

**RAPORT PODSUMOWUJĄCY STARANIA  
SZKOŁY/PLACÓWKI UBIEGAJĄCEJ SIĘ O CERTYFIKAT WOJEWÓDZKI \***

**INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:**

Nazwa szkoły/placówki:	Szkoła Podstawowa nr 21 z Oddziałami Integracyjnymi i z Oddziałami Sportowymi im. Orłąt Lwowskich w Gorzowie Wlkp.	
Adres:	ul. Taczaka 1, 66-400 Gorzów Wlkp.	
Telefon:	E-mail: <a href="mailto:sp21@edu.gorzow.pl">sp21@edu.gorzow.pl</a>	Strona www: <a href="http://www.sp21gorzow.pl">www.sp21gorzow.pl</a>
Imię i nazwisko dyrektora szkoły/placówki	mgr Iwona Turczyńska	
Imię i nazwisko szkolnego koordynatora ds. promocji zdrowia	mgr Natalia Lewicka	
Szkoła: (właściwe podkreślić)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Ubiega się o certyfikat wojewódzki</u></b></li> <li>• Ubiega się o wznowienie certyfikatu wojewódzkiego</li> </ul>	
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nauczyciele: Barbara Piątkowska, Anna Kreczyńska, Agnieszka Łuczyk, Katarzyna Wojciechowska, Sandra Solińska, Jerzy Sobusiak, Anna Janowicz, Irena Bukowska</li> <li>• Rodzice: Bogusław Rychter, Joanna Michalczuk, Magdalena Kubasiewicz</li> <li>• Uczniowie: Anna Piechowiak, Eliza Chmiel, Chlebicki Eimantas, Domaniewska Julia, Midloch Filip, Dominika Baran, Michalina Krępeć, Jakub Olewicki</li> <li>• Pracownicy niepedagogiczni: Wioletta Kołowrocka - intendent, Regina Klepuszewska - pielęgniarka szkolna.</li> </ul>	
Data przystąpienia szkoły/placówki do Lubuskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie	12.10.2018 rok	
Data nadania ostatniego certyfikatu wojewódzkiego (jeśli szkoła otrzymała)		

(obejmuje okres ostatnich trzech lat)

**A. Wyniki diagnozy:**

1. Narzędzia użyte do diagnozy w ostatnich trzech latach (wymienić):
  - **Rok szkolny 2018/2019**
    - Narzędzia: ankieta, obserwacje, opinie nauczycieli, pracowników niepedagogicznych szkoły, rodziców, uczniów.
  - **Rok szkolny 2019/2020**
    - Narzędzia: ankieta, obserwacje, opinie nauczycieli, pracowników niepedagogicznych szkoły, rodziców, uczniów.
  - **Rok szkolny 2020/2021**
    - Narzędzia: ankieta, obserwacje, opinie nauczycieli, pracowników niepedagogicznych szkoły, rodziców, uczniów.
2. Wyniki diagnozy - wyłonione problemy w ostatnich trzech latach (wymienić wszystkie wyłonione):
  - **Rok szkolny: 2018/2019**
    - Wyłonione problemy: wyniki badań ankietowych wykazały, iż 66% uczniów, 53% nauczycieli, 41 % rodziców oraz 28% pracowników szkoły niepedagogicznych posiada niewłaściwe nawyki żywieniowe. Taki stan rzeczy potwierdziły również obserwacje i opinie nauczycieli, innych pracowników szkoły oraz rodziców.
    -
  - **Rok szkolny: 2019/2020**
    - Wyłonione problemy: wyniki badań ankietowych wykazały, iż 51% uczniów, 56% nauczycieli, 49% rodziców, 43% pracowników niepedagogicznych szkoły prowadzi mało aktywny tryb życia. Taki stan potwierdziły także obserwacje, opinie społeczności szkolnej.
  - **Rok szkolny: 2020/2021**
    - Wyłonione problemy: Wyniki badań ankietowanych wykazały, iż 42% uczniów, 37% nauczycieli, 39% rodziców, 34% pracowników szkoły, którzy nie są nauczycielami ma problemy z radzeniem sobie z trudnymi sytuacjami i stresem. Również 71% uczniów, 60% nauczycieli, 45,5% rodziców, 75% pracowników szkoły, którzy nie są nauczycielami sądzą, że wśród uczniów występuje problem przestrzegania zasad higieny osobistej. Potwierdzają to obserwacje i opinie psychologa, pedagoga szkolnego, nauczycieli i innych pracowników szkoły oraz rodziców.

**B. Opis problemów priorytetowych:**

Wyłonione w ostatnich trzech latach problemy priorytetowe (wymienić):

- **Rok szkolny 2018/2019**
  - Wyłoniony problem priorytetowy:

Poprawa niewłaściwych nawyków żywieniowych wśród społeczności szkolnej.

- **Rok szkolny 2019/2020**
  - Wyłoniony problem priorytetowy:

Zwiększenie aktywności fizycznej wpływającej na zdrowie i samopoczucie społeczności szkolnej.

- **Rok szkolny 2020/2021**
  - Wyłoniony problem priorytetowy:

Nieumiejętne radzenie sobie z trudnymi sytuacjami i stresem źle wpływa na samopoczucie i zdrowie psychiczne społeczności szkolnej.

Zbyt mała liczba uczniów przestrzega zasad higieny osobistej.

### **C. Sprawozdanie z realizacji planów działań SzPZ mających na celu rozwiązanie problemu priorytetowego:**

Realizacja planów działań SzPZ mających na celu rozwiązanie problemów priorytetowych przebiegała zgodnie ze sporządzonym planem działań programu SzPZ.

W związku z pandemią i nauczaniem zdalnym zaistniała konieczność odwołania, bądź zmodyfikowania przewidzianych w tym czasie działań.

Do realizacji zadań włączono narzędzia i metody pracy na odległość. Wzięto pod uwagę wydane rozporządzenia, możliwości realizacji zadań.

- **Rok szkolny 2018/2019**

- Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego zaplanowane i zapisane zostały w rocznym planie:

#### **WRZESIEŃ/PAŹDZIERNIK**

- Zapoznanie społeczności szkolnej z koncepcją i zasadami SzPZ w roku szkolnym 2018/2019;
- Przeprowadzenie diagnoz (ankieta, obserwacje);
- Uczniowie klas I-III przygotowali sałatki owocowe;
- Klasa 2b brała udział w wycieczce do Mironic, podczas której dzieci ugotowały zupełną warzywną.

#### **LISTOPAD**

- W listopadzie odbył się „Pomarańczowy Dzień Dyni.” Tematem przewodnim dnia była dynia, natomiast zadaniem każdej z klas było przygotowanie potraw dyniowych. Uczniowie przygotowali menu wraz z rodzicami w domu. W szkole podczas przerw odbyła się degustacja. Uczniowie zaprojektowali plakaty oraz dekoracje, które informowały społeczność szkolną o właściwościach zdrowotnych dyni. Wszyscy wymieniali się przepisami. W dniu święta dyni cała społeczność szkolna była ubrana w kolorze pomarańczowym, niektórzy uczniowie przebrali się za dynię.

- Miał również miejsce „Jesienny Kiermasz Zdrowego Jedzenia” – promocja kiszonek. W holu szkoły zorganizowano kiermasz kiszonek, podczas którego cała społeczność szkolna brała udział w degustacji potraw. Uczniowie wraz z rodzicami i nauczycielami przygotowali wystrój holu oraz sporządzili plakaty przedstawiające właściwości probiotyczne ukiszonych warzyw i owoców. W tym dniu cała społeczność była ubrana w kolorze zielonym.

## **GRUDZIEŃ**

- W grudniu odbył się tydzień pod hasłem: „Zdrowa przekąska energii Ci doda.” Podczas tego tygodnia uczniowie wszystkich klas wraz z rodzicami i nauczycielami przygotowali zdrowe przekąski (batoniki, bakalie, soki owocowe itp.), które degustowane były podczas lekcji wychowawczych. Dzieci częstowały nią całą społeczność szkolną. Wymieniono się przepisami. Szkoła udekorowana była plakatami dotyczącymi wartości odżywczych zdrowych przekąsek.

- Rozstrzygnięto konkurs na logo Szkoły Promującej Zdrowie, który wygrała uczennica klasy 6b – Paulina Tonak.

- Pielęgniarka szkolna przeprowadziła zajęcia warsztatowe w klasach pod hasłem: „Cukier? Nie, dziękuję!” Podczas tych zajęć uczniowie uświadamiani byli o szkodliwości spożywania cukru w dużych ilościach.

- Odbyły się warsztaty pszczelarskie dla uczniów klas 6, 7, 8 i 3 gim prowadzone przez nauczyciela chemii i pszczelarza w jednym. Uczniowie mieli możliwość zapoznania się z pracą pszczelarza, zademonstrowano przyrządy, którymi posługuje się pszczelarz, uczniowie mogli ubrać specjalistyczny strój, w który ubiera się pszczelarz, przedstawiono cykl rozwoju pszczoły, omówiono rolę pszczoły w środowisku oraz zasady panujące w ulu, odbyła się degustacja miodów pochodzących z pasieki.

## **LUTY**

- W lutym odbył się „Żółty Dzień Banana.” Ubrani w kolor żółty uczniowie, nauczyciele, jak również rodzice zachęcali całą społeczność szkolną do jedzenia bananów pod różną

postać. Walory odżywcze tych owoców można było poznać oglądając plakaty prezentujące rodzaje witamin i składników odżywczych jakie zawierają banany. Uczniowie, rodzice i pracownicy szkoły przyrządzili liczne potrawy z bananów. Degustacja przyciągnęła tłumy.

- Pod okiem Pana informatyka uczniowie nagrali reklamy promujące zdrowy styl odżywiania.

- Klasy szóste stworzyły książkę kulinarną: „Gotowi, by gotować.” W ramach Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa uczniowie zapoznali się z książkami kucharskimi. W czytelni zaprezentowano różne pozycje o tematyce kulinarnej ze zbiorów biblioteki oraz prywatnych. Uczniowie przygotowali własne przepisy na sałatki, zupy, zapiekanki. Stworzyli własną książkę kucharską. Najciekawsze przepisy umieścili w prezentacji multimedialnej.

### **MARZEC**

- W marcu odbył się tydzień pod hasłem „Wspólne Zdrowe Drugie Śniadanie.” Uczniowie wszystkich klas wraz z wychowawcami oraz z rodzicami przygotowali, a potem zjedli wspólne, zdrowe drugie śniadanie. Posiłkowi towarzyszyły rozmowy na temat znaczenia śniadania dla zdrowia i rozwoju człowieka.

- W marcu klasy pierwsze i drugie, w ramach lekcji języka angielskiego, przygotowały projekt MOJA ZDROWA ŚNIADANIÓWKA - MY HEALTHY LUNCHBOX. Potrafimy mówić o jedzeniu w języku angielskim, ale przede wszystkim wiemy, co powinno się znaleźć w naszej śniadaniówce.

- W marcu odbył się również „Zielony Dzień Szczypiorku”. W tym dniu cała społeczność szkolna, ubrana w kolorze zielonym degustowała przygotowane potrawy ze szczypiorku. Uczniowie przygotowali informacje dotyczące jego właściwości odżywczych, które widniały na przygotowanych plakatach.

### **KWIECIEŃ**

- W kwietniu miał odbyć się konkurs na książkę kucharską „Zdrowo jemy w szkole i w domu.” To działanie odbyło się w lutym. Klasy szóste stworzyły książkę kucharską w ramach Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa: „Gotowi, by gotować.”

### **MAJ**

- W maju odbył się „Biało - Czerwony Dzień Rzodkiewki.” W tym dniu cała społeczność szkolna ubrana była w kolorach rzodkiewki. Uczniowie wykonali prace plastyczne, przygotowali plakaty informujące o właściwościach odżywczych tego warzywa, odbyła się degustacja potraw.

## **CZERWIEC**

- W czerwcu odbyły się warsztaty szkolne: „Zdrowie na talerzu” dla klas 5a, 5c, 7a i 7b. Warsztaty prowadzone były przez dietetyka i mamę ucznia naszej szkoły – Panią Joannę Michalczuk. Celem warsztatów było szerzenie świadomości na temat prawidłowego odżywiania się.

- Odbył się Dzień Kropelki” pod hasłem: „Czysta woda zdrowia doda.” Odbył się konkurs na plakat, prezentację multimedialną. Zwycięzcami konkursu zostali uczniowie klasy 2b, 5a, 5c.

- **Rok szkolny 2019/2020**

- Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego zaplanowane i zapisane zostały w rocznym planie:

## **WRZESIEN**

W związku ze zmianą koordynatora ds. promocji zdrowia nawiązano współpracę z pracownikiem WOM – panią Jadwigą Krzewską-Gordziejewską, a otrzymane wskazówki wykorzystano w tworzeniu planu działań.

Opracowano i przeprowadzono ankiety wśród społeczności szkolnej. Po analizie wyników badań ankietowych oraz na podstawie obserwacji dokonano wyboru problemu priorytetowego. Zespół ds. promocji zdrowia uznał, że mała aktywność fizyczna całej społeczności szkolnej wpływa negatywnie na jej życie, zdrowie, samopoczucie. Stwierdzono, że istnieje potrzeba podjęcia działań dla zminimalizowania tego zjawiska.

Podczas spotkania zespołu stworzono plan działań na rok 2019/2020, który następnie przyjęto do realizacji.

Zapoznano nowych członków społeczności szkolnej z koncepcją i zasadami Szkoły Promującej Zdrowie.

Koordinator ds. promocji zdrowia w celu podniesienia kompetencji ukończył szkolenie: *Wychowywać człowieka mądrego – metoda tutoring w Szkołach/Przedszkolach Promujących Zdrowie. Prezentacja dorobku Szkół i Przedszkoli Promujących Zdrowie w zakresie realizacji zadań ukierunkowanych na wzmacnianie rozwoju uczniów.*

W ramach działania *Aktywność fizyczna przy muzyce* zorganizowano zabawę taneczną, podczas której uczniowie poznali korzyści dla zdrowia i samopoczucia płynące z tańca. Dzień Chłopaka stał się propozycją aktywnego spędzenia czasu wolnego i okazją do sportowej rywalizacji w przygotowanych konkurencjach.

W trosce o zdrowie psychiczne uczniów klasa VII a wzięła udział w projekcie *Mediacje rówieśnicze jako forma zapobiegania konfliktom i przeciwdziałania nienawiści młodzieży w Gorzowie Wielkopolskim* przeprowadzonym przez Fundację *Centrum Inicjatyw Społecznych* działającą przy Wyższej Szkole Biznesu w Gorzowie Wielkopolskim. Dzięki trenerom uczniowie zostali wyposażeni w kompetencje związane z diagnozowaniem, przeciwdziałaniem i rozwiązywaniem konfliktów przy pomocy narzędzi mediacyjnych. Dodatkowo w październiku wybrani uczniowie uczestniczyli w Spotkaniu Środowisk Oświatowych *Ocean Zgody* w Sądzie Okręgowym w Gorzowie Wielkopolskim.

Uczniowie edukacji wczesnoszkolnej udali się na spacer do najbliższego przejścia dla pieszych w celu przypomnienia zasad prawidłowego przechodzenia przez jezdnię i poruszania się po drogach, a także ćwiczyli na plenerowych siłowniach.

## **PAŹDZIERNIK**

Uczniowie tworzyli hasła promujące aktywność fizyczną. Spośród ułożonych haseł wybrano *TERAZ TWÓJ RUCH*. Najciekawsze propozycje zamieszczono na tablicy w holu szkoły.

Pracownicy szkoły zostali zapoznani przez zaproszonego przedstawiciela z ofertą Programu MultiSport *Żyj aktywnie, żyj po swojemu*. Szeroka oferta zajęć, dyscyplin oraz atrakcyjność cenowa spotkały się z zainteresowaniem grupy pracowników, którzy skorzystali z programu.

Na lekcjach plastyki uczniowie wykonywali prace na temat *Kiedy nauczyciel się gimnastykuje...* ukazujące nauczycieli uprawiających sport. Zadanie miało na celu promowanie aktywnego stylu życia i zachęcenie do podjęcia zmian. Z okazji Dnia Edukacji Narodowej przygotowana została galeria prac.

W trosce o prawidłową postawę ciała odbyła się akcja *Co mam w plecaku?* Wśród uczniów przeprowadzono pogadanki na temat właściwej wagi tornistrów i plecaków oraz ich wpływu na prawidłową postawę ciała. W klasach pierwszych ważenie uczniów i tornistrów,

weryfikacja zawartości plecaka odbyły się w gabinecie pielęgniarskim, a w pozostałych klasach - na zajęciach z wychowawcą. Po stwierdzeniu nieprawidłowości przeprowadzono instruktaż racjonalnego pakowania tornistrów, ich odpowiedniego dopasowania do ciała i usunięcia z nich zbędnych rzeczy. Przypomniano o możliwości pozostawienia rzeczy w szafkach szkolnych. Z wnioskami zapoznano rodziców.

W ramach działania *Spacer wspomnień i pamięci* uczniowie klas VII-VIII wraz z opiekunami udali się na cmentarz przy ul. Żwirowej uczcić pamięć poległych i zapalić znicze zmarłym pracownikom szkoły. Jesienny spacer odbył się w nastroju zadumy i refleksji.

Podczas październikowej *Aktywnej przerwy* uczniowie odłożyli swoje telefony komórkowe i przystąpili do konkurencji lub dopingowania koleżanek i kolegów. Gra polegała na odbiciach piłeczki rakieta do tenisa stołowego. Po krótkim treningu przyszedł czas na rywalizację, w wyniku której wyłoniono zwycięzcę i wręczono medal.

Uczniowie edukacji wczesnoszkolnej wzięli udział w warsztatach muzycznych z pokazem tańca. Poznali kroki samby i wspólnie wykonali makarenę z dodatkowymi elementami ruchowymi.

## **LISTOPAD**

*Jesteśmy w ruchu* - 1 listopada uczniowie i nauczyciele naszej szkoły kwestowali na renowację cmentarzy polskich we Lwowie. Przemierzając alejki cmentarza przy ul. Żwirowej, zbierali do puszek pieniądze na szczytny cel. Z kolei uczniowie klasy szóstej odbyli spacer po osiedlu Piaski, by rozdać mieszkańcom przygotowane kotyliony z okazji Narodowego Święta Niepodległości.

Uczniowie klas siódmych i ósmych przygotowywali się do Balu Niepodległości, ucząc się kroków poloneza – reprezentacyjnego tańca narodowego wykonywanego podczas ważnych uroczystości. Układem choreograficznym zajęły się nauczycielki wychowania fizycznego. Próby trwały ponad dwa tygodnie, co przyczyniło się do zwiększonej aktywności fizycznej uczniów w szkole. Podczas Balu Niepodległościowego każda klasa zaprezentowała się wyjątkowo. Następnie po spokojnych, płynnych ruchach poloneza uczniowie oddali się zabawie i świętowali odzyskaną wolność. Wiedząc, jakie korzyści dla zdrowia i samopoczucia płyną z tańca, dali się ponieść energicznym rytmom. W nagrodę wszystkim



klasom przyznano ZŁOTY NUMEREK zwalniający klasę od odpowiedzi, kartkówek w wybranym dniu.

Uczniowie klas trzecich uczestniczyli w nauce jazdy na łyżwach, którą poprzedziły rozmowy na temat zachowania bezpieczeństwa na lodowisku i znaczenia aktywności fizycznej w życiu dzieci.

*Aktywność ruchowa w plenerze* - pracownicy szkoły wyjechali na zorganizowaną wycieczkę do Międzyzdrojów. Nadmorskie spacery, basen sauna, siłownia stały się okazją do aktywnego spędzenia czasu wolnego, poprawy zdrowia, kondycji i integracji. Wykorzystując aplikację Endomondo, mogli sprawdzić liczbę kroków zrobionych w danym czasie.

Spółeczność szkolna miała okazję poznać osobę ze środowiska lokalnego odnoszącą sukcesy sportowe. Zaproszoną osobą na zaplanowane spotkanie ze znanym sportowcem był mistrz świata w jeździe na żuźlu, zawodnik gorzowskiego klubu Stal Gorzów – Bartosz Zmarzlik. Podczas przeprowadzonego wywiadu można było dowiedzieć się, na czym polega jazda na żuźlu, jaka jest droga do osiągnięcia mistrzostwa w sporcie czy posłuchać rad gwiazdy speedwaya dotyczących znaczenia aktywności fizycznej i diety sportowców. Zarówno przygotowania, jak i wizyta sportowca - wywiad, konkurs, zdjęcia, autografy dostarczyły społeczności szkolnej cennej wiedzy, pozytywnej energii i niezapomnianych przeżyć.

Na spotkanie przybyli również zainteresowani rodzice. W tym dniu w szkole zrobiło się żółto-niebiesko, co nawiązywało do barw klubu sportowego Stal Gorzów.

Koordinator i nauczyciel biologii przeprowadzili etap szkolny XXVIII edycji Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia. Do etapu rejonowego przeszedł uczeń klasy VII b.

Dzień Pluszowego Misia dzieci z klasy trzeciej spędziły bardzo aktywnie, pokonując przygotowany misiowy tor przeszkód i ucząc się udzielania pierwszej pomocy.

Uczniowie wykonywali w formie plakatów piramidy aktywności fizycznej. Na lekcjach z wychowawcą poznali różne formy aktywności fizycznej, różnice między wypoczynkiem

czynnym i biernym, określali właściwą ilość czasu w ciągu dnia potrzebną na aktywność fizyczną.

W ramach kontynuowania dobrych praktyk uczniowie z rodzicami przygotowali propozycję zdrowego drugiego śniadania do szkoły. Degustacja lub wspólne szykowanie potraw odbyły się podczas zajęć z wychowawcą. Działanie *Śniadanie daje moc* miało przypomnieć, że prawidłowo zbilansowana dieta i aktywność fizyczna to niezbędny element zdrowego stylu życia.

Uczniowie klasy V b włączyli się w pomoc dla schroniska i w ramach aktywności fizycznej postanowili z wolontariuszami wyprowadzać psy ze schroniska na spacer. W akcję angażowali się również rodzice.

W listopadzie podczas długich przerw odbywały się rozgrywki Miniligi. Klasy rywalizowały ze sobą w piłce nożnej i kibicowały swoim drużynom. Zwycięstwo wywalczyli chłopcy z klasy VIII b, II miejsce zajęła klasa VI d, a III miejsce – klasa IV e.

## **GRUDZIEŃ**

*Mikołajkowo i zdrowo* - mikołajki były okazją do zwrócenia uwagi na zdrowe odżywianie. Postawiono na zdrowy upominek, dlatego uczniowie przebrani za Mikołaja i śnieżynki rozdawali zakupione przez Radę Rodziców mandarynki.

*Wędruj z nami!* - odbył się pierwszy z zaplanowanych rajdów. Nauczyciele i uczniowie uczestniczyli w Rajdzie Mikołajkowym PTTK. Na trasie Brzoza – Santocko przemierzyli 12 km. Do monitorowania swoich dokonań użyli aplikacji Endomondo. Oprócz korzyści zdrowotnych można było poznać też walory turystyczne miejsc.

Po miesięcznych zmaganiach w meczach piłki nożnej odbyło się uroczyste wręczenie medali zwycięskim drużynom w Minilidze.

Uczeń klasy VII b reprezentował naszą szkołę w etapie rejonowym Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia zorganizowanej przez Polski Czerwony Krzyż i zdobył I miejsce wśród uczniów szkół podstawowych. Tym samym zakwalifikował się do etapu okręgowego.

W ramach *Aktywnej przerwy* uczniowie mogli zaspokoić potrzebę ruchu, odprężenia i rywalizować, stosując zasady „czystej gry” w żonglowaniu piłką. Zwycięzca otrzymał medal.

## **STYCZEŃ**

*Taniec, czyli zdrowie, ekspresja i emocje* - uczniowie klas IV-VIII aktywnie spędzili czas wolny, bawiąc się na balu karnawałowym przy dźwiękach skocznej, energicznej muzyki. Tańce przeplatane były zabawami sportowymi.

*Wędruj z nami!* - odbył się kolejny rajd *Poznajemy powiat gorzowski*. Nauczyciele i uczniowie naszej szkoły pokonali trasę Marwice - Wysoka - Lubiszyn liczącą 12 km. Poznali piękno otaczającego krajobrazu oraz wzmocnili kondycję fizyczną.

Uczniowie wzięli udział w konkursach: *Ja i moją rodziną wypoczywamy aktywnie* – konkurs fotograficzny oraz *Mój idol sportowy* – plakat lub prezentacja multimedialna. Konkursy miały na celu promowanie zdrowego stylu życia, aktywnego spędzenia czasu wolnego, zainteresowania sportem.

Podczas *Aktywnej przerwy* uczniowie mogli sprawdzić swoje umiejętności sportowe. Tym razem zaproponowano kręcenie hula-hop i skoki na skakance. Tradycyjnie zwycięzców nagrodzono medalami. Swoich sił spróbowali również nauczyciele.

## **LUTY**

Odbył się bal karnawałowy dla uczniów klas I-III. Zorganizowanie zabawy było sposobem na przyjemne, aktywne spędzenie czasu wolnego. Oprócz tańca przy skocznej muzyce uczniowie mogli wziąć udział w konkurencjach sportowych.

Nauczyciele wychowania fizycznego zorganizowali quiz teoretycznosportowy dla uczniów klas V-VI, dzięki czemu uczniowie poszerzyli swoją wiedzę z zakresu teorii sportu.

Uczniowie podczas zajęć wychowania fizycznego mierzyli tętno spoczynkowe i wysiłkowe oraz dokonywali interpretacji wyniku.

Tradycyjny dzwonek szkolny zastąpiono nowym, którego dźwięki są mniej natarczywe, spokojne, co korzystnie wpłynęło szczególnie na młodsze dzieci. Po próbach testowych wybrano relaksującą melodię Vivaldiego. Sygnał nowego dzwonka będzie zmieniał się

wraz

z porami roku.

Podczas Dnia Otwartego przygotowano gry i zabawy ruchowe dla najmłodszych w ramach działania *Nasza szkoła promuje zdrowie*. Rodzice poznali koncepcję Szkoły Promującej Zdrowie, a dzieci w sali gimnastycznej mogły skorzystać z zajęć ruchowo-rytmicznych i sportowych z wykorzystaniem sprzętu używanego podczas zajęć.

W związku z ekspansją wirusa COVID-19 wychowawcy przeprowadzili w klasach pogadanki na temat zasad higieny - częstego, prawidłowego mycia rąk, ochrony podczas kaszlu

i kichania, postępowania po powrocie z zagranicy w okresie epidemii wirusa (zalecenia GIS i MEN).

### **MARZEC – CZERWIEC (nauczanie zdalne)**

W związku z zaistniałą sytuacją dla szkoły, która ma promować zdrowie, nadrzędne stało się wyposażenie uczniów w wiedzę na temat przeciwdziałania zakażeniu koronawirusem i uświadomieniu zagrożeń. Służyły temu dodatkowo spotkania z pielęgniarką szkolną. Uczniowie zostali poinstruowani o prawidłowym myciu rąk i zachowaniu zasady higieny, ochrony podczas kaszlu, kichania oraz sposobie pozyskiwania informacji. W toaletach przy zlewie można było skorzystać z instrukcji poprawnego mycia rąk. Przywiązywano wagę do dezynfekcji. Wyposażenie społeczności szkolnej w wiedzę na ten temat niwelowało lęk, zapobiegało panice, tworzyło bezpieczne warunki pracy i nauki. Zawieszono zostały imprezy, szkolenia, rajdy, spotkania, konkursy skupiające więcej osób, a następnie tradycyjne zajęcia. Do realizacji zadań włączono narzędzia i metody pracy na odległość. Wymagało to zmodyfikowania planu działań. Wzięto pod uwagę wydane rozporządzenia, możliwości realizacji zadań. Śledzenie informacji pochodzących z WHO, GIS, MZ, MEN stało się źródłem wiedzy. Podczas spotkań online nauczyciele przypominali, jak ważne jest dbanie

o własne zdrowie, wzmacnianie odporności, kondycji, pozostanie w domu w czasie kwarantanny, noszenie maseczek, ich prawidłowe nakładanie i zdejmowanie, odpowiedzialne zachowanie. Uczniowie w programie PowerPoint wykonali prezentacje (różnorodne pod względem techniki, doboru treści i animacji), gdzie tematem była epidemia koronawirusa, jego medyczny opis, zasady zachowania higieny, sposoby przetrwania kwarantanny, profilaktyka, objawy choroby, instrukcja mycia rąk, statystyka rozprzestrzenienia się zakażeń na świecie. Wykonanie tego zdalnego zadania było

kontynuacją nauki i wiedzy, jaką otrzymali uczniowie podczas normalnego uczęszczania do szkoły przed epidemią. Wszystko to miało na celu włączenie się uczniów naszej szkoły do informowania i propagowaniu wiedzy o koronawirusie.

Nauka, praca zdalna przy komputerze powodowała szybsze zmęczenie, bóle oczu, głowy, kręgosłupa, stres. Wychowawcy przeprowadzili pogadanki na temat BHP pracy przy komputerze, bezpiecznego poruszania się w sieci, świadomego wyboru informacji oraz zagrożeń z niewłaściwego użytkowania Internetu, odpowiedzialności prawnej, organizacji miejsca pracy i przekazali je również poprzez dziennik elektroniczny. Ważne stało się budowanie przyjaznej atmosfery sprzyjającej nauce i pracy w nowych warunkach, niwelowaniu stresu, pojawiających się frustracji. Istotne było przypominanie o konieczności zwracania uwagi na właściwą dietę, szczególnie w czasie zmniejszonej aktywności fizycznej

i uczestnictwie w zajęciach wychowania fizycznego online.

Nauczyciele wychowania fizycznego zadbali o atrakcyjność zajęć. Dobierali ćwiczenia wzmacniające kręgosłup, zwłaszcza odcinek szyjny i lędźwiowy. Kładli nacisk na gimnastykę korekcyjną, ćwiczenia dłoni i ogólnorozwojowe na każdą partię mięśniową. Ćwiczenia przed lustrem służyły samokontroli. Wykonywano je z wykorzystaniem typowych i nietypowych przedmiotów dostępnych w domu. Przesyłane były też filmy z zestawem ćwiczeń rozgrzewkowych i śródlekcyjnych. Na bazie otrzymanych materiałów uczniowie wymyślali własne propozycje ćwiczeń. Podczas zajęć poznawali też przepisy gier zespołowych. Z okazji Dnia Wody zwrócili uwagę nawadnianie organizmu przy wysiłku fizycznym. Dodatkowej wiedzy na ten temat dostarczali też nauczyciele biologii. W czerwcu z okazji Dnia Sportu uczniowie poznali historię igrzysk olimpijskich, dyscyplin sportowych i postać ojca nowożytnego ruchu olimpijskiego Pierre'a de Coubertina. Zaproponowane ćwiczenia wykorzystywali również rodzice uczniów, których praca w czasie kwarantanny przybrała charakter zdalny.

W związku z przywróconymi świetlicowymi, wprowadzonymi konsultacjami, egzaminami i zakończeniem roku wszyscy zostali zapoznani z procedurami zapewniającymi bezpieczeństwo, których bezwzględnie przestrzegano. Dzieciom organizowano gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu.

W ostatnim tygodniu zajęć przeprowadzono pogadanki na temat wykorzystania letniej pogody do ruchu na świeżym powietrzu, zachowania bezpieczeństwa w czasie wakacji, podczas wyjazdów nad morze, jezioro, w góry, jazdy na rowerze, przechodzenia przez ulicę.

Udostępniono film nakręcony pod patronatem MEN poruszający temat bezpiecznego wypoczynku i film edukacyjny *Bezpieczne wakacje nad wodą*. Ze względu na cały czas panującą epidemię koronawirusa przypomniano o zasadach zachowania się w grupie, sklepie, autobusie, kinie, na basenie, na plaży, w stołówce kolonijnej oraz innych miejscach zbiorowego kontaktu i stosowania się do wytycznych Ministerstwa Zdrowia.

## **DZIAŁANIA CAŁOROCZNE**

Nauczyciele wychowania fizycznego na bieżąco monitorowali zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego i prowadzili zaplanowane pozalekcyjne zajęcia sportowe (piłka nożna, piłka siatkowa, piłka ręczna, unihokej, gimnastyka korekcyjna). W czasie pandemii przywrócono (zgodnie z zasadami zachowania bezpieczeństwa) zajęcia SKS dla zadeklarowanej grupy uczniów. Szkoła organizuje klasy sportowe (piłkarska i usportowiona), które z powodzeniem reprezentują naszą szkołę w turniejach. Rodzice klasy piłkarskiej wykazali się dużym zaangażowaniem, doprowadzając do zakupu dystrybutora

z wodą czy doposażenia grupy w odpowiedni, jednolity ubiór. Uczniowie edukacji wczesnoszkolnej korzystają z nauki pływania na basenie.

Współpracowaliśmy z MOS-em, OSiR-em w Gorzowie Wielkopolskim oraz gorzowskimi klubami piłkarskimi (Stilon Gorzów, Warta Gorzów) w celu popularyzacji sportu szkolnego. Liczna grupa dziewcząt naszej szkoły należy do odnoszącej sukcesy Akademii Cheerleaders Warta Gorzów. Układy sportowe cheerleaderek dopełniały różnego rodzaju imprezy w szkole i uroczystości lokalne. Chłopcy na co dzień trenują piłkę nożną w klubie sportowym Warta Gorzów.

Uczniowie uczestniczyli w Gorzowskiej Spartakiadzie Międzyszkolnej oraz Lubuskiej Olimpiadzie Młodzieży i turniejach sportowych na terenie miasta i województwa. Łącznie wzięli udział w dwudziestu zawodach. Były to eliminacje i finały GSM oraz półfinały i finały Lubuskiej Olimpiady Młodzieży. Reprezentanci pod opieką nauczycieli wychowania fizycznego zajmowali czołowe miejsca, zdobywając medale i puchary w piłce nożnej,

biegach przełajowych, unihokeju, tenisie stołowym. Ogółem naszą szkołę reprezentowało 190 uczniów.

*Ćwicz na zdrowie* - w ramach aktywnych poranków w świetlicy szkolnej wśród dzieci przeprowadzano ćwiczenia i zabawy ruchowe. W ten sposób mogły zaspokajać potrzebę ruchu, poprawiać koncentrację oraz stan fizycznego i psychicznego odprężenia. W sytuacji dużej męczliwości dzieci podczas zajęć nauczyciele wprowadzali krótką przerwę śródlekcyjną na gimnastykę.

Mając na uwadze problem priorytetowy w bieżącym roku szkolnym, nauczyciele z klasami częściej wychodzili na spacer, wycieczki dydaktyczne.

Stworzono możliwość korzystania z sali gimnastycznej do ćwiczeń i gier zespołowych dla pracowników, co umożliwiło im podniesienie sprawności fizycznej.

Kontynuowano programy: *Owoce i warzywa w szkole* (UE), *Mleko w szkole* (ARR), *Przyjaciele Zippiego*.

- **Rok szkolny 2020/2021**

- Działania podjęte dla rozwiązania problemu priorytetowego zaplanowane i zapisane zostały w rocznym planie:

#### **WRZESIEN**

- Opracowano i przeprowadzono ankiety wśród społeczności szkolnej. Po analizie wyników badań ankietowanych oraz na podstawie obserwacji dokonano wyboru problemów priorytetowych:
- Nieumiejętne radzenie sobie z trudnymi sytuacjami i stresem źle wpływa na samopoczucie i zdrowie psychiczne społeczności szkolnej.
- Zbyt mała liczba uczniów przestrzega zasad higieny osobistej.
- Opracowano plan działań na rok szkolny 2020/2021, który przyjęto do realizacji.
- Zapoznano nowych członków społeczności szkolnej z koncepcją i zasadami Szkoły Promującej Zdrowie.
- 30 września obchodzono klasowy Dzień Chłopaka- pomyślna okoliczność do integracji i nawiązywania pozytywnych relacji w klasie.
- No stress!- lekcja języka angielskiego- Uczniowie klas VIII nauczyli się rozwiązywać problemy i prosić o pomoc w trudnych dla nich sytuacjach w języku angielskim.

#### **PAŹDZIERNIK**

- Uczniowie tworzyli hasło promujące tegoroczne działania. Wybrano hasło: DOBRA MYŚL I ZDROWE CIAŁO.
- Health food- lekcja języka angielskiego- Uczniowie klasy I poznali produkty i zdrowe nawyki żywieniowe w języku angielskim.

- Wyjazd pracowników szkoły w góry do Szklarskiej Poręby- Górskie wędrówki, poznawanie walorów przyrodniczych i historycznych zwiedzanych miejsc przyczyniły się do poprawy zdrowia i samopoczucia, aktywnego spędzenia czasu wolnego i integracji.
- 10 października obchodziliśmy Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego- Jego głównym celem jest rozpowszechnianie wiedzy na temat zdrowia psychicznego i motywowania do podejmowania działań na rzecz zdrowia psychicznego.

## **LISTOPAD**

- Uczniowie wraz z wychowawcami opracowali kodeks prawidłowych nawyków higienicznych w czasie pandemii. Uczniowie wykonali plakaty oraz prezentacje multimedialne. Odbyły się również pogadanki na temat higieny z pielęgniarką szkolną.
- Dzień Pluszowego Misia- przebierając się za misie, rysując ulubionego misia, robiąc sobie zdjęcie z misiem uczniowie zaspakajali potrzebę psychicznego odprężenia i tworzenia pozytywnej atmosfery.
- Na lekcjach wychowawczych uczniowie poznali sposoby radzenia sobie ze stresem. Wykorzystano w tym celu filmy, prezentacje multimedialne. Najmłodsze klasy wykonały rysunki pt. "Mój sposób na stres".

## **GRUDZIEŃ**

- Mikołajkowo i zdrowo- Uczniowie wykonali plakaty pt. "Zdrowy upominek w mikołajkowym bucie." W zadaniu tym propagowano zdrowie, dobre samopoczucie, odpowiednie przygotowanie sportowe, które wpływają na nasz prawidłowy rozwój.
- Klasowe spotkania wigilijne- każda klasa zorganizowała wigilie klasowe online. W zadaniu tym nawiązywano pozytywne relacje, rozpowszechniano tradycje bożonarodzeniowe.
- #RazemNaŚwięta- przystąpiliśmy do ogólnopolskiej akcji MEN, która zintegrowała całą społeczność szkolną i lokalną. Celem akcji było zadbanie o potrzeby drugiej osoby, pomoc przy rozwiązywaniu problemów, sprawianiu dobrych uczynków, które wywołały uśmiech na twarzy wszystkich osób.
- Wychowawcy klas na lekcjach wychowawczych omówili zasady bezpieczeństwa w czasie przerwy świątecznej i ferii zimowych.

## **STYCZEŃ**

- Dzień kaptcia i miękkiego sweterka- Uczniowie i nauczyciele ubrali w tym dniu kaptcie i ulubione sweterki. W tym dniu uczniowie byli zrelaksowani oraz mieli poczucie komfortu.
- Uczniowie klas IV na lekcjach przyrody ustalili i omówili ZASADY ZDROWEGO STYLU ŻYCIA.
- W czasie zebrania z rodzicami, które odbyło się 28.01.2021 roku rodzice zostali zapoznani przez wychowawców klas ze sposobami radzenia sobie ze stresem. Przygotowano również prezentację multimedialną pt. "Sposoby i techniki radzenia sobie ze stresem" na stronę internetową szkoły.



## LUTY

- Muzyka łagodzi obyczaje...- dzień z muzyką: uczniowie klas IV- VIII na lekcjach wychowawczych wybierali swoje ulubione utwory, które odsłuchiwali. Rozmawiali o różnych gatunkach muzycznych oraz wpływie muzyki na organizm człowieka, również jako metodzie na odreagowanie stresu. Uczniowie klas I-III wykorzystali dzień z muzyką do zorganizowania BALU KARNAWAŁOWEGO. Celem akcji było zrelaksowanie się społeczności szkolnej, odreagowanie stresu i nawiązanie pozytywnych relacji.
- 23 lutego obchodziliśmy Dzień Walki z Depresją
- Jaki jest wpływ stresu na organizm? - spotkanie ze specjalistą (psychologiem i pedagogiem szkolnym) Uczniowie klas IV- VIII dowiedzieli się jaki jest wpływ stresu na organizm i jego skutki.

## MARZEC

- Klasowy Dzień Kobiet: Uczniowie przez różnorodne konkursy, zabawy i niespodzianki, zintegrowali się ze sobą, nawiązali pozytywne relacje oraz otworzyli na kontakty międzyludzkie.
- Światowy Dzień Wody: W tym tygodniu uczniowie naszej szkoły na lekcjach wychowawczych zwrócili szczególną uwagę na temat ZNACZENIA WODY W CELU UTRZYMYWANIA HIGIENY OSOBISTEJ I OTOCZENIA W ŻYCIU CODZIENNYM. Uczniowie klas IV- VIII wykonali plakaty przedstawiające wykorzystanie wody do: mycia ciała, mycia zębów, prania ubrań, mycia naczyń i dostarczanie do organizmu odpowiedniej ilości wody w ciągu dnia. Uczniowie klas I, II i III przypomnieli sobie jakie są zasady prawidłowego mycia rąk oraz sposoby oszczędzania wody.
- Akcja śmiechoterapia- dzień dobrego humoru: Z okazji pierwszego dnia wiosny mali i duzi uczniowie naszej szkoły opowiadali kawały, robili sobie żarty czy grali w kalambury. Dobry humor udzielił się również roześmianym nauczycielom. Akcja przyniosła zamierzony efekt. Cała społeczność szkolna wyluzowała się, odreagowała stres, zintegrowała, a co najważniejsze wszystkim podniósł się poziom endorfin.

## KWIECIEŃ

- Dzień Zdrowia: Quiz- znasz podstawowe zasady higieny i zdrowego stylu życia? Miał on na celu przypomnieć i utrwalić najpowszechniejsze zasady promujące życie w zdrowiu i dobrym samopoczuciu. Uczniowie wraz z wychowawcami rozwiązywali go na lekcjach wychowawczych. Uczniowie klas I-III wzięli udział w zajęciach, w czasie których grali w gry edukacyjne związanymi ze zdrowiem. (z wykorzystaniem serwisu [www.czyściochowo.pl](http://www.czyściochowo.pl))
- Popraw sobie humor! - dzień czekolady: W tym dniu uczniowie wraz z wychowawcami degustowali czekoladę oraz rozmawiali na temat pozytywnego wpływu kakao na organizm.
- Uczniowie klas 7 na lekcji biologii utrwalali sposoby radzenia sobie ze stresem. Wykonali plakaty i prezentacje multimedialne. Dokonali ich prezentacji.

## MAJ

- Dzień pozytywnego myślenia- spotkanie ze specjalistą (psychologiem i pedagogiem szkolnym) Uczniowie klas IV- VIII poznawali techniki pozytywnego myślenia. Nauczyli się również z nich korzystać w życiu codziennym. Uczniowie klasy Ic w tym dniu rozdawali sobie uśmiechy.
- Moje hobby to sposób na dobre samopoczucie- Uczniowie z tej okazji rozmawiali na temat ich zainteresowań i hobby. Przygotowywali również plakaty i prezentacje. Dzięki temu zrozumieli, że ich hobby pomaga się zrelaksować, odreagować stres i zregenerować siły co wpływa na polepszenie samopoczucia.
- Dzień aktywności fizycznej i integracji klasowej: w tym dniu uczniowie wszystkich klas wzięli udział w zajęciach, w czasie których odbudowywali i nawiązywali pozytywne relacje, motywujących do otwierania się na kontakty międzyludzkie. Uczyli się współpracować w zespole i rywalizować w duchu “czystej” gry w świadomości o pozytywnym działaniu aktywności fizycznej na zdrowie psychiczne i fizyczne.

## **CZERWIEC**

- Dzień Dziecka- integracja klasowa na sportowo: w tym dniu uczniowie w ramach lekcji wzięli udział w zajęciach, w czasie których odbudowywali i nawiązywali pozytywne relacje, motywujących do otwierania się na kontakty międzyludzkie. Uczyli się współpracować w zespole i rywalizować w duchu “czystej” gry w świadomości o pozytywnym działaniu aktywności fizycznej na zdrowie psychiczne i fizyczne.
- Dzień aktywności fizycznej w klasie 3a- klasa integrowała i relaksowała się na sportowo w duchu zdrowej rywalizacji, miło spędziła czas na świeżym powietrzu.
- W klasach I-III zorganizowano warsztaty tańca towarzyskiego- ich celem było relaksowanie się, taniec jako metoda na stres i nawiązywanie pozytywnych relacji.
- Dzień Sportu Szkolnego- w tym dniu uczniowie w ramach lekcji wzięli udział w zajęciach, w czasie których nawiązywali pozytywne relacje, motywujących do otwierania się na kontakty międzyludzkie. Uczyli się współpracować w zespole i rywalizować w duchu “czystej” gry w świadomości o pozytywnym działaniu aktywności fizycznej na zdrowie psychiczne i fizyczne.
- Relaksacja na lekcjach wychowania fizycznego- w ramach lekcji wychowania fizycznego uczniowie poznali proste ćwiczenia relaksujące i odstresowujące organizm.
- Przeprowadzenie ewaluacji podjętych działań.

W ramach działania projektu psycholog i pedagogzy szkolni służyli wsparciem i pomocą w poradzeniu sobie z negatywnymi skutkami stresu. Zorganizowali konsultacje indywidualne w szkole, telefoniczne lub online dla całej społeczności szkolnej.

### ***D. Informacja na temat monitorowania planu działań SzPZ:***

- **Rok szkolny 2018/2019, 2019/2020, 2020/2021**

➤ Sposób monitorowania:

Wszelkie działania prowadzone w ramach SzPZ były systematycznie monitorowane przez koordynatora programu, który planował i organizował pracę zespołu oraz całej społeczności szkolnej. Monitoring działań związanych z realizacją problemu priorytetowego miał na celu zebranie jak największej ilości informacji niezbędnych do przeprowadzenia ewaluacji programu.

Monitoring działań szkoły przebiegał sprawnie i odbywał się poprzez:

- analizę dokumentów szkolnych;
- obserwację społeczności szkolnej;
- analizę prac uczniowskich, np. prac plastycznych, prezentacji multimedialnych, filmów, wystaw, przygotowanie degustacji zdrowej żywności;
- zaangażowanie całej społeczności szkolnej w działania promujące zdrowe odżywianie;
- przeprowadzenie konkursów związanych z promocją zdrowego odżywiania;
- rozmowy z uczniami, z rodzicami, z pracownikami szkoły;
- wymianę uwag, spostrzeżeń i własnych doświadczeń wśród społeczności szkolnej;
- pisanie notatek, sprawozdań z realizacji poszczególnych zadań;
- informacje zwrotne do osób odpowiedzialnych za realizację poszczególnych działań;
- przygotowywanie gazetek, plakatów informujących o zdrowym odżywianiu, degustacji;

Po pierwszym i drugim semestrze każdego roku szkolnego koordynator przygotował sprawozdanie z pracy zespołu. Informacje na temat działań, które odbyły się na terenie szkoły w ramach SzPZ były na bieżąco umieszczane na stronie internetowej szkoły (w zakładce SzPZ) oraz na stronie szkolnego Facebooka.

***E. Informacja na temat monitorowania samopoczucia społeczności szkolnej:***

- **Rok szkolny 2018/2019, 2019/2020, 2020/2021**

Sposób monitorowania:

- obserwacja uczniów,

- rozmowy z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły – pozyskiwanie informacji zwrotnej
- zaangażowanie i udział uczniów, nauczycieli, rodziców i pracowników szkoły w działania promujące zdrowie
- analizowanie prac uczniów
- analiza dokumentacji szkolnej
- stała obserwacja profilu szkoły na facebooku
- wymiana uwag i spostrzeżeń zespołu ds. promocji zdrowia
- ankieta

W maju 2021 roku wśród uczniów nauczyciele przedmiotów przeprowadzili diagnozy, monitorujące samopoczucie oraz obawy uczniów przed powrotem do nauki stacjonarnej. Na podstawie analizy odpowiedzi uczniów sporządzono plany metod i dostosowania do wytycznych Lubuskiego Kuratora Oświaty.

W czerwcu 2021 roku przeprowadzone zostało badanie ankietowe wśród całej społeczności szkolnej dotyczące samopoczucia i panującego w szkole klimatu społecznego. W ankiecie wzięło udział 290 członków społeczności szkolnej.

Wyniki monitorowania:

Z przeprowadzonych badań wynika, że nasza szkoła stwarza korzystną i dobrą atmosferę oraz troszczy się o dobre samopoczucie wszystkich podmiotów. Wysoki stopień satysfakcji z uczestnictwa w życiu szkoły dowodzi, że panuje tu klimat sprzyjający nauce i pracy:

- Uczniowie odczuwają wsparcie ze strony nauczycieli oraz motywowanie ich do nauki, chętnie chodzą do szkoły i odczuwają satysfakcję z uczestnictwa w jej działaniach
- Nauczyciele odczuwają wysoki stopień satysfakcji z pracy w szkole, czują wsparcie ze strony uczniów oraz ze strony dyrekcji.
- Pracownicy niepedagogiczni również odczuwają satysfakcję z pracy w szkole i wsparcie ze strony dyrekcji chętnie chodzą do pracy, gdzie również odczuwają pozytywne podejście uczniów.
- Rodzice cieszą się, że ich dzieci uczęszczają do naszej szkoły (satysfakcja ze szkoły), czują się w niej bezpiecznie, a pracownicy szkoły stwarzają im możliwości pełnego uczestnictwa w życiu szkoły.

Wnioski:

Uczniowie w większości są zadowoleni ze szkoły, czują się w niej dobrze i bezpiecznie, chętnie uczestniczą w życiu szkoły. Znaczący jest fakt, że wskazują na udoskonalenie umiejętności radzenia sobie ze stresem i napięciem towarzyszącym sytuacjom szkolnym w czasie pandemii. Należy zwrócić również uwagę, że odczuwalny stres przez uczniów ma tendencję spadkową, co zauważają również rodzice.

Opierając się na wnioskach z bieżącego monitorowania społeczności szkolnej uogólniono, że nastąpiła pozytywna zmiana w obszarze samopoczucia społeczności i klimatu szkoły. Działania projektu SzPZ wzmocniły relacje międzyludzkie, wpłynęły na lepszą atmosferę panującą w szkole.

#### **F. Ewaluacja działań ujętych w planach SzPZ (narzędzia, wnioski):**

- **Rok szkolny 2018/2019**
- Narzędzia użyte do ewaluacji (wymienić):

Ewaluacja podjętych działań została przeprowadzona na podstawie wyników ankiety przeprowadzonej wśród 200 losowo wybranych członków społeczności szkolnej (uczniów, rodziców, nauczycieli pracowników niepedagogicznych), analizy dokumentacji szkolnej, obserwacji oraz rozmów z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły.

➤ Wnioski z ewaluacji (wymienić):

Wyniki badań przeprowadzonych wśród społeczności szkolnej wskazują, iż w realizację programu Szkoła Promująca Zdrowie angażują się wszyscy jej członkowie. Na podstawie obserwacji, rozmów z uczniami, rodzicami, nauczycielami oraz pracownikami niepedagogicznymi dostrzeżono szereg zmian w zakresie wiedzy, umiejętności i działań na rzecz poprawy właściwych nawyków żywieniowych.

Wnikliwa analiza całorocznych działań pozwala na sformułowanie następujących wniosków:

- społeczność szkolna w pełni akceptuje założenia programu Szkoła Promująca Zdrowie, jak również prowadzone w ramach programu działania;
- cała społeczność szkolna aktywnie i z wielkim zaangażowaniem bierze udział we wszelkich działaniach prowadzonych w ramach programu;
- rodzice oraz uczniowie dostrzegają zaangażowanie pracowników szkoły w działania, które mają na celu propagowanie zdrowego stylu życia;
- uczniowie już od najmłodszych lat nabywają zdrowych nawyków żywieniowych;
- uczniowie oraz rodzice coraz częściej angażują się w przedsięwzięcia o charakterze prozdrowotnym;

➤ Efekty podjętych działań:

Problemem priorytetowym do rozwiązania szkoły były niewłaściwe nawyki żywieniowe społeczności szkolnej.

Po roku działań w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie udało się osiągnąć zamierzone efekty.

Z wyników przeprowadzonej ankiety wynika, iż po roku wszelkich przedsięwzięć mających na celu poprawę nawyków żywieniowych społeczności szkolnej: 81% badanych osób wie czym jest zbilansowana dieta, z czego 69% stosuje ją na co dzień. 61% badanych ma świadomość, że dieta powinna składać się z 5 regularnie spożywanych posiłków, natomiast

66% prawidłowo wskazuje, że eksperci zalecają spożywanie minimum 5 porcji warzyw oraz owoców dziennie. 82% badanych wie, że regularne picie czystej wody jest niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu, z czego 73% wybiera wodę zamiast napojów słodkich.

Wyniki przeprowadzonych badań wykazują, iż zamierzone efekty zostały osiągnięte, ponieważ:

- Społeczność szkolna zna produkty żywnościowe wartościowe dla organizmu.
- W większości społeczność szkolna dokonuje właściwych wyborów w zakresie produktów żywieniowych niezbędnych dla prawidłowego rozwoju i funkcjonowania człowieka.
- W większości społeczność szkolna wybiera czystą wodę zamiast słodkich napojów.
- Uczniowie częściej spożywają wspólnie drugie śniadanie, często z nauczycielami.
- W ostatnim roku w sklepiku szkolnym sprzedawanych jest coraz więcej zdrowych, ekologicznych i naturalnych produktów spożywczych.
- Społeczność szkolna wymieniała się przepisami na potrawy ze zdrowych, wartościowych produktów.
- Wspólnie podjęte działania przyczyniły się do integracji członków społeczności szkolnej, również do integracji ze środowiskiem lokalnym oraz do promocji szkoły.

Wyniki ankiety oraz obserwacje nawyków żywieniowych wśród społeczności szkolnej pozwalają stwierdzić, że dzięki działaniom podjętym w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie społeczność szkolna zmieniła swoje nawyki żywieniowe na zdrowsze.

- **Rok szkolny 2019/2020**

- Narzędzia użyte do ewaluacji (wymienić):

Ewaluacja podjętych działań została dokonana na podstawie wyników ankiety przeprowadzonej wśród 331 losowo wybranych nauczycieli, pracowników niepedagogicznych, uczniów i rodziców, obserwacji i rozmów ze społecznością szkolną, analizy dokumentacji szkolnej.

- Wnioski z ewaluacji (wymienić):

Wyniki badań przeprowadzonych wśród społeczności szkolnej pozwalają wysunąć wnioski:

- społeczność szkolna w pełni akceptuje założenia programu SzPZ i prowadzone w ramach programu działania,
- w realizację programu SzPZ angażują się nauczyciele, uczniowie, rodzice, pracownicy niepedagogiczni,
- wśród społeczności szkolnej podniósł się poziom wiedzy i świadomości dotyczący dbania o zdrowie,
- wzrosły działania społeczności szkolnej przyczyniające się do poprawy aktywności fizycznej i zachowania zdrowia,
- prowadzone działania w ramach realizacji programu mają pozytywny wpływ na społeczność szkolną, funkcjonowanie szkoły oraz promocję placówki w środowisku lokalnym.

➤ Efekty podjętych działań:

Problemem priorytetowym do rozwiązania było zwiększenie aktywności fizycznej wpływającej na zdrowie i samopoczucie społeczności szkolnej. Sytuacja związana z epidemią uniemożliwiła realizację wszystkich zaplanowanych działań i postawiła nowe. Mimo to można stwierdzić, że udało się podnieść aktywność fizyczną wśród społeczności szkolnej.

81% badanych aktywnie uczestniczyło w realizacji programu, 83% zauważyło zmianę nawyków, 96% prowadzi aktywny lub średnio aktywny tryb życia, 48% najchętniej wybiera aktywność fizyczną jako sposób na spędzenie wolnego czasu, 55% najczęściej przemieszcza się pieszo lub wybiera do tego celu rower. 90% uczniów aktywnie uczestniczyło w zajęciach wychowania fizycznego online, a w czasie ograniczeń związanych z epidemią koronawirusa 96% badanych dbało lub częściowo dbało o aktywność fizyczną.

Wyniki naszej pracy są zadowalające, ponieważ:

- społeczność szkolna zna korzyści dla zdrowia płynące z aktywności fizycznej, uprawiania różnych dyscyplin sportowych oraz negatywne skutki siedzącego trybu życia,
- społeczność szkolna rozumie konieczność nawadniania organizmu, stosowania zdrowej diety,
- uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach wychowania fizycznego, w tym online, sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły i miasta, w rozgrywkach,

turniejach, konkursach, rajdach, wycieczkach, grach i zabawach ruchowych, spotkaniach propagujących zdrowy i sportowy tryb życia,

- pracownicy korzystają z bezpłatnych form aktywności fizycznej i poszukują atrakcyjnych finansowo rozwiązań dla swojego budżetu, by mieć dostęp do różnych form uprawiania sportu,

- społeczność szkolna zna zasady bezpieczeństwa przy uprawianiu różnego rodzaju aktywności ruchowej, zasady postępowania w przypadkach pandemii.

Mimo zadowalających wyników będziemy kontynuować dobre praktyki, promować dbałość o zdrowie, kondycję fizyczną całej społeczności szkolnej.

• **Rok szkolny 2020/2021**

➤ Narzędzia użyte do ewaluacji (wymienić):

Ewaluacja podjętych działań została dokonana na podstawie wyników ankiety przeprowadzonej wśród 290 losowo wybranych nauczycieli, pracowników niepedagogicznych, uczniów i rodziców, obserwacji i rozmów ze społecznością szkolną, analizy dokumentacji szkolnej.

➤ Wnioski z ewaluacji (wymienić):

Wyniki badań przeprowadzonych wśród społeczności szkolnej pozwalają wysunąć wnioski:

- społeczność szkolna w pełni akceptuje założenia programu SzPZ i prowadzone w ramach programu działania,

- w realizację programu SzPZ angażują się nauczyciele, uczniowie, rodzice, pracownicy niepedagogiczni,

- wśród społeczności szkolnej podniósł się poziom wiedzy i świadomości dotyczący dbania

o zdrowie psychiczne, umiejętnego radzenia sobie ze stresem,

- wzrosły działania społeczności szkolnej przyczyniające się do poprawy higieny osobistej, a co za tym idzie zachowania zdrowia,

- prowadzone działania w ramach realizacji programu mają pozytywny wpływ na społeczność szkolną, funkcjonowanie szkoły oraz promocję placówki w środowisku lokalnym.

➤ Efekty podjętych działań:



Pierwszym problemem priorytetowym do rozwiązania było nieumiejętne radzenie sobie z trudnymi sytuacjami i stresem, które źle wpływa na samopoczucie i zdrowie psychiczne społeczności szkolnej. Drugim to, iż zbyt mała liczba uczniów przestrzegała zasad higieny osobistej.

Pomimo trwającej pandemii i nauki w systemie zdalnym udało się nam jednak zrealizować niemal wszystkie zaplanowane działania. Pozostałe modyfikowaliśmy na potrzeby zaistniałej sytuacji.

Po kolejnym roku działań w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie udało się osiągnąć zamierzone efekty.

90% badanych aktywnie uczestniczyło w realizacji programu, 87% społeczności szkolnej zauważyło u uczniów zmianę swoich codziennych nawyków higienicznych oraz przestrzegania zasad higieny zmniejszającej ryzyko zakażenia koronawirusem SARS-cov-2, 93% społeczności szkolnej umiejętnie radzi sobie z trudnymi sytuacjami i stresem, 58% realizuje swoje zainteresowania, 51% wybiera aktywność fizyczną, 60% słucha ulubionej muzyki, 21% stosuje techniki relaksacyjne, 44% rozmawia z innymi i 39% społeczności szkolnej odpoczynek stosuje jako metodę walki ze stresem.

Wyniki naszej pracy są satysfakcjonujące, ponieważ:

- uczniowie naszej szkoły zmienili swoje codzienne nawyki higieniczne zarówno higieny osobistej jak i otoczenia w życiu codziennym,
- uczniowie przestrzegają i rozpowszechniają zasady higieny zmniejszające ryzyko zakażenia drobnoustrojami chorobotwórczymi w dobie pandemii w szkole i poza nią,
- społeczność szkolna poszerzyła swoją wiedzę na temat zjawiska stresu, poznała jego przyczyny, objawy oraz wpływ na zdrowie,
- społeczność szkolna poznała sposoby radzenia sobie ze stresem
- społeczność szkolna dobrze sobie radzi z trudnymi sytuacjami i stresem
- społeczność szkolna realizuje swoje hobby, słuchanie muzyki, rozmowę z osobą bliską, aktywność fizyczną i odpoczynek jako metodę w walce ze stresem
- wspólnie podjęte działania przyczyniły się do integracji członków społeczności szkolnej, również do integracji ze środowiskiem lokalnym oraz do promocji szkoły.

## **CZEŚĆ II**

### **A. Opis stopnia akceptacji środowiska dla idei SzPZ (w tym stopień świadomości i zaangażowania Rady Pedagogicznej, rodziców, pracowników niepedagogicznych):**

Idea, koncepcja, zasady tworzenia oraz wiedza na temat Szkoła Promująca Zdrowie została szczegółowo przekazana całej społeczności szkolnej. Wszystkie ważne informacje na temat upowszechniania koncepcji, jej zrozumienia oraz akceptacji programu zostały dokładnie przedstawione. Nauczyciele zostali zapoznani z koncepcją programu na posiedzeniu Rady Pedagogicznej. Pracownicy niepedagogiczni podczas spotkania szkoleniowego z koordynatorem programu. Natomiast uczniowie na zajęciach edukacyjnych, zajęciach z wychowawcą, apelach szkolnych, uroczystościach, festynach, konkursach i zawodach sportowych. Akceptację programu wyrazili również rodzice.

Wszystkie informacje na bieżąco eksponowano na tablicach informacyjnych SzPZ w holu szkoły, jak również na gazetkach klasowych, szkolnym facebooku i stronie internetowej szkoły.

Działania promujące zdrowie od wielu lat wynikają z misji i wizji szkoły i zawarte w dokumentach szkolnych w takich jak:

- Statut Szkoły Podstawowej Szkoła Podstawowa nr 21 z Oddziałami Integracyjnymi i z Oddziałami Sportowymi im. Orłów Lwowskich w Gorzowie Wlkp.
- Koncepcja Pracy Szkoły;
- Szkolny Program Wychowawczy;
- Program Profilaktyki;
- Roczny Plan Pracy Szkoły.

Koncepcja Szkoły Promującej Zdrowie jest akceptowana przez całe środowisko szkolne. Wszystkie działania w ramach programu były realizowane na wielu płaszczyznach życia szkoły. W ich tworzenie i przeprowadzenie zaangażowani byli nie tylko nauczyciele, ale przede wszystkim uczniowie i ich rodzice. Nad przebiegiem działań czuwał zespół ds. SzPZ. Wszyscy nauczyciele chętnie włączali się w działania proponowane przez zespół promocji zdrowia. Sami też przedstawiali własne propozycje działań oraz uczestniczyli w tworzeniu planów pracy. Wyrazem akceptacji realizowania programu w naszej szkole przez uczniów, rodziców i nauczycieli i pracowników niepedagogicznych było ich świadome zaangażowanie, kreatywne i systematyczne uczestnictwo we wszystkich opisanych w raporcie działaniach szkoły w drodze do zdobycia wojewódzkiego certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie.

### **B. Informacja na temat szkoleń dla (wymienić szkolenia, podać rok):**

- Rady Pedagogicznej:
  - Jak szkoła może stać się placówką promującą zdrowie? (2018)
  - Fonoholizm wśród dzieci i młodzieży. (2018)
  - Praca domowa. (2019)
  - Neurodydaktyka (2019)
  - Współpraca z rodzicami- szansa czy konieczność. (2019)
  - Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w Internecie. (2019)
  - Jak rozpoznawać i zaspakajać potrzeby psychofizyczne uczniów wpływające na jakość ich zdrowia psychicznego. (2020)
  - Lekcje wychowawcze online- budowanie relacji w czasie zdalnej edukacji. (2021)

- Rozwój kompetencji kluczowych na przykładzie języka polskiego, historii, wiedzy o społeczeństwie i lekcji wychowawczych. (2021)
- Uczniów:
  - „Cukier? Nie, dziękuję!” - warsztaty z pielęgniarką szkolną (2018)
  - „Zdrowie na talerzu”- warsztaty prowadzone przez dietetyka p. Joannę Michalczuk. (2019)
  - *Co mam w plecaku?*- warsztaty prowadzone przez wychowawców klas I oraz pielęgniarkę szkolną. (2019)
  - Konflikt... Jak sobie z nim radzić? *"Mediacje rówieśnicze jako forma zapobiegania konfliktom i przeciwdziałania nienawiści młodzieży w Gorzowie Wielkopolskim"* przeprowadzonym przez Fundację "Centrum Inicjatyw Społecznych" działającą przy Wyższej Szkole Biznesu w Gorzowie Wielkopolskim. (2019)
  - Spotkanie z Mistrzem Świata w żużlu- Bartoszem Zmarzlikiem- rozmowa na temat znaczenia aktywności fizycznej i diety sportowców w życiu. (2019)
  - Nauka, praca zdalna przy komputerze powodowała szybsze zmęczenie, bóle oczu, głowy, kręgosłupa, stres. Wychowawcy przeprowadzili pogadanki na temat BHP pracy przy komputerze, bezpiecznego poruszania się w sieci, świadomego wyboru informacji oraz zagrożeń z niewłaściwego użytkowania Internetu, odpowiedzialności prawnej, organizacji miejsca pracy. (2020)
  - Warsztaty z pielęgniarką szkolną na temat utrzymywania higieny w życiu codziennym, demonstracja prawidłowego mycia rąk, w celu zapobiegania rozprzestrzeniania się chorób zakaźnych. (2020, 2021)
  - *"Jak uwolnić się od stresu?"* - pojęcie stresu, style, sposoby i techniki radzenia sobie ze stresem. Spotkania ze specjalistą pedagogiem i psychologiem szkolnym. (2020, 2021)
- Rodziców:
  - Warsztaty prowadzone przez dietetyka p. Joannę Michalczuk: „Zdrowie na talerzu”. (2019)
  - *Co mam w plecaku?*- warsztaty prowadzone przez wychowawców klas I oraz pielęgniarkę szkolną. (2019)
  - Spotkanie z Mistrzem Świata w żużlu- Bartoszem Zmarzlikiem- rozmowa na temat znaczenia aktywności fizycznej i diety sportowców w życiu codziennym. (2019)
  - Nauka, praca zdalna przy komputerze powodowała szybsze zmęczenie, bóle oczu, głowy, kręgosłupa, stres. Wychowawcy przeprowadzili pogadanki na temat BHP pracy przy komputerze, bezpiecznego poruszania się w sieci, świadomego wyboru informacji oraz zagrożeń z niewłaściwego użytkowania Internetu, odpowiedzialności prawnej, organizacji miejsca pracy. (2020)
  - *"Jak uwolnić się od stresu?"* - pojęcie stresu, style, sposoby i techniki radzenia sobie ze stresem - warsztaty prowadzone w czasie zebrań z rodzicami (2020, 2021)
- Pracowników niepedagogicznych:
  - Warsztaty prowadzone przez dietetyka p. Joannę Michalczuk: „Zdrowie na talerzu”. (2019)
  - Spotkanie z Mistrzem Świata w żużlu- Bartoszem Zmarzlikiem- rozmowa na temat znaczenia aktywności fizycznej i diety sportowców w życiu. (2019)
  - *"Jak uwolnić się od stresu?"* - pojęcie stresu, style, sposoby i techniki radzenia sobie ze stresem. Spotkania ze specjalistą pedagogiem i psychologiem szkolnym. (2020, 2021)

### **C. Informacja na temat współpracy z rodzicami**

- Rodzice z dużym zaangażowaniem włączyli się w realizację działań w ramach programu Szkoła Promująca Zdrowie. Aktywnie uczestniczyli w imprezach organizowanych na terenie szkoły. Współtworzyli harmonogram działań programu SzPZ. Uczestniczyli w pracach porządkowych przy organizacji imprez. Zdobywali wiedzę podczas spotkań z różnymi specjalistami. Śledzili sukcesy dzieci podczas konkursów, zawodów sportowych. Współorganizowali wyjazdy na zawody sportowe i biwaki rekreacyjne.

### **D. Informacja na temat współpracy ze środowiskiem lokalnym:**

W realizacji programu Szkoła Promująca Zdrowie nasza szkoła korzystała z pomocy instytucji działających na rzecz edukacji i promocji zdrowia oraz współpracowała z następującymi podmiotami środowiska lokalnego:

- Stowarzyszenie Przyjaciół Szkoły podstawowej nr 21
- Rada Rodziców Szkoły Podstawowej nr 21
- Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Gorzowie Wielkopolskim
- KWP w Gorzowie Wielkopolskim
- KMP w Gorzowie Wielkopolskim
- KM PSP w Gorzowie Wielkopolskim
- Sąd Okręgowy w Gorzowie Wielkopolskim
- GCPR
- Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego w Gorzowie Wiekopolskim
- OSiR
- MOS
- Akademia Piłkarska Warta Gorzów
- Akademia Cheerleaders Warta Gorzów
- WSSE w Gorzowie Wielkopolskim
- PSSE w Gorzowie Wielkopolskim
- PM 30 w Gorzowie Wielkopolskim
- Oddział PTTK Ziemi Gorzowskiej
- Moje Bermudy Stal Gorzów- Klub Żużlowy
- Parafia Najświętszego Serca Pana Jezusa w Gorzowie Wielkopolskim

- Lokalna telewizja, gazeta i portale internetowe
- UM w Gorzowie Wielkopolskim
- Dietetyk- pani Joanna Michalczuk
- Ośrodek Wsparcia Rodziny Gorzów Wielkopolski
- Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Gorzowie Wielkopolskim
- Biblioteka Publiczna w Gorzowie Wielkopolskim
- Towarzystwo Miłośników Lwowa i Kresów Południowo-Wschodnich w Gorzowie Wielkopolskim
- Hospicjum św. Kamila w Gorzowie Wielkopolskim
- Fundacja "Centrum Inicjatyw Społecznych" WSB w Gorzowie Wielkopolskim
- W realizacji programu pomagali też: - specjaliści szkolni: psycholog, pedagogy, logopeda, nauczyciele wspomagający w klasach integracyjnych, pielęgniarka szkolna, intendentka.

### ***CZEŚĆ III***

#### **Opis sposobu współpracy szkoły ze służbą zdrowia:**

Współpraca z pielęgniarką szkolną i nauczycielami stanowiła jeden z podstawowych elementów warunkujących skuteczną realizację promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej wśród dzieci i młodzieży. W celu zwiększenia świadomości uczniów na temat zdrowego i higienicznego trybu życia:

- młodzież była motywowana do dbałości o higienę osobistą i otoczenia,
- dostarczano rodzicom i uczniom wiedzę na temat różnych aspektów zdrowia, uwrażliwiona możliwość zarażenia się chorobami zakaźnymi szczególnie w okresie pandemii, instruowała prawidłowy sposób mycia rąk,
- podejmowano działania mające na celu dbałość o właściwy rozwój fizyczny, kondycję i poprawę postawy uczniów,
- wyrabiano właściwe nawyki dotyczące spędzania przez uczniów wolnego czasu, propagowania umiarkowanej aktywności fizycznej,
- pogadanki i warsztaty na temat zdrowego, racjonalnego odżywiania się.

Ponadto pielęgniarka udzielała dzieciom pomocy w urazach i nagłych zachorowaniach, prowadziła grupową politykę próchnicy zębów metodą nadzorowanego szczotkowania zębów (fluoryzacja), uczestniczyła w szkolnych programach profilaktyki i promocji zdrowia, przeprowadzała profilaktyczne badania przesiewowe, przekazywała informacje o kwalifikacji lekarskiej do wychowania fizycznego i sportu oraz prowadziła poradnictwo dla uczniów z problemami zdrowotnymi, szkolnymi i społecznymi i uzależnieniami.

### ***CZEŚĆ IV***

**Dokumentacja z przebiegu pracy SzPZ (wymienić nazwy dokumentów):**

1. Protokoły Rad Pedagogicznych.
2. Wpisy zebrań z rodzicami.
3. Wpisy w dziennikach lekcyjnych.
4. Plan pracy Szkoły Promującej Zdrowie.
5. Roczne raporty i sprawozdania.
6. Ankiety.
7. Prezentacje multimedialne.
8. Materiały zamieszczane na stronie szkoły i szkolnym profilu facebook.
9. Gazetki ścienne.

*Podpis dyrektora:*

*Podpis koordynatora szkolnego:*

mgr Iwona Turczyńska

mgr Natalia Lewicka

Gorzów Wielkopolski  
*miejsowość*

29.06.2021 rok  
*data*

**\* Wersję papierową raportu proszę przesłać do właściwego koordynatora wojewódzkiego oraz umieścić na stronie internetowej szkoły/placówki  
W przypadku zespołu szkół proszę przesłać raport dla każdego typu szkoły oddzielnie.**