

ZESPÓŁ SZKÓŁ SPOŻYWCZYCH I BIZNESOWYCH

im. Marii Curie - Skłodowskiej w Jarosławiu



**RAPORT PODSUMOWUJĄCY DZIAŁANIA SZKOŁY
PODJĘTE W LATACH 2018-2023 W RAMACH PROGRAMU
SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE**

PODSTAWOWE INFORMACJE O SZKOLE

Nazwa szkoły	Zespół Szkół Spożywczych i Biznesowych im. Marii Curie-Skłodowskiej
Adres	ul. Kraszewskiego 3, 37-500 Jarosław woj. podkarpackie
Telefon/ Fax	(016) 621-64-14
Adres e-mail	zsschiosekretariat@interia.eu
Strona www	zsschiojaroslaw.edu.pl
Liczba uczniów, ilość oddziałów	820 uczniów, 29 oddziałów
Nazwa organu prowadzącego	Starostwo Powiatowe w Jarosławiu
Imię i nazwisko dyrektora szkoły	
Imię i nazwisko koordynatora	
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	Nauczyciele: Pracownicy: Uczniowie: Rodzice:
Data podjęcia uchwały o kontynuacji projektu	Uchwała Rady Pedagogicznej z dnia 16.12.2022r.
Okres realizacji	1.09.2018r. - 30.05.2023r.
Prowadzona dokumentacja pracy zespołu	Sprawozdania półroczne i końcoworoczne Zespołu Przedmiotów Zawodowych Sprawozdania końcoworoczne Programu Wychowawczo-Profilaktycznego Szkoły Strona internetowa szkoły, profil Fb www.facebook.com/zssibjaroslaw , grupa „Aktywny i zdrowy „Spożywczak”

I. WSTĘP

Współczesna szkoła ma do spełnienia ważną rolę w zakresie edukacji zdrowotnej. Zdrowie i edukacja są ze sobą nierozdzielnie połączone, prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz dobre samopoczucie psychiczne i społeczne sprzyja procesom uczenia się i kształtowania umiejętności, motywacji do nauki, rozwijaniu zainteresowań i kreatywności oraz dobrym relacjom między społecznością szkoły.

IDEA SZKŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE W ZESPOLE SZKÓŁ SPOŻYWCZYCH I BIZNESOWYCH

Zespół Szkół Spożywczych i Biznesowych od dawna podejmuje i realizuje działania promujące zdrowie i edukację prozdrowotną. Potwierdzeniem naszych działań jest otrzymany w dniu 28 listopada 2018 roku Krajowy Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie.

Troska o dobre zdrowie ucznia i wszystkich pracowników szkoły jest priorytetem naszej działalności. Problematyka działań prozdrowotnych uwzględniona jest w obowiązujących w szkole dokumentach: Programie Wychowawczo-Profilaktycznym Szkoły, Planie Pracy Zespołu Przedmiotów Zawodowych, Planie Pracy Zespołu Wychowania Fizycznego. Działania tam zawarte są systematycznie realizowane, dokonywana jest ich ewaluacja. Szkoła współdziała z rodzicami oraz społecznością lokalną. Dbamy o dobre relacje w codziennym życiu szkoły między kadrą, pracownikami szkoły, uczniami i rodzicami. Jako szkoła stwarzamy uczniom możliwość rozwoju poprzez uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych (również sportowych), warsztatach, konkursach, projektach edukacyjnych, zawodach sportowych. Nauczyciele w ramach godzin z wychowawcą podejmują tematykę związaną ze zdrowiem. W klasach technikum oraz zasadniczej szkoły zawodowej o profilu żywieniowym realizowane są treści o tematyce żywieniowej zgodnie z podstawą programową. Realizowane są innowacje programowe poszerzające wiedzę młodzieży na temat zdrowia i zdrowego odżywiania. Rodzice są partnerami we wszystkich obszarach pracy szkoły. Uczniowie poprzez Samorząd Uczniowski wpływają na poszczególne obszary życia szkoły. Działania podejmowane w zakresie edukacji prozdrowotnej stały się wyróżnikiem naszej szkoły w Powiecie Jarosławskim.

II. OPIS PODJĘTYCH DZIAŁAŃ WE ZAKRESIE DIAGNOSOWANIA POTRZEB SPOŁECZNOŚCI SZKONEJ

1. Narzędzia użyte do diagnozy:

- obserwacja,

- wywiady, rozmowy z uczniami, rodzicami, pedagogiem szkolnym, wychowawcami, higienistką szkolną.

2. Wyniki diagnozy - wyłonione problemy:

Z obserwacji, opinii środowiska szkolnego oraz rozmów z uczniami oraz rodzicami, wynikało, że duża grupa uczniów nadal popełnia podstawowe błędy żywieniowe. Wielu uczniów przychodziło do szkoły bez zjedzenia śniadania w domu, a duża grupa nie przynosiła śniadania do szkoły zaopatrując się w produkty w pobliskim sklepie spożywczym. Nie zawsze był to pełnowartościowy posiłek zarówno ze względu na asortyment sklepu, jak i upodobania uczniów. Wielu uczniów deklarowało, że codziennie lub kilka razy w tygodniu spożywa napoje energetyzujące. Uczniowie wskazują, że w sytuacjach stresujących sięgają po papierosy bardzo często te elektryczne, napoje o niskiej zawartości alkoholu i popularne energetyki wzmocnione dodatkowo kawą. Uczniowie deklarowali, że podobne nawyki żywieniowe mają ich rówieśnicy z innych szkół a nawet młodsze rodzeństwo. Uczniowie deklarują bardzo małą aktywność fizyczną po szkole i w czasie wolnym od zajęć dydaktycznych. Z przeprowadzonej analizy dokumentacji szkolnej wynika, że bardzo duży odsetek młodzieży posiada zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego (8% w roku 2021, 13%, w roku 2022, 5% w roku 2023). Uczniowie niechętnie korzystają z oferty zajęć dodatkowych rozwijających ich aktywność fizyczną.

W wyniku analizy sporządzono listę problemów wymagających rozwiązania:

- brak prawidłowych nawyków żywieniowych,
- nieregularne spożywanie posiłków, brak pierwszego śniadania,
- częste spożywanie napojów energetyzujących,
- mała aktywność ruchowa u większości uczniów,
- zagrożenie nałogami (głównie palenie papierosów).

W związku z powyższym postawiliśmy przed sobą zadania w zakresie zdrowego odżywiania i bezpieczeństwa w życiu codziennym:

- ✓ Systematyczne promowanie i wdrażanie zasad zdrowego odżywiania wśród społeczności Zespołu Szkół Spożywczych i Biznesowych w Jarosławiu.
- ✓ Edukacja prozdrowotna dotycząca zasad prawidłowego odżywiania oraz zdrowego stylu życia w środowisku lokalnym (przedszkola, szkoły podstawowe).
- ✓ Rozwijanie umiejętności dbałości o własne zdrowie.

- ✓ Kształtowanie umiejętności korzystania z różnych form aktywności fizycznej wśród młodzieży Zespołu Szkół Spożywczych i Biznesowych w Jarosławiu.

2. Problem priorytetowy

Z pośród zdiagnozowanych problemów, wybrano problem priorytetowy:

„Uczniowie często sięgają po napoje energetyzujące”.

PLAN DZIAŁAŃ W ZAKRESIE PROMOCJI ZDROWIA

Plan działań w zakresie promocji zdrowia i realizacji problemu priorytetowego **„Uczniowie często sięgają po napoje energetyzujące”** zamieszczony jest w załączniku do raportu.

III. SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI PODJĘTYCH DZIAŁAŃ

4.1 Promowanie i wdrażanie zasad zdrowego odżywiania wśród uczniów Zespołu Szkół Spożywczych i Biznesowych w Jarosławiu.

4.1.1. Udział w olimpiadach i konkursach promujących zdrowie.

Corocznie uczniowie klas technikum uczestniczą w:

- Ogólnopolskiej Olimpiadzie Wiedzy o Żywieniu i Żywności,
- Ogólnopolskiej Olimpiadzie Wiedzy o Żywności,
- Ogólnopolska Olimpiada Wiedzy i Umiejętności Rolniczych, bloki; żywienie człowieka, technologia żywności
- Ogólnopolskiej Olimpiadzie Zdrowia z PCK,
- Powiatowym Konkursie Wiedzy o Zdrowiu.

Głównym celem olimpiad i konkursów jest pobudzenie i rozwijanie zainteresowań uczniów problemami produkcji żywności oraz żywienia, upowszechnianie wzorców prawidłowego żywienia i promocja zdrowia. Młodzież poszerza wiedzę, prezentuje ją na forum, dzieli się doświadczeniami z rówieśnikami oraz bliskimi, uczestnicy corocznie zdobywają czołowe miejsca oraz tytuły laureatów oraz finalistów.

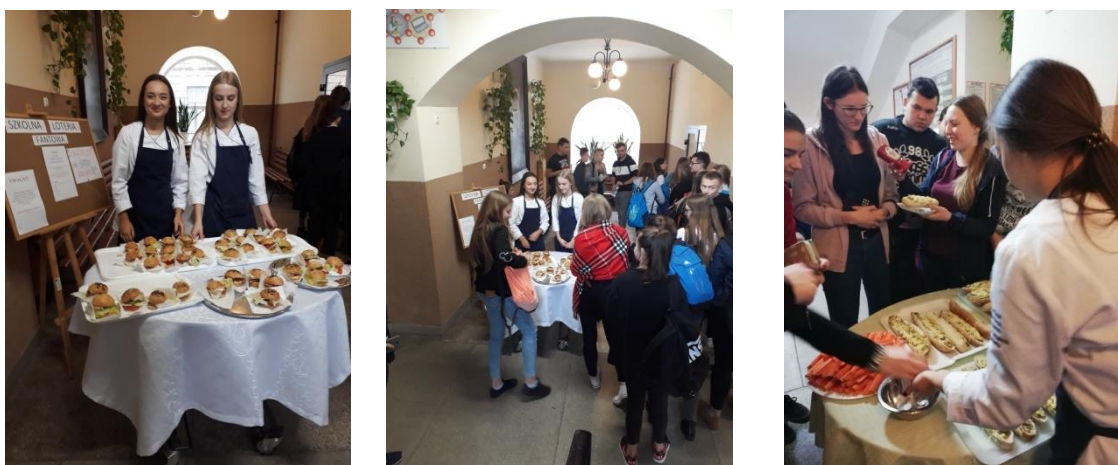


4.1.2. Promocja zasad zdrowego odżywiania.

Wprowadzenie zdrowej żywności w szkolnym sklepiku – zadbanie o promocję zdrowych produktów poprzez pogadanki na lekcjach wychowawczych, wywiadówkach, lekcjach wychowania fizycznego oraz zajęciach zawodowych z branży HGT oraz SPC.

4.1.3. Szkolna akcja „Fit śniadanie”.

W rok szkolnym 2019/2020 w ramach akcji związanej z promocją zdrowego stylu życia i zasad racjonalnego odżywiania zorganizowaliśmy szkolną akcją „Fit śniadanie”. Przez cały rok szkolny uczniowie podczas zajęć w pracowniach zawodowych przygotowywali smaczne i wartościowe zestawy śniadaniowe rozprowadzane na długiej przerwie wśród uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły. Każdy zestaw śniadaniowy zawierał pełnowartościowy napój sporządzony na bazie soków i przecierów owocowych i warzywnych, wody, naparów ziołowych, mleka i przetworów mlecznych fermentowanych, który miał zastąpić popularne napoje energetyzujące.



4.1.4. Projekt edukacyjny „Zioła – zdrowe, smaczne i pachnące”.

W ramach realizowanego projektu podejmowane były różnorodne działania pogłębiające wiedzę i umiejętności dotyczące ziół i zielarstwa, którymi zainteresowanie na nowo się ożywiło i zagościło w codziennym życiu domowym z uwagi na zdrowotne walory. Popularyzacja wiedzy zielarskiej w tym projekcie miała na celu podanie podstawowych możliwości korzystania z ziół w różnych dziedzinach życia. Przede wszystkim poznanie klasyfikacji wybranych ziół i przypraw, poznanie zastosowania niektórych ziół w medycynie, kształtowanie postaw proekologicznych oraz rozwijanie twórczego myślenia, wyobraźni i kreatywności młodzieży. Pierwszy etap projektu polegał na założeniu i pielęgnacji ziołowego ogródka na podwórku szkoły zgodnie z zasadami upraw ekologicznych. Samodzielnie uprawiane i zebrane zioła wykorzystywane były do opracowania receptur nowych, innowacyjnych potraw i napoi w szkolnych pracowniach zawodowych. Przygotowane dania prezentowane były podczas szkolnych spotkań z rodzicami, obsługi powiatowych imprez okolicznościowych, warsztatów i pokazów kulinarnych.



4.1.5. Projekt akcji edukacyjnej „Nasze zdrowie w naszych rękach”

Celem projektu było uświadomienie młodzieży związku pomiędzy żywieniem i aktywnością fizyczną występowaniem wielu chorób i dolegliwości. Akcja miała charakter szkolny i lokalny. Podjęte działania skierowane były przede wszystkim do młodzieży z naszej szkoły jak i uczniów szkół podstawowych z Jarosławia należących do Podkarpackiej Sieci Przedszkoli i Szkół Promujących Zdrowie. W akcji wzięli udział również nauczyciele i pracownicy niepedagogiczni z naszej szkoły. Akcja obejmowała realizację szeregu zadań, których realizacja miała dać nam odpowiedź „czy nasze zdrowie jest w naszych rękach?”. Młodzież uczestniczyła w warsztatach sporządzania zdrowych przekąsek i w prelekcji na temat profilaktyki żywieniowej i charakterystyki chorób związanych z nieprawidłowym odżywianiem. Kolejne zadania akcji realizowane były na świeżym powietrzu i w promieniach kwietniowego słońca młodzież uczestniczyła w pokazie ćwiczeń ogólnorozwojowych pobudzających do pracy całe ciało. Trening składał się z rozgrzewki, crossfitu oraz ćwiczeń poprawiających pamięć, kondycję i koncentrację. Trening został przeprowadzony przez klub sportowy San Pajda Volleyball Team w Jarosławiu. W celu uświadomienia dzieciom i młodzieży jaki szkodliwy

wpływ na ich zdrowie mają tak lubiane i często spożywane napoje energetyczne u ochotników wykonywany był pomiar ciśnienia krwi i cukru przed i po spożyciu napoju energetycznego. Jakie skutki na organizm młodego człowieka ma używanie narkotyków lub przedawkowanie leków na receptę, a jaki wpływ ma alkohol lub inne środki psychoaktywne? Chętne osoby pokonując przeszkody z założonymi narkogoglami lub alkogoglami mogli przekonać się w jaki sposób alkohol i narkotyki zaburzają ludzką percepcję. Młodzież została również zapoznana z konsekwencji prawnych posiadania i stosowania narkotyków i innych substancji psychoaktywnych.



4.1.6. Akcja „Dzień zdrowia”

W roku 2022 i 2023 zorganizowaliśmy szkolną akcję „Dzień Zdrowia” w ramach obchodów Światowego Dnia Zdrowia. Uczniowie i nauczyciele aktywnie spędzili ten dzień, angażując się w przygotowane atrakcje. Chętni mieli możliwość ćwiczeń z piłkarkami ręcznymi - zawodniczkami superligowego Eurobudu JKS Jarosław. Dawkę niezbędnej energii zapewniły zdrowe przekąski przygotowane w szkolnych pracowniach. Nauczyciele wych. fizycznego wykonali uczestnikom analizę składu ciała oraz indywidualnie omówili wyniki. W ramach profilaktyki uzależnień organizowano warsztaty i pogadanki na temat wpływu środków psychoaktywnych na organizm człowieka. Uczniowie z klasy 3 technik technologii żywności w ramach realizacji innowacji „Dietetyka” opracowali recepturę i wykonali zielony koktajl warzywno – owocowy tzw. „zdrowy energetyk”.





4.1.7. Targi „Ekogala”

W ramach współpracy z oddziałem terenowym KOWR w Rzeszowie w grudniu 2019r. oraz w grudniu 2022r. młodzież wraz z opiekunami uczestniczyła w Międzynarodowych Targach Produktów i Żywności Wysokiej Jakości - EKO GALA. Podczas targów uczniowie zapoznali się z ofertą polskich i zagranicznych producentów żywności ekologicznej, z ofertą produktów tradycyjnych wpisanych listę prowadzoną przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Młodzież poznała produkty wytwarzane w gospodarstwach ekologicznych i agroturystycznych, poznała zakres działań zagród edukacyjnych a także podmiotów zajmujących się ziołolecznictwem i propagowaniem wiedzy na temat ziół, ich wpływu na zdrowie człowieka. Przez uczniów naszej szkoły został przygotowany pokaz kulinarny sporządzania świątecznego tataru z śledzia z towarzystwie ziół i kiszonek oraz stoisko z tradycyjnymi potrawami oraz napojami sporządzonymi z surowców ekologicznych. Nie zabrakło również promocji naturalnego energetyka w formie zakwasu z buraka orz barszczu na zakwasie.



4.1.8. Szkolne akcje promujące zdrową żywność.

Corocznie organizujemy szkolne przedsięwzięcie promujące spożycie owoców i warzyw, pod wspólnym hasłem: „Uzupełniamy niedobory składników odżywczych”. Uczniowie klas żywieniowych przygotowują świeżo wyciskane soki z owoców i warzyw i zestawy przekąsek owocowo –

warzywnych które rozprawdają na przerwach. Witaminowe napoje i przekąski zostają rozdane uczniom i pracownikom szkoły jako dodatek do drugiego śniadania.

Systematycznie realizujemy szkolne działania promujące walory odżywcze różnych produktów spożywczych: „Dzień chleba”, „Dzień makaronu”, „Dzień herbaty”, „Dzień dyni”, „Dzień pizzy”. Przygotowywane są gazetki i plakaty promujące spożycie produktów spożywczych będących tematem wiodącym akcji. W szkolnych pracowniach przygotowywane są potrawy, określana jest ich wartość odżywcza.



4.1.9. Warsztaty z Eurobud Grupa JKS Jarosław.

Od 2020r. współpracujemy Eurobud Grupa JKS Jarosław. Celem współpracy jest upowszechnianie zasad zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej jako czynników niezbędnych do zachowania prawidłowego zdrowia fizycznego i psychicznego człowieka. W ramach współpracy został zorganizowany cykl warsztatów, pokazów, prelekcji upowszechniające zasady żywienia osób o różnej

aktywności fizycznej. Młodzież wspólnie z zawodniczkami JKS Jarosław przygotowywała zestawy posiłków o zbilansowanej wartości odżywczej dostosowanej do aktywności fizycznej.

4.1.10. Realizacja programu „Zdrowie masz tylko jedno”

W październiku 2020r. zorganizowaliśmy zajęcia dodatkowe dla uczniów klas II OHP w zawodzie: kucharz i przetwórcza mięsa: „Niedobory witamin” i „Talerz zdrowego odżywiania” w ramach realizacji autorskiego programu: ”Zdrowie masz tylko jedno”. Młodzież uczestniczyła w cyklu wykładów i warsztatów gdzie została zapoznana z zasadami racjonalnego odżywiania i wpływem żywności i żywienia na stan zdrowia człowieka.

4.1.11. Szkolna akcja „Żyj pełnią życia bez energetyka”.

„Żyj pełnią życia bez energetyka” – to hasło przyświeca kampanii edukacyjnej, którą jako Szkoła Promująca Zdrowie prowadzimy wraz z jarosławskim Sanepidem. Podczas akcji została przygotowana tematyczna gazetka na temat wpływu napojów energetycznych na organizm młodszego człowieka. Uczniowie klasy II technik żywienia i usług gastronomicznych na warsztatach szkolnych opracowali receptury i przygotowali napoje z naturalnych składników które są zdrowym zamiennikiem dla popularnego energetyka. Przygotowanymi napojami częstowali koleżanki i kolegów z innych klas. Technolodzy żywności analizowali skład surowcowy napojów gazowanych i energetyków, podczas zajęć z laboratorium analizy żywności oznaczali zawartość cukru, a wyniki badań zaskoczyły wszystkich.





4.1.12. Akcja „Lawendowy tydzień”.

Jako szkoła dołączyliśmy do akcji edukacyjnej Podkarpacki Lawendowy Tydzień, której celem jest propagowanie wiedzy na temat padaczki. Lawendowe babeczki przygotowane przez uczniów, lawendowe stroje i wstążki – te elementy podkreślały solidarność z chorymi na epilepsję.



4.1.13. Działania skierowane do rodziców

Szkoła prowadzi szeroką pojętą edukację zdrowotną w odniesieniu do rodziców w zakresie założeń programu Szkoły Promującej Zdrowie.

Informacje na temat współpracy z rodzicami:

- zapoznanie Rodziców z koncepcją, założeniami i propozycjami realizacji programu,
- udział Rodziców w szkolnych imprezach promujących zasady zdrowego odżywiania,
- wychowawcy systematycznie poruszają tematykę prozdrowotną na spotkaniach z Rodzicami.

W roku 2019 została przeprowadzona pedagogizacja Rodziców na temat „Walory odżywcze orkisz”:
Zostały przygotowane ulotki informacyjne i zorganizowana degustacja pieczywa orkiszowego.

W latach 2020-2023 została zorganizowana i przeprowadzone warsztaty dla Rodziców na temat narkotyków i substancji psychoaktywnych jako zagrożenie dla współczesnej młodzieży. Podczas warsztatów policjanci prezentowali rodzicom zawartość walizki edukacyjnej z atrapami narkotyków.



4.1.14. Analiza zachowań żywieniowych.

W kwietniu 2020r. uczniowie naszej szkoły wzięli udziału w badaniu ankietowym na temat zmian zachowań żywieniowych uczniów szkół średnich w okresie społecznej izolacji związanej z zagrożeniem COVID-19. po przeprowadzonym badaniu szkoła otrzymała szczegółowe opracowanie wyników całej grupy badanej w szkole i Polsce. Na zajęciach z zasad żywienia została przedstawiona i omówiona prezentacja z badań.

4.1.15. Akcje „Zdrowe odżywianie w czasie pandemii”.

Tradycją naszej szkoły jest podejmowanie różnych działań promujących zdrowie i zasady zdrowego odżywiania wśród młodzieży naszej szkoły. Nawet nauka zdalna nie zniechęciła nauczycieli do podejmowania takiej aktywności. W celu kontynuowania działań związanych z zdrowym żywieniem podczas pandemii w formie on-line organizowane były szkolne konkursy i warsztaty o tematyce żywienia i zdrowia. W ten sposób zachęcaliśmy uczniów do samodzielnego gotowania, wykorzystywania naturalnych produktów do przyrządzania potraw, a unikania gotowych i przetworzonych potraw.

4.1.16. Makaronowy konkurs z okazji światowego dnia makaronu.

Corocznie w październiku z okazji Światowego Dnia Makaronu organizujemy szkolny konkurs na potrawy oraz przekąski z makaronu, w którym uczestniczą uczniowie technikum oraz szkoły branżowej. Uczniowie przygotowują receptury uwzględniając wartość odżywczą, następnie sporządzają makaronowe potrawy, wspólnie oceniają oraz degustują.



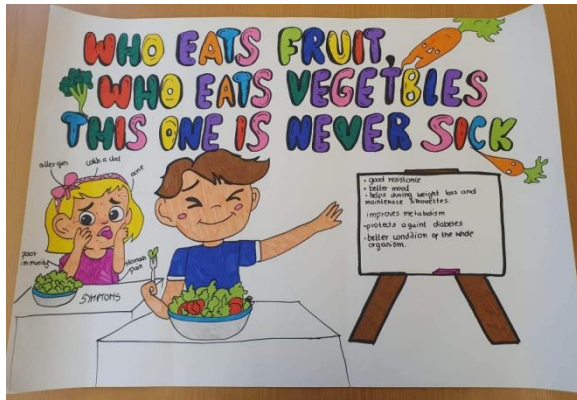
4.1.17. Innowacja Dietetyka

Od sześciu lat uczniowie klas trzecich technikum technologii żywności realizują innowację dietetyka. W ramach zajęć pozalekcyjnych poznają warsztat pracy dietetyka oraz podstawy dietetyki, analizują własne błędy żywieniowe, wykonują własną analizę składu ciała, przygotowują jadłospisy dla określonych diet, spotykają się z dietetykiem, uczestniczą w wykładach i zajęciach warsztatowych w Państwowej Akademii Nauk stosowanych w Przemysłu, sporządzają dietetyczne posiłki.



4.1.18. Szkolny konkurs językowy na plakat promujący zdrowy styl życia

Zespół języków obcych zorganizował konkurs na plakat promujący zdrowy styl życia wśród uczniów technikum oraz BSIS, najlepsze prace zostały narodzone oraz umieszczone w salach lekcyjnych.



4.2. Edukacja prozdrowotna dotycząca zasad prawidłowego odżywiania w środowisku lokalnym (szkoły podstawowe, przedszkola).

4.2.1 Piknik Rodzinny „Jarosław na dwóch kółkach”

W wrześniu 2020r. byliśmy współorganizatorem Pikniku Rodzinnego „Jarosław na dwóch kółkach”, który odbył się w parku miejskim w Jarosławiu. Uczniowie w szkolnych pracowniach zawodowych przygotowali dla uczestników zdrowe, ekologiczne przekąski, które umożliwiają szybkie uzupełnienie wydatków energetycznych powstałych podczas wysiłku fizycznego. Młodzież ZSSIB upowszechniała zasady zdrowego odżywiania rozdając ulotki i udzielając porad dietetycznych. Uczniowie naszej szkoły rywalizowali w konkurencjach rowerowych.



4.2.2. Międzszkolny konkurs „Bądź fit – aktywnie, zdrowo i kolorowo”.

W kwietniu 2021r, byliśmy współorganizatorem konkursu plastycznego dla uczniów szkół podstawowych „Bądź fit – aktywnie, zdrowo i kolorowo”. Konkurs skierowany był do uczniowszkół podstawowych zainteresowanych tematyką zdrowego stylu życia oraz promocją zdrowia. Zadanie konkursowe polegało na wykonaniu plakatu w formacie A3 przy zastosowaniu dowolnej techniki plastycznej zawierającego hasło dotyczące tematu przewodniego konkursu. Prace konkursowe zostały ocenione zgodnie z kryteriami regulaminu przez jury w składzie: Dorota Wierzińska-Dubaj Dyrektor ZSSChIO w Jarosławiu, Teresa Krasnowska Rejonowy Koordynator Sieci Przedszkoli i Szkół Promujących Zdrowie oraz Prezes Jarosławskiego Stowarzyszenia Oświaty i Promocji Zdrowia, Damian Przedzieńkowski Kierownik Wydziału Rozwoju Rynków Rolnych Oddziału Terenowego Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa w Rzeszowie. Z plakatów powstała kolorowa galeria umieszczona w budynku szkoły, prace młodych artystów oglądała zarówno społeczność ZSSiB jak i osoby odwiedzające szkołę.



4.2.3. Międzyszkolny konkursu „Mój zdrowy posiłek do szkoły”

W październiku 2021r. współorganizowaliśmy regionalnego, międzyszkolnego konkursu „Mój zdrowy posiłek do szkoły” w ramach kampanii Kupuj świadomie PRODUKT POLSKI. Celem konkursu było kształtowanie wśród dzieci i młodzieży szkół podstawowych i ponadpodstawowych z województwa podkarpackiego nawyku zakupów żywności wyprodukowanej/wytworzonej w Polsce ze szczególnym uwzględnieniem produktów pochodzących z upraw ekologicznych. Etap I polegał na przygotowaniu pracy plastycznej w formie lapbooka, pt. „Mój zdrowy posiłek do szkoły” w ramach kampanii Kupuj świadomie PRODUKT POLSKI. Etap II przebiegał na zasadach pracy zespołowej. Zadaniem uczestników było przygotowanie pełnowartościowego, prozdrowotnego posiłku do szkoły z polskich produktów regionalnych. W skład posiłku obowiązkowo wchodził napój o właściwościach prozdrowotnych. Podczas rywalizacji powstały kolorowe, pełnowartościowe zestawy, najlepsze zostały nagrodzone przez Dyrektora KOWR.



4.2.4. Warsztaty "Zdrowe odżywianie"

W latach 2018-2019 byliśmy organizatorem cyklu warsztatów promujących zasady zdrowego żywienia dla uczniów Zespołu Placówek Oświatowo-Wychowawczych w Jarosławiu. Podczas warsztatów zostały zorganizowane gry i zabawy edukacyjne mające na celu przybliżenie uczestnikom tematyki prawidłowego, racjonalnego odżywiania.

4.2.5. Tydzień promocji zdrowia.

W marcu 2020r. współorganizowaliśmy „Tydzień Promocji” realizowany w Zespole Szkół w Pawłosiowie. W ramach podjętych działań uczniowie przygotowali i przedstawili pokaz edukacyjny „Wariacje na temat diety”. Zostały zorganizowane zabawy i gry dydaktyczne poruszające tematykę

zdrowia i zdrowego odżywiania. Na zakończenie został przygotowany bufet z zdrowymi przekąskami i napojami.



4.2.6. Piknik Szkół Promujących Zdrowie w Szkole Podstawowej nr 7

Corocznie w Szkole Podstawowej nr 7 w Jarosławiu w miesiącu maju organizowany jest piknik "Czas na zdrowie". Impreza organizowana od kilku lat jest działaniem profilaktycznym i stałym elementem Kampanii Urzędu Miasta "Uzależnieniom mówimy Nie!". Stronę kulinarną pikniku organizują uczniowie naszej szkoły przygotowując atrakcje kulinarne, zabawy edukacyjne oraz animacje.

4.2.7. „Rosnę zdrowo, Piknik z KOWR” w Baszni Dolnej.

W październiku 2019r. współorganizowaliśmy imprezę plenerową pod hasłem: „Rosnę zdrowo, Piknik z KOWR” w Baszni Dolnej. Wzięło w niej udział blisko 600 dzieci z 16 przedszkoli i szkół i z terenu powiatów jarosławskiego, przeworskiego i lubaczowskiego oraz 63 nauczycieli i opiekunów. Uczniowie naszej szkoły pracowali jako wolontariusze wspierając przygotowane atrakcje w zakresie aktywności ruchowej dzieci oraz kształtowania zdrowego stylu życia i odżywiania. Przygotowali i wydawali piknikowy, pełnowartościowy posiłek dla wszystkich uczestników imprezy. W skład menu piknikowego wchodziła zupa pomidorowa z ryżem, makaron z warzywami i kurczakiem, zielone naleśniki i koktajl owocowy oraz specjalne ciasto prozdrowotne, dodatkowo owoce, warzywa i przetwory mleczne fermentowane.

4.2.8. „Zdrowo rosnę - Radawa 2022”.

14 czerwca 2022r. współorganizowaliśmy z Jarosławskim Stowarzyszeniem Oświaty i Promocji Zdrowia pikniku "Zdrowo rosnę - Radawa 2022". Impreza plenerowa zgromadził prawie 900 uczniów ze szkół powiatu jarosławskiego. Uczniowie naszej szkoły zorganizowali i prowadzili gry, zabawy

edukacyjne i animacje, przygotowali pełnowartościowy posiłek dla uczestników pikniku i pracowali jako wolontariusze.



4.2.9. Warsztaty dla studentów Hongkongu i Meksyku.

W ramach pobytu studentów z Hongkongu i Meksyku w Polsce młodzież naszej szkoły zorganizowała zajęcia edukacyjne przedstawiając prezentację związaną ze zdrowym stylem życia "Sposoby nawadniania organizmu" oraz "Znaczenie witamin i minerałów dla organizmu człowieka".

4.2.10. "Europejskie stoisko" na Paradzie Schumana – maj 2019

Do tej manifestacji radości z integracji europejskiej dołączyła nasza szkoła. Młodzież przygotowała „Europejskie stoisko” pod hasłem: „Warzywa i owoce na europejskich stołach”. Część kulinarna stoiska obejmowała przekąski i desery przygotowane przez uczniów w szkolnych pracowniach gastronomicznych i cukierniczych, według tradycyjnych receptur pochodzących z krajów członkowskich UE. Potrawy zostały dobrane zarówno pod względem wartości odżywczej, jak i walorów sensorycznych, zawierały składniki charakterystyczne dla kuchni krajów UE.



4.2.11. Warsztaty „Zdrowe słodycze”.

Pod takim hasłem zostały zorganizowane warsztaty on-line dla uczniów klasy 2 Szkoły Podstawowej Nr 4 w Jarosławiu. Uczniom w sposób nowoczesny, atrakcyjny i przystępny został przedstawiony temat dotyczący szkodliwości cukru. Uczniowie mieli możliwość zapoznać się z sposobem sporządzenia zdrowych, ulubionych przekąsek bez dodatku cukru.

4.2.12. Pokaz kulinarny podczas Jarmarku Benedyktyńskiego.

Pierwszy współczesny Jarmark Benedyktyński został zrealizowany w roku 2011, w ramach obchodów Jubileuszu 400 lat Jarosławskiego Opactwa. Od tej pory tradycja ta była kultywowana niemalże rokrocznie (za wyjątkiem roku 2020, gdy w realizacji Jarmarku przeszkodziła pandemia). Uczniowie naszej szkoły przygotowują pokaz kulinarny sporządzania prozdrowotnych staropolskich dań połączony z degustacją.

4.2.13. Warsztaty promujące zdrowy styl życia dla najmłodszych

Co roku w szkole organizowany jest cykl warsztatów o zdrowym odżywianiu dla najmłodszych uczniów szkół podstawowych i przedszkoli. Celem warsztatów jest promocja zasad zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej. Uczestnicy wspólnie przygotowują zdrowe posiłki, biorą udział w zabawach i grach edukacyjnych przygotowanych przez uczniów z jarosławskiego spożywcza.



4.2.14. Warsztaty „Lancz dla gości z Portugalii”

2 grudnia 2022r. w naszej szkole gościliśmy piłkarki ręczne Eurobud Grupa JKS Jarosław oraz piłkarki z Portugalii z klubu AlavariumHandballClube de Aveiros. Uczniowie z klasy IV technik żywienia i usług gastronomicznych zorganizowali dla gości warsztaty sporządzania naszych polskich przysmaków tradycyjnymi metodami z zastosowaniem wysokiej jakości surowców. Wspólna praca zakończyła się oceną i degustacją pierogów, prozaików i sernika w wersji dietetycznej.



4.2.15. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

Co roku współpracujemy z Jarosławskim Stowarzyszeniem Oświaty i Promocji Zdrowia w ramach organizacji akcji Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Młodzież w szkolnych pracowniach zawodowych przygotowuje okolicznościowy tort, wyroby na licytację i słodkie upominki dla wolontariuszy.



4.2.16. Warsztaty dla koordynatorów i uczniów Rejonowej Sieci Przedszkoli i Szkół Promujących Zdrowie.

Co roku w listopadzie organizujemy warsztaty dla koordynatorów i uczniów Rejonowej Sieci Przedszkoli i Szkół Promujących Zdrowie. Celem warsztatów jest podniesienie kompetencji uczestników w zakresie tworzenia, planowania i ewaluacji działań prozdrowotnych w szkołach promujących zdrowie. Koordynatorzy uczestniczyli w cyklu szkoleń i treningów na temat wysiłku fizycznego, aktywności fizycznej i zdrowego odżywiania przeprowadzonych przez zawodniczek klubu sportowego Eurobud Grupa JKS Jarosław.



4.2.17. Udział w XXI Powiatowym Przeglądzie Piosenki Promującej Zdrowie

Od dwóch lat młodzież naszej szkoły uczestniczy w Powiatowym Przeglądzie Piosenki Promującej Zdrowie przygotowując i wykonując utwory związane z promocją zdrowego stylu życia.



4.3 Promocja aktywności fizycznej wśród uczniów Zespołu Szkół Spożywczych i Biznesowych w Jarosławiu i w środowisku lokalnym.

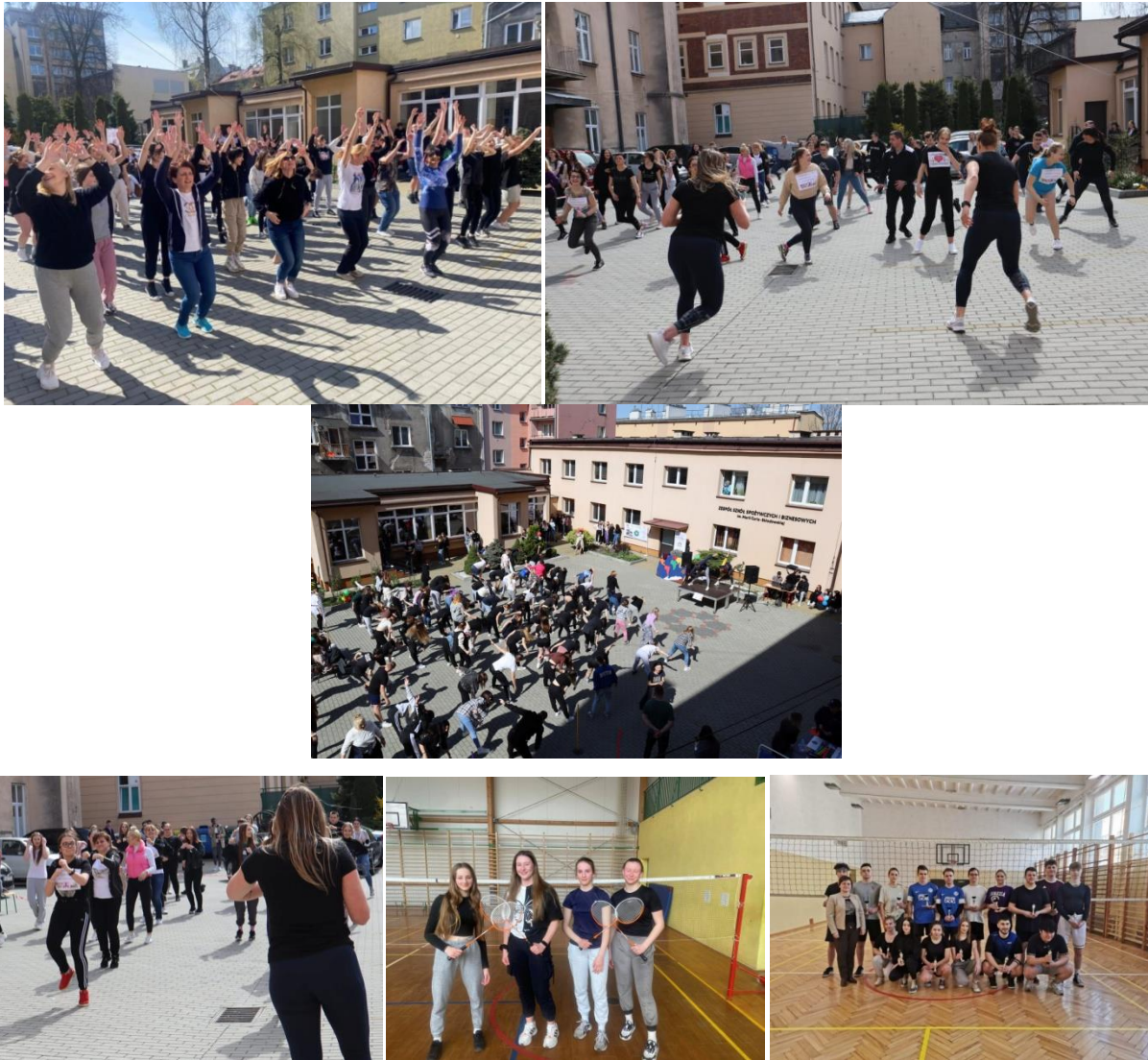
4.3.1 Organizacja turniejów rekreacyjno – sportowych.

To płaszczyzna działań, którą charakteryzuje niemalże całoroczna aktywność, zarówno nauczycieli wychowania fizycznego jak i uczniów naszej szkoły. Sport odgrywa ogromnie ważną rolę w życiu człowieka. Wzmacnia organizm, pomaga rozładować stres oraz sprawia, że mamy więcej sił witalnych. Zapewnia rozrywkę a także wyzwolenie adrenaliny. Kształtuje także odpowiednie nawyki oraz zachowania. Nieodłącznym elementem sportu jest rywalizacja.

Co roku organizowany jest szereg turniejów rekreacyjno- sportowych, które spotykają się z dużym zainteresowaniem zarówno dziewcząt jak i chłopców:

- Szkolny Turniej Piłki Siatkowej,
- Szkolny Turniej Tenisa stołowego o puchar Dyrektora szkoły,
- Turniej Badmintona o puchar o puchar Dyrektora Szkoły.

Celem udziału w turniejach jest popularyzacja zdrowego stylu życia i doskonała możliwość zaspokojenia potrzeby rywalizacji wśród młodzieży a także świetny sposób sprawdzenia umiejętności nabytych podczas treningów czy też lekcji wychowania fizycznego.



4.3.2. Akcja charytatywna „Endorfiny to szczęście innej rodziny”.

W marcu 2023r. nasza szkoła wspólnie z Szkołą Podstawową w Jarosławiu zorganizowały akcję charytatywną „Twoje endorfiny to szczęście innej rodziny". Głównym celem imprezy było wsparcie zbiórki na kosztowną operację Matyldy Momot poprzez promocję aktywności fizycznej wśród młodzieży z jarosławskich szkół.

Na hali MOSiR zgromadziła się młodzież z jarosławskich szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych, uczestnicy obserwowali taneczne występy dzieci ze szkoły podstawowej nr 4 oraz trening piłkarski uczniów z SMS Jarosław. Można również było spróbować pysznych dietetycznych drożdżówek oraz mini hot-dogów przygotowanych przez młodzież naszej szkoły.

Punktem kulminacyjnym akcji było wspólne ćwiczenia zumbi, które poprowadziła pani Ania Aksamt. Wyzwolone poprzez aktywność fizyczną ENDORFINY wywołały radość, uśmiech i zadowolenie na twarzach uczestników imprezy.



4.3.3. Badanie analizy składu ciała.

Co roku w wrześniu uczniowie klas pierwszych w ramach programu „Zdrowo żyję” mają przeprowadzoną analizę składu ciała za pomocą wagi TANITA przez nauczycieli wych. fizycznego. Z takich badań korzystają również pracownicy szkoły.



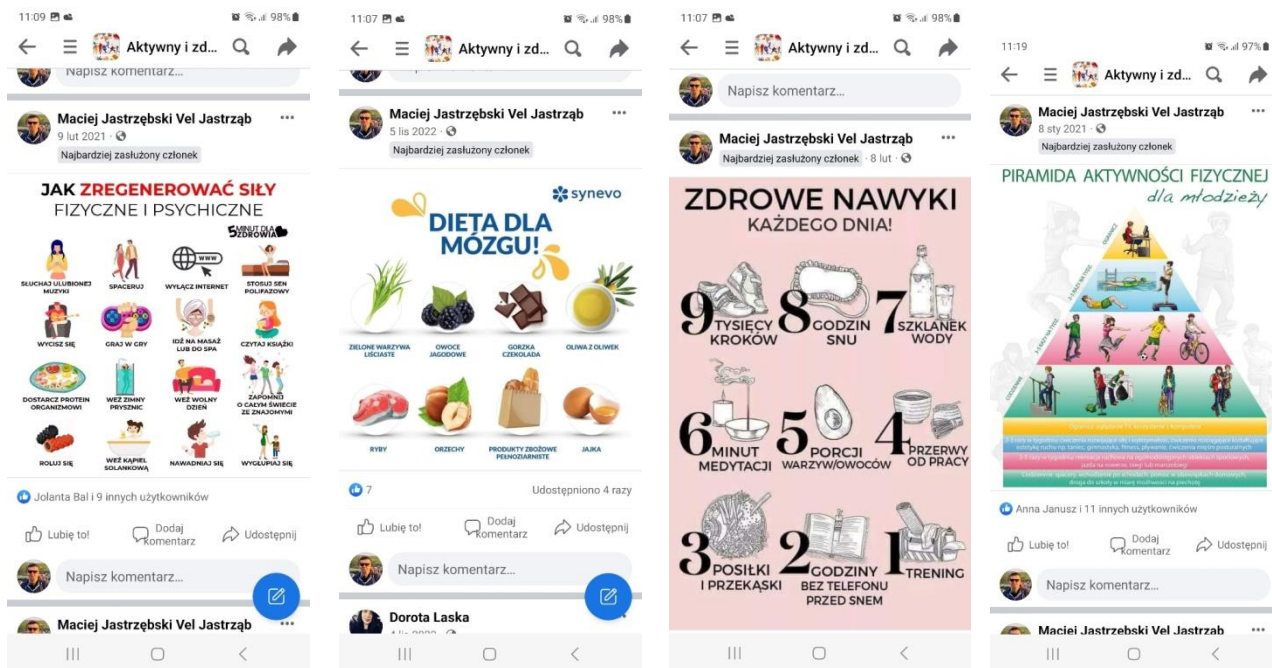
4.3.4. Bieg w pizamie.

Nasza szkoła od dwóch lat dołącza do Ogólnopolskiego Charytatywnego Dnia w Pizamach -obudź w sobie Anioła na rzecz Onkochorych. Tego dnia zachęcamy, aby młodzież przyszły do szkoły w pizamach, Ponieważ pizama niejednokrotnie to jedyny strój dzieciaków, które spędzają długi czas na oddziałach onkologicznych. W ramach empatii i solidarności z dziećmi ciężko chorymi organizujemy bieg ulicami Jarosławia w tradycyjnych pizamach oraz ćwiczenia fizyczne w parku miejskim im. Baski Puzon.



4.3.5. „Aktywny i zdrowy spożywczaK”

Animacja kultury i twórczej aktywności w sieci. Na szkolnej grupie facebookowej "Aktywny i zdrowy spożywczaK" umieszczamy informacje promujące zdrowie oraz aktywność fizyczną. Autorami postów są zarówno uczniowie jak i nauczyciele.



4.3.6. Akcja „Ćwicz przy monitorze”

W celu kontynuowania działań związanych z zdrowiem i aktywnością fizyczną młodzieży podczas pandemii nauczyciele wychowania fizycznego zorganizowali akcję „Ćwicz przy monitorze”. Poprzez nietypowe lekcje wychowania fizycznego, warsztaty, spotkania z ciekawymi gośćmi związanymi z sportem uczniowie wszystko w formie on-line poznają tajniki różnorodnych zajęć ruchowych np. zumba i są motywowani do wykonywania ich w warunkach izolacji społecznej.

4.4 Rozwój kompetencji uczniów i pracowników Zespołu Szkół Spożywczych i Biznesowych w Jarosławiu w zakresie dbałości o zdrowie przez całe życie.

4.4.1. Warsztaty: „Anoreksja i bulimia wśród młodzieży”.

Od kilku lat w naszej szkole odbywają się cykliczne warsztaty na temat zaburzeń odżywiania wśród młodzieży. Wykładowcy i studentki wydziału pielęgniarstwa jarosławskiej PWSTE dzielą się swoją wiedzą poprzez prowadzone prezentacje, projekcję filmów edukacyjnych, dyskusje i ulotki. Uczniowie wyposażeni są w wiedzę na temat zagrożeń związanych z anoreksją i bulimią, motywowani do zdrowych nawyków żywieniowych, kształtowana jest pozytywna samoocena, nabywany dystans do lansowanych przez media kanonów mody i urody.

4.4.2. Warsztaty „Profilaktyka gruczołu sutkowego u kobiet”.

Od wielu lat w naszej szkole podejmowane są działania z zakresu świadomości raka piersi. Poruszamy tematy związane z profilaktyką, diagnostyką oraz nowoczesnym leczeniem nowotworów piersi.

Co roku odbywają się zajęcia dla uczniów klas starszych, które prowadzi pani Marta Zadorożna Prezes Jarosławskiego Klubu Amazonek. W zajęciach uczestniczą studentki pielęgniarstwa PWSTE w Jarosławiu, które przedstawiają przyczyny powstawania raka piersi, objawy, zasady leczenia. Zajęcia mają również część praktyczną, podczas której uczennice ćwiczą na fantomach sposoby samobadania piersi.



4.4.3. Warsztaty „Profilaktyka raka szyjki macicy”.

Profilaktyka raka szyjki macicy polegająca na corocznych spotkaniach młodzieży z położną COM w Jarosławiu. Efektem tego spotkania jest przekazanie przez specjalistów ważnych informacji na temat chorób nowotworowych u kobiet, wzrost świadomości, że nowotwór wcześniej wykryty jest wyleczalny

i tym samym zachęcanie do wykonywania badań profilaktycznych oraz samobadania piersi, wykonywania cytologii i zdrowego stylu życia.

4.4.4. Warsztaty „Cukrzyca”.

Działania skierowane są do uczniów chorujących na cukrzycę oraz ich kolegów i koleżanek. W ramach propagowania informacji na temat cukrzycy i mitów z nią związanych zorganizowano spotkanie z Mają Makowską „Sugarwomen”. Jako dziecko zachorowała na cukrzycę i to zdefiniowało jej życie. Na co dzień udowadnia, że z tą chorobą można nie tylko normalnie żyć ale można również spełnić swoje marzenia i pasje. Maja postawiła na sport ekstremalny. Trenuje triathlon, ukończyła DoubleIronman, przejechała na rowerze Polskę od Zakopanego po Gdańsk. W zeszłym roku znalazła się na liście 100 Kobiet Roku 2022 Forbes Polska.

Również podczas Dnia Zdrowia 2023 poruszono problem cukrzycy wśród młodzieży. Szkolna higienistka podczas obchodów Dnia Aktywności badała za pomocą glukometru poziom cukru uczniów przed i po spożyciu napoju energetyzującego.



4.4.5. Akcja „Zdrowie psychiczne młodzieży: depresja, nerwica, podwyższony poziom stresu”.

W ramach obchodów Ogólnopolskiego Dnia Walki z Depresją, co roku w tym okresie podejmujemy działania, które mają za zadanie uwrażliwienie młodzieży na problemy zdrowia psychicznego. Odbywają się prelekcje w klasach, rozdawane są ulotki. Dwa lata temu pielęgniarka epidemiologiczna przeprowadziła zajęcia dla młodzieży z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej na temat depresji oraz film pt. Wielu z nas ma swego „Czarnego psa”. W zeszłym roku, w wybranych klasach zrealizowano zajęcia wychowawcze połączone z projekcją filmu pt. Nastoletnia depresja. W bieżącym roku szkolnym odbyły się warsztaty prowadzone przez fundację PRO-FIL na Rzecz Psychoprophylaktyki Społecznej pt. „Uwalniamy emocje”. „Jak radzić sobie ze stresem”.

4.4.6. Szkolne akcje w ramach profilaktyki uzależnień: papierosy, e-papierosy, alkohol, środki psychoaktywne, napoje energetyzujące.

W naszej szkole od wielu lat realizowany jest, wspólnie ze Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Jarosławiu, program edukacyjny „ARS, czyli jak dbać o miłość?”, którego głównym celem jest skuteczne dostarczanie młodzieży wiedzy pomocnej w kształtowaniu zdrowego stylu życia oraz zwiększenie ich dystansu do używania substancji psychoaktywnych (alkoholu, narkotyków i nikotyny). Temat jest omawiany na bieżąco podczas godzin wychowawczych. Organizowanych jest wiele akcji związanych z obchodzonym Światowym Dniem Rzucania Palenia Tytoniu. Są to między innymi: akcja „Jabłko zamiast papierosa”, podczas której na dużej przerwie rozdajemy uczniom jabłka i ulotki, happening „Rzuć palenie razem z nami”, spotkania profilaktyczne dotyczące szkodliwości palenia papierosów prowadzone przez panią Renatę Majkut – Lotycz z PSSE w Jarosławiu.

4.4.7. Zdrowie psychiczne w okresie pandemii.

Podczas pandemii wiele osób zgłaszało do pedagoga szkolnego, wychowawców i nauczycieli nasilone objawy psychopatologii, takie jak ciągły lęk, obniżenie nastroju, przewlekłe napięcie, zaburzenia snu, negatywne myślenie. W celu dbania o zdrowie psychiczne uczniów i wyeliminowanie negatywnych objawów zostało zorganizowanych kilka spotkań z psychologiem w formie on-line. Pedagog szkolny systematycznie przeprowadzał rozmowy z uczniami, została zorganizowana akcja „filmik na dobry nastrój” gdzie młodzież otrzymywała krótkie filmiki, spoty mówiące o sposobach radzenia sobie z stresem. Przez dziesięć godzin dziennie działał szkolny telefon zaufania, gdzie młodzież mogła porozmawiać z pedagogiem szkolnym o zaistniałych problemach związanych z izolacją. Aby osiągnąć jak najlepsze efekty kadra nauczycielska uczestniczyła w szkoleniach obejmujących tematykę zagrożenie depresją u młodzieży, motywację i inspirację uczniów, zaburzenia zachowania i sposoby radzenia sobie z nimi. Po zakończeniu nauki zdalnej nauczyciele zadbali o komfort psychiczny, emocjonalny uczniów zwracając szczególną uwagę na odbudowę relacji i więzi rówieśniczych.

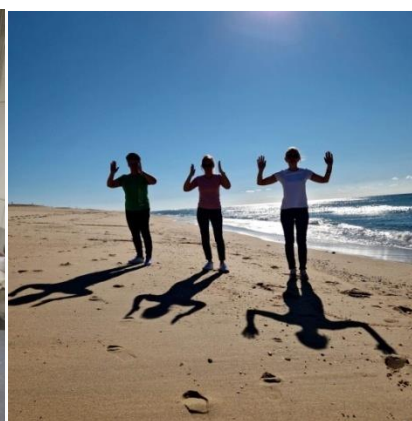
4.4.8. Makaronowe warsztaty dla pracowników ZSSiB

Corocznie w październiku z okazji Światowego Dnia Makaronu organizujemy makaronowe warsztaty, podczas których pracownicy szkoły przygotowują przekąski z makaronu, omawiamy walory odżywcze oraz degustujemy potrawy.



4.4.8. Dieta śródziemnomorska, SPZ podczas mobilności w krajach UE.

Od 2014 roku ZSSiB realizuje projekty unijne w ramach których młodzież oraz kadra wyjeżdża na praktyki zawodowe oraz staże do krajów UE. Pobyt w rejonach basenu Morza Śródziemnego sprzyja zarówno zdrowiu jak i aktywności fizycznej. Uczestnicy poznają potrawy kuchni śródziemnomorskiej, zdobywają umiejętności sporządzania potraw i napojów greckich, włoskich oraz hiszpańskich, aktywność fizyczna oraz wypoczynek jest elementem programów mobilności. Rezultatem projektów w krajach basenu Morza Śródziemnego jest realizacja od 6 lat innowacji Kuchnia śródziemnomorska, a obecnie dieta śródziemnomorska w klasach technikum żywienia i usług gastronomicznych.





4.4.9. Doskonalenie warsztatu pracy członków szkolnego zespołu ds. promocji zdrowia

Realizacja programu szkoły promującej zdrowie jest możliwa dzięki zaangażowaniu nie tylko społeczności szkoły ale również wielu instytucji z otoczenia szkoły i lokalnego środowiska. Równie ważnym elementem jest doskonalenie wiedzy i umiejętności osób zaangażowanych w podejmowane działania oraz wymiana doświadczeń z innymi placówkami realizującymi program SPZ. Nauczyciele naszej szkoły systematycznie podnoszą swoje kompetencje. Udział w szkoleniach, w tym organizowanych przez Ośrodek Rozwoju Edukacji, wyjazdach i wizytach studyjnych organizowanych przez rejonowego koordynatora, organizacja spotkań dla koordynatorów rejonowej sieci sprzyjają wymianie doświadczeń i dobrych praktyk w zakresie szkoły promującej zdrowie. Kadra ZSSiB ukończyła różnorodne formy doskonalenia:

- Substancje psychoaktywne wśród młodzieży – M. Jakielaszek, styczeń 2020
- Kolory depresji. Nauczycielom o depresji uczniów – E. Nowak-Majkut, luty 2020
- Substancje psychoaktywne trend czy zagrożenie – W. Stoch, M. Hopko-Pajda, październik 2019
- I Konferencja naukowo – szkoleniowa „Razem dla zdrowia” JSOIPZ – A. Siwoń, S. Makarowska, U. Machaj, grudzień 2019
- Konferencja koordynatorów „Szkoły Promującej Zdrowie”- W. Stoch, M. Hopko-Pajda, marzec 2020
- Edukacja zdrowotna w szkole - U. Machaj, lipiec 2020
- Edukacja zdrowotna w szkole II edycja - U. Machaj 2021
- Uczeń z zaburzeniami lękowymi. Profilaktyka zaburzeń lękowych wśród dzieci i młodzieży w szkole, U. Machaj, sierpień 2020
- Dobrostan psychiczny nauczyciela i ucznia w trybie nauki zdalnej – M.Brątek, luty 2021

- Między genem a cechą – choroby cywilizacyjne jako pandemia XXI wieku - – M.Brątek, maj 2021
- Udział w wizycie studyjnej dla koordynatorów wolontariatu- M.Drapała
- Konferencja Etat w sieci - kondycja psychiczna dzieci i młodzieży w czasie nauki zdalnej – M. Jakielaszek
- ABC profilaktyki, U. Machaj, wrzesień 2021
- Stres w pracy nauczyciela- jak sytuacje stresowe przekuć w dające satysfakcję wyzwania i dbać o zdrowie psychiczne" – M.Krypel
- Szkolenie dla dyrektorów i koordynatorów Podkarpackiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie. Wizyta studyjna w Katowicach – W. Stoch
- Nowe oblicza epidemii – e-papierosy, zastępcze substancje psychoaktywne i... U. Machaj, W.Stoch, M. Jakielaszek, M. Cholewa, E. Maciejowska, S. Mroziak, listopad 2022

IV. Monitorowanie podjętych działań, ujętych w załączonym do raportu planie działań

Sposób monitorowania podjętych działań:

Powołany zespół ds. promocji zdrowia cały rok monitorował realizację działań poprzez:

- prowadzenie rozmów z nauczycielami, pracownikami, uczniami i rodzicami
- analizowanie dokumentacji szkolnej(dzienniki, sprawozdania, informacje zamieszczane na stronie internetowej szkoły, gazetki szkolne)
- obserwację uczniów i ich zachowań,
- wywiady,
- przygotowanie sprawozdań semestralnych i końcoworocznych,
- przeprowadzanie konkursów,
- udział w zawodach sportowych,
- artykuły i zdjęcia zamieszczane na stronie internetowej szkoły i facebook.

V. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań, ujętych w załączonym do raportu planie działań.

W oparciu o wyniki monitorowania działań i przedsięwzięć sporządzono sprawozdanie.

Przeprowadzono ewaluację podsumowującą na podstawie której wyciągnięto wnioski:

1. Uczniowie, nauczyciele, pracownicy szkoły oraz rodzice znają, akceptują i propagują koncepcję szkoły promującej zdrowie.

2. Uczniowie, pracownicy szkoły, rodzice, uważają, że promocja zdrowia jest ważną sprawą w szkole. Dyrekcja szkoły wspiera działania w zakresie promocji zdrowia.
3. Realizowane projekty i działania edukacyjne wynikające z potrzeb środowiska szkolnego powiązane z edukacją zdrowotną i ze szkolnym programem wychowawczo–profilaktycznym.
4. Uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach, akcjach, promujących zdrowy styl życia, są świadomi że prawidłowe odżywianie ma zasadniczy wpływ na nasze zdrowie.
5. Rodzice są świadomi jaki wpływ na zdrowie dziecka ma właściwie zbilansowana dieta, są świadomi zagrożeń związanych z zaburzeniami odżywiania i stosowania środków psychoaktywnych wiedzą gdzie szukać pomocy.
6. Atmosfera oraz organizacja nauki i pracy sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu.
7. Ze względu na okres pandemii niezwykle istotne stało się utrwalanie nawyków higienicznych wśród uczniów.

Jarosław, 29.05.2023r.