**PLAN DZIAŁAŃ W RAMACH REALIZACJI**

**PROGRAMU SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE**

**NA ROK SZKOLNY 2022/23**

**1. Problem priorytetowy**: mała aktywność fizyczna uczniów, odpoczynek bierny jako sposób spędzania czasu wolnego.

**2. Cel:**podniesienie świadomości uczniów o wpływie aktywności fizycznej na zdrowie, zmobilizowanie do aktywnego spędzania czasu wolnego, poprawa kondycji fizycznej uczniów.

**Kryterium sukcesu**: 95% uczniów aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, 80% uczniów aktywnie spędza czas wolny.

**Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel:**

**a) Co wskaże, że osiągnięto cel?** Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród uczniów i rodziców, wywiady z nauczycielami wychowania fizycznego, obserwacje zespołu promocji zdrowia.

**b) Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?** Analiza ankiet, wywiadów, wniosków z obserwacji uczniów.

**c) Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?** Członkowie zespołu promocji zdrowia: czerwiec 2023.

**2. Zadania**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nazwa zadania** | **Kryterium sukcesu** | **Sposób realizacji** | **Okres/termin**  **realizacji** | **Wykonawca/osoba**  **odpowiedzialna** | **Potrzebne środki/ zasoby** | **Sposób sprawdzenia wykonania zadania** |
| 1. Diagnoza wstępna  2. Opracowanie planu działań na rok szkolny 2022/23 | 80% uczniów  60% rodziców uczestniczy w diagnozie wstępnej | Przeprowadzenie ankiety wśród uczniów, rodziców, wywiad z nauczycielami w-f, Przygotowanie planu działań | Wrzesień 2022 | Zespół ds. promocji zdrowia | Arkusze ankiet  Poradnik dla szkół i osób wspierających ich działania w zakresie promocji zdrowia  Przykładowy wzór arkusza planu działań | Zestawienie wyników  Analiza ankiet  Opracowany i zatwierdzony przez Dyrektora i RP plan działań |
| 2. Monitorowanie udziału uczniów w zajęciach wychowania fizycznego i SKS | 90% uczniów uczestniczy w zajęciach w- f a 70 % uczestniczy w zajęciach aktywnie | Obserwacje zajęć wych. fizycznego  Analiza obecności uczniów na zajęciach wych. fizycznego i sks | Październik- maj | Nauczyciele wych. fizycznego | Dziennik lekcyjny  Zestawienie frekwencji | Analiza frekwencji uczniów na zajęciach w-f i sks- u |
| 3. Podnoszenie poziomu wiedzy uczniów na temat sposobów prowadzenia aktywności fizycznej | 80% uczniów uczestniczy w spotkaniu z trenerem personalnym | Spotkanie z trenerem personalnym Przykładowy trening dla uczniów w wieku 14-15 lat  Spotkanie z sportowcem | Listopad  Kwiecień | Zespół ds. Promocji Zdrowia | Nawiązanie kontaktu z trenerem personalnym, sportowcem | Zdjęcia i krótka informacja na stronie szkoły |
| 4. Promowanie aktywności fizycznej | 80% uczniów uczestniczy w zorganizowanym wyjeździe | Wyjazd na łyżwy | Grudzień- styczeń- | Wychowawcy klas | Karta wyjazdu | Zdjęcia i krótka informacja na stronie szkoły  Zapisy w dzienniku lekcyjnym |
| 5. Przygotowanie materiałów informacyjnych  promujących aktywność fizyczną | Gazetki szkolne promujące aktywność fizyczną | Gazetki informacyjne dostępne dla uczniów na korytarzu szkolnym | Styczeń | Samorząd uczniowski | Materiały informacyjne | Zdjęcia i krótka informacja na stronie szkoły |
| 6. Zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego | 80% uczniów uczestniczy w zorganizowanych rozgrywkach sportowych | Rozgrywki sportowe między klasowe | Maj/czerwiec | Nauczyciele w-f | Akcesoria sportowe | Zdjęcia i krótka informacja na stronie szkoły |
| 7. Utrwalanie informacji o wpływie aktywności fizycznej na zdrowie człowieka | 80% uczniów uczestniczy w pogadankach | Pogadanki przeprowadzone na lekcjach biologii | Luty | Nauczyciel biologii | Piramida zdrowego odżywiania  Prezentacja | Zapisy w dziennikach lekcyjnych poszczególnych klas |
| 8. Promowanie aktywności fizycznej w czasie wolnym | 30 % uczniów uczestniczy w konkursie | Konkurs plastyczny zachęcający do aktywnego spędzania czasu wolnego | Marzec | Zespół ds. Promocji Zdrowia | Materiały plastyczne  Regulamin konkursu | Zdjęcia i krótka informacja na stronie szkoły |
| 9. Promowanie aktywności fizycznej na przerwach śródlekcyjnych | 50% uczniów uczestniczy w proponowanych zajęciach | Organizacja zajęć tanecznych na długiej przerwie | Listopad- marzec | Samorząd uczniowski | Muzyka  Odtwarzacze muzyki | Zdjęcia i krótka informacja na stronie szkoły |
| 10. Przygotowanie Ewaluacji końcowej | Wzrost aktywności fizycznej uczniów | Przeprowadzenie ankiet podsumowujących, wywiadów  Opracowanie wyników | Czerwiec | Zespół ds. Promocji Zdrowia | Dane niezbędne do opracowania, wyniki, ankiety | Raport podsumowujący działania w roku szkolnym 2022/23 |