funkcję pełniły również liczne wydarzenia sportowe, turnieje oraz zawody organizowane w ciągu roku szkolnego. Wspólna rywalizacja, współpraca w drużynach oraz przeżywanie sukcesów i porażek sprzyjały budowaniu relacji opartych na wzajemnym szacunku, odpowiedzialności i zasadach fair play. Działania te wzmacniały identyfikację uczniów ze szkołą oraz rozwijały poczucie przynależności do społeczności szkolnej.

Realizacja działań integracyjnych przyczyniła się do wzmacniania więzi pomiędzy uczniami, nauczycielami, rodzicami i środowiskiem lokalnym. Uczniowie rozwijali umiejętność współpracy, komunikacji oraz odpowiedzialności za wspólnie realizowane zadania. Podejmowane inicjatywy sprzyjały budowaniu poczucia przynależności do społeczności szkolnej, wzmacniały relacje rówieśnicze oraz tworzyły atmosferę wzajemnego szacunku, życzliwości i wsparcia. Szczególnie cennym efektem było rozwijanie współpracy międzypokoleniowej oraz wzmacnianie relacji pomiędzy szkołą, rodziną i środowiskiem lokalnym.

Współpraca ze środowiskiem lokalnym

Realizacja działań w ramach Szkoły Promującej Zdrowie była możliwa dzięki ścisłej współpracy z instytucjami i organizacjami działającymi na terenie gminy oraz regionu. Wspólne przedsięwzięcia wzbogacały ofertę edukacyjną szkoły, wspierały rozwój uczniów oraz umożliwiały realizację działań z zakresu promocji zdrowia, bezpieczeństwa, aktywności fizycznej, edukacji ekologicznej i integracji społecznej.

Szkoła współpracowała z wieloma podmiotami, które wspierały organizację zajęć profilaktycznych, wydarzeń sportowych, akcji charytatywnych, przedsięwzięć edukacyjnych oraz inicjatyw środowiskowych. Dzięki temu uczniowie mogli uczestniczyć w różnorodnych działaniach rozwijających wiedzę, umiejętności i postawy prozdrowotne.

Partnerami szkoły były między innymi:

- Gmina Kleszczów,
- Fundacja Rozwoju Gminy Kleszczów,
- Ochotnicza Straż Pożarna,
- Komisariat Policji w Kleszczowie,
- LKS OMEGA Kleszczów,
- Solpark Kleszczów,
- Dom Pomocy Społecznej w Kleszczowie,

- Gminny Ośrodek Kultury,
- Przedszkola Samorządowe w Łękińsku, Łuszczanowicach i Kleszczowie.

Współpraca z wymienionymi instytucjami przyczyniła się do podnoszenia jakości działań wychowawczych i profilaktycznych realizowanych przez szkołę, wzmacniania więzi ze środowiskiem lokalnym oraz budowania poczucia odpowiedzialności społecznej wśród uczniów.

Efekty realizacji programu „Szkoła Promująca Zdrowie”

Działania realizowane w roku szkolnym 2025/2026 w ramach programu „Szkoła Promująca Zdrowie” przyczyniły się do wszechstronnego rozwoju uczniów oraz wzrostu świadomości zdrowotnej całej społeczności szkolnej. Podejmowane inicjatywy obejmowały zdrowie psychiczne, społeczne i fizyczne, edukację żywieniową, bezpieczeństwo, integrację oraz edukację ekologiczną, dzięki czemu możliwe było kompleksowe wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży.

W obszarze zdrowia psychicznego zaobserwowano wzrost świadomości uczniów dotyczącej znaczenia dobrostanu psychicznego oraz umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji. Uczniowie rozwijali kompetencje związane z radzeniem sobie ze stresem, budowaniem poczucia własnej wartości oraz poszukiwaniem pomocy w sytuacjach trudnych. Realizowane działania przyczyniły się również do zwiększenia wiedzy na temat depresji, zdrowia psychicznego oraz sposobów wspierania osób przeżywających trudności emocjonalne.

Istotne efekty osiągnięto również w zakresie zdrowia społecznego. Uczniowie rozwijali umiejętność współpracy, komunikacji oraz rozwiązywania konfliktów. Wzrosła świadomość znaczenia wzajemnego szacunku, empatii i odpowiedzialności za relacje z innymi ludźmi. Działania profilaktyczne oraz wychowawcze sprzyjały budowaniu bezpiecznej atmosfery w szkole oraz wzmacnianiu poczucia przynależności do społeczności szkolnej.

Podejmowane inicjatywy integracyjne przyczyniły się do umacniania więzi pomiędzy uczniami, nauczycielami, rodzicami oraz środowiskiem lokalnym. Uczniowie chętnie angażowali się w działania zespołowe, rozwijali umiejętność współpracy oraz odpowiedzialności za wspólnie realizowane przedsięwzięcia. Szczególną wartość miały działania międzypokoleniowe oraz przedsięwzięcia angażujące rodziców, które wzmacniały poczucie wspólnoty i współodpowiedzialności za życie szkoły.

W obszarze zdrowia fizycznego i aktywności ruchowej odnotowano wzrost zainteresowania aktywnym stylem życia. Uczniowie uczestniczyli w licznych zawodach sportowych, turniejach, marszach, wycieczkach oraz akcjach promujących codzienną aktywność fizyczną. Podejmowane działania przyczyniły się do rozwijania sprawności ruchowej, wytrzymałości, koordynacji oraz kształtowania nawyku regularnego ruchu, jako ważnego elementu zdrowego stylu życia.

Realizacja działań związanych ze zdrowym odżywianiem przyczyniła się do zwiększenia wiedzy uczniów na temat zasad prawidłowego żywienia. Uczniowie poznawali wartości odżywcze produktów, uczyli się komponowania zdrowych posiłków oraz samodzielnego przygotowywania wartościowych przekąsek. Wzrosła świadomość dotycząca wpływu codziennych wyborów żywieniowych na zdrowie oraz znaczenia warzyw, owoców i regularnych posiłków w codziennej diecie.

Znaczące efekty osiągnięto również w zakresie bezpieczeństwa i profilaktyki. Uczniowie zdobyli wiedzę dotyczącą bezpiecznego korzystania z Internetu, przeciwdziałania cyberprzemocy, ochrony danych osobowych oraz odpowiedzialnego zachowania w przestrzeni cyfrowej. Rozwijali także umiejętności związane z bezpieczeństwem w ruchu drogowym, podczas wypoczynku oraz w sytuacjach zagrożenia. Podejmowane działania wzmacniały poczucie bezpieczeństwa oraz odpowiedzialność za własne zdrowie i życie.

W obszarze edukacji ekologicznej uczniowie poszerzyli wiedzę dotyczącą ochrony środowiska, oszczędzania zasobów naturalnych oraz odpowiedzialnej konsumpcji. Rozwijali postawy proekologiczne, uczyli się segregacji odpadów, oszczędzania wody i energii oraz dostrzegania zależności pomiędzy zdrowiem człowieka a stanem środowiska naturalnego.

Realizacja programu przyczyniła się również do wzrostu zaangażowania uczniów w życie szkoły oraz zwiększenia aktywności społecznej. Podejmowane działania pozwalały uczniom rozwijać zainteresowania, odkrywać własne możliwości oraz budować poczucie sprawczości i odpowiedzialności za podejmowane działania.

Efektem całorocznej realizacji programu było stworzenie środowiska szkolnego sprzyjającego zdrowiu, bezpieczeństwu i harmonijnemu rozwojowi uczniów. Podejmowane działania wspierały rozwój kompetencji niezbędnych do prowadzenia zdrowego stylu życia, kształtowały postawy odpowiedzialności za zdrowie własne i innych oraz wzmacniały aktywność społeczną, poczucie sprawczości i przynależności do społeczności szkolnej.

Wnioski do dalszej pracy

Analiza działań realizowanych w roku szkolnym 2025/2026 w ramach programu „Szkoła Promująca Zdrowie” pozwala stwierdzić, że podejmowane przedsięwzięcia skutecznie wspierały wszechstronny rozwój uczniów oraz przyczyniały się do promowania zdrowego stylu życia. Realizacja programu umożliwiła stworzenie środowiska sprzyjającego zdrowiu, bezpieczeństwu, integracji oraz budowaniu pozytywnych relacji społecznych.

Przeprowadzone działania potwierdziły potrzebę kontynuowania inicjatyw związanych z promocją zdrowia psychicznego. Współczesne wyzwania, z którymi mierzą się dzieci i młodzież, wskazują na konieczność dalszego rozwijania kompetencji emocjonalnych, wzmacniania odporności psychicznej oraz kształtowania umiejętności radzenia sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami życiowymi. Szczególnie istotne jest kontynuowanie działań profilaktycznych dotyczących zdrowia psychicznego, depresji oraz budowania poczucia własnej wartości.

W dalszej pracy szkoły należy kontynuować działania rozwijające kompetencje społeczne uczniów, wzmacniające relacje rówieśnicze oraz promujące postawy oparte na empatii, szacunku i odpowiedzialności za drugiego człowieka. Istotne pozostaje podejmowanie działań przeciwdziałających przemocy, wykluczeniu społecznemu i cyberprzemocy oraz budowanie atmosfery bezpieczeństwa i wzajemnego wsparcia.

Ważnym kierunkiem dalszych działań powinno być utrzymywanie wysokiego poziomu aktywności fizycznej uczniów poprzez organizację różnorodnych form ruchu, zawodów sportowych, wycieczek,

marszów i akcji promujących aktywny styl życia. Należy nadal wzmacniać świadomość uczniów dotyczącą znaczenia regularnej aktywności fizycznej dla zdrowia i prawidłowego rozwoju.

Kontynuacji wymagają również działania związane z edukacją żywieniową. Warto nadal rozwijać umiejętności praktyczne uczniów związane z przygotowywaniem zdrowych posiłków, kształtowaniem prawidłowych nawyków żywieniowych oraz świadomym dokonywaniem wyborów konsumenckich. Działania te powinny obejmować zarówno uczniów, jak i ich rodziny, aby wzmacniać efekty edukacji zdrowotnej również poza szkołą.

W obszarze bezpieczeństwa wskazane jest dalsze prowadzenie działań dotyczących bezpiecznego korzystania z Internetu, ochrony przed cyberprzemocą, bezpieczeństwa osobistego oraz profilaktyki uzależnień. Dynamicznie zmieniające się zagrożenia współczesnego świata wymagają systematycznego podejmowania działań edukacyjnych i profilaktycznych dostosowanych do potrzeb uczniów.

Warto również kontynuować działania ekologiczne, które kształtują odpowiedzialność za środowisko naturalne oraz rozwijają świadomość zależności pomiędzy zdrowiem człowieka a stanem otaczającej przyrody. Szczególne znaczenie powinny mieć przedsięwzięcia angażujące uczniów w praktyczne działania na rzecz ochrony środowiska.

Istotnym elementem dalszej realizacji programu pozostaje rozwijanie współpracy z rodzicami, instytucjami oraz środowiskiem lokalnym. Dotychczasowe doświadczenia pokazują, że wspólne działania wzmacniają skuteczność oddziaływań wychowawczych, profilaktycznych i zdrowotnych oraz przyczyniają się do budowania silnej, zintegrowanej społeczności szkolnej.

Realizacja programu „Szkoła Promująca Zdrowie” w roku szkolnym 2025/2026 potwierdziła, że systematyczne i różnorodne działania podejmowane przez szkołę skutecznie wspierają rozwój uczniów oraz przyczyniają się do kształtowania postaw sprzyjających zdrowiu. Zdobyte doświadczenia stanowią cenną podstawę do planowania kolejnych inicjatyw i dalszego rozwijania działań prozdrowotnych w następnych latach.