

**RAPORT Z REALIZACJI
PROGRAMU PROMOCJI ZDROWIA
W GIMNAZJUM Z ODDZIAŁAMI
DWUJĘZYCZNYMI NR 3
IM. NOBLISTÓW POLSKICH W GLIWICACH
2016/2017**

Gimnazjum z Oddziałami Dwujęzycznymi nr 3

im. Noblistów Polskich

Ul. Jasnogórska 15-17

44-100 Gliwice

Tel.: (32) 231-25-61, Fax: (32) 231-25-61

WWW: www.gim3-gliwice.oswiata.org.pl

E-mail: sekretariat@g3.gliwice.eu

Szkolny koordynator programu: Radosław Szulc

Tel: 530-671-467

TREŚCI/ZADANIA	METODY OSIĄGANIA CELU	ZREALIZOWANO DLA OK:
1. Na czym polega zdrowy tryb życia?	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf, chemii, biologii(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zamieszczano informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas 1-3 i rodzice).	-
	Nie zorganizowano konkursu o tematyce zdrowotnej:	-
	Zorganizowano imprezy o tematyce zdrowotnej: - „Nocny Maraton Zdrowia”(uczniowie klas 1-3). - szkolny etap Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia PCK(uczniowie klas trzecich).	50 osób 150 osób
2. Aktywność ruchowa i sport.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zorganizowano zawody i turnieje szkolne oraz międzyszkolne: - „Zawody sportowe integracyjne”(uczniowie klas pierwszych). - „Miniolimpiada Małego Misia” (przedszkolaki) - „Liga Dzikich Drużyn” w Piłce Nożnej (klasy 1-3) - „Noworoczny Turniej Badmintona”(dziewczyny klas 1-3). - „Wiosenny Turniej Tenisa Stołowego”(uczniowie klas1-3). - „Międzyszkolny Turniej o Puchar Dyrektora Gimnazjum nr 3” w piłce nożnej(uczniowie gliwickich gimnazjów). - „Międzyszkolny Turniej o Puchar Dyrektora Gimnazjum nr 3” w siatkówce(uczniowie gliwickich gimnazjów).	150 osób 30 osób 60 osób 40 osób 40 osób 80 osób 60 osób
	Przeprowadzono zajęcia SKS: - siatkówka(uczniowie klas 1-3). - piłka nożna(uczniowie klas 1-3). - piłka ręczna(uczniowie klas 1-3). - badminton(uczniowie klas 1-3). - tenis stołowy(uczniowie klas 1-3). - koszykówka(uczniowie klas 1-3). - taniec(uczniowie klas 1-3).	30 osób 15 osób 10 osób 10 osób 35 osób 40 osób 15 osób

	Współorganizowano: - imprezę miejską "Europejski Dzień bez Samochodu"(przedszkola, szkoły podstawowe i gimnazjalne). - akcję Fundacji „Biegajmy z sercem” w Europie Centralnej (mieszkańcy Gliwic i okolic). - akcję „Zumba Maraton” w Europie Centralnej (mieszkańcy Gliwic i okolic). - imprezę miejską „III Półmaraton Gliwicki” (mieszkańcy Gliwic i okolic). - imprezę miejską „Bezpieczne Wakacje Młodych Gliwiczian” (uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych).	100 osób 500 osób 500 osób 200 osób 450 osób
	Zorganizowana imprezę szkolną „Dzień Pokoju”. (uczniowie klas 1-3)	500 osób
	Zorganizowano Szkolny Dzień Sportu(uczniowie klas1-3).	150 osób
	Zorganizowano wyjścia na lodowisko.	120 osób
	Nie zrealizowano wyjść na basen.	-
	Uczniowie wzięli udział w zawodach sportowych(uczniowie klas1-3): - siatkówka - piłka nożna - piłka ręczna - badminton - tenis stołowy - koszykówka - kolarstwo - pływanie - siatkówka plażowa - szachy - lekkoatletyka	80 osób 60 osób 20 osób 8 osób 30 osób 20 osób 10 osób 30 osób 8 osób 4 osoby 60 osób
	Zamieszczono informacje na stronie WWW szkoły(uczniowie klas 1-3, rodzice).	-
	3. Dieta i prawidłowe odżywianie.	
	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wychowania fizycznego, chemii, biologii(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zorganizowano spotkania z pielęgniarką szkolną.	150 osób

	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice)	-
	Zorganizowano imprezy o tematyce zdrowotnej: - „Nocny Maraton Zdrowia”(uczniowie klas 1-3). - szkolny etap Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia PCK(uczniowie klas trzecich).	50 osób 150 osób
4. Czym są dopalacze i jakie stwarzają zagrożenie?	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf, chemii, biologii(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
	Zorganizowano spotkania z pielęgniarką, pedagogiem i psychologiem szkolnym.	300 osób
5. Podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych i lekcjach wf(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Uczniowie wzięli udział w szkoleniu dotyczącym udzielania pierwszej pomocy(klasy 1-3).	50 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
6. Otyłość, współczynnik BMI.	Zorganizowano pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf, chemii, biologii(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
	Zorganizowano imprezy o tematyce zdrowotnej: - „Nocny Maraton Zdrowia”(uczniowie klas 1-3). - szkolny etap Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia PCK(uczniowie klas trzecich).	50 osób 150 osób
7. Propagowanie aktywnego wypoczynku.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zorganizowano zawody i turnieje szkolne oraz międzyszkolne: - „Zawody sportowe integracyjne”(uczniowie klas pierwszych). - „Miniolimpiada Małego Misia” (przedszkolaki) - „Liga Dzikich Drużyn” w Piłce Nożnej (klasy 1-3) - „Noworoczny Turniej Badmintona”(dziewczyny klas 1-3).	150 osób 30 osób 60 osób 40 osób

- „Wiosenny Turniej Tenisa Stołowego”(uczniowie klas1-3).	40 osób
- „Międzyszkolny Turniej o Puchar Dyrektora Gimnazjum nr 3” w piłce nożnej(uczniowie gliwickich gimnazjów).	80 osób
- „Międzyszkolny Turniej o Puchar Dyrektora Gimnazjum nr 3” w siatkówce(uczniowie gliwickich gimnazjów).	60 osób
Przeprowadzono zajęcia SKS:	
- siatkówka(uczniowie klas 1-3).	30 osób
- piłka nożna(uczniowie klas 1-3).	15 osób
- piłka ręczna(uczniowie klas 1-3).	10 osób
- badminton(uczniowie klas 1-3).	10 osób
- tenis stołowy(uczniowie klas 1-3).	35 osób
- koszykówka(uczniowie klas 1-3).	40 osób
- taniec(uczniowie klas 1-3).	15 osób
Współorganizowano:	
- imprezę miejską "Europejski Dzień bez Samochodu"(przedszkola, szkoły podstawowe i gimnazjalne).	100 osób
- akcję Fundacji „Biegajmy z sercem” w Europie Centralnej (mieszkańcy Gliwic i okolic).	500 osób
- akcję „Zumba Maraton” w Europie Centralnej (mieszkańcy Gliwic i okolic).	500 osób
- imprezę miejską „III Półmaraton Gliwicki” (mieszkańcy Gliwic i okolic).	200 osób
- imprezę miejską „Bezpieczne Wakacje Młodych Gliwiczian” (uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych).	450 osób
Zorganizowana imprezę szkolną „Dzień Pokoju”. (uczniowie klas 1-3)	500 osób
Zorganizowano Szkolny Dzień Sportu(uczniowie klas1-3).	150 osób
Zorganizowano wyjścia na lodowisko.	120 osób
Nie zrealizowano wyjść na basen.	-
Uczniowie wzięli udział w zawodach sportowych(uczniowie klas1-3):	
- siatkówka	80 osób
- piłka nożna	60 osób
- piłka ręczna	20 osób

	- badminton - tenis stołowy - koszykówka - kolarstwo - pływanie - siatkówka plażowa - szachy - lekkoatletyka	8 osób 30 osób 20 osób 10 osób 30 osób 8 osób 4 osoby 60 osób
	Zamieszczono informacje na stronie WWW szkoły(uczniowie klas 1-3, rodzice).	-
8. Patologie społeczne i uzależnienia.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zorganizowano spotkania z pedagogiem szkolnym i psychologiem szkolnym(uczniowie klas1-3).	150 osób
	Zorganizowano spotkania z policjantami „Niebieski Patrol” (uczniowie klas pierwszych).	150 osób
	Przeprowadzono konsultacje z rodzicami(rodzice).	200 osób
	Zorganizowano wykład dla rodziców „Niewłaściwe zachowania i ich konsekwencje”.	80 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice)	-
9. Mobbing, czym jest, jak mu przeciwdziałać?	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zorganizowano spotkania z policjantami „Niebieski Patrol” (uczniowie klas pierwszych).	150 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
10. Jak się uchronić przed	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych(uczniowie klas1-3).	500 osób

Cyberprzemocą?	Zorganizowano spotkania z policjantami (uczniowie klas drugich).	150 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
11. Mediacje, czyli jak rozwiązywać konflikty bez przemocy.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
	Przeprowadzono mediacje rówieśnicze(uczniowie klas1-3).	25 osób
12. Dbłość o czystość i porządek.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf, chemii, biologii(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Uczniowie wzięli udział w akcji „Sprzątanie Świata” (uczniowie klas1-2).	300 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
13. Zasady bezpiecznego zachowania podczas jazdy rowerem.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
	Zorganizowano imprezę szkolną o tematyce bezpieczeństwa: - „Bezpieczne wakacje młodych gliwiczian” (uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych).	450 osób
	Uczniowie wzięli udział w zawodach rowerowych „XIV Eko Rajd Kolarski Gliwice 2016, pod patronatem Prezydenta Miasta Gliwice Zygmunta Frankiewicza”.	30 osób
	Uczniowie wzięli udział w zawodach rowerowych „Bezpieczeństwo Ruchu Drogowego 2017r.”,	5 osób
14. Zasady bezpiecznego poruszania się w czasie drogi	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-

do szkoły i do domu, w czasie wyjść do kina czy teatru, w czasie wycieczek szkolnych.	Zorganizowano: - wyjścia do kina(uczniowie klas1-3). - wyjścia do teatru(uczniowie klas1-3). - wycieczki(uczniowie klas1-3).	300 osób 180 osób 500 osób
	Uczniowie wzięli udział w zawodach rowerowych „XIV Eko Rajd Kolarski Gliwice 2016, pod patronatem Prezydenta Miasta Gliwice Zygmunta Frankiewicza”.	30 osób
	Uczniowie wzięli udział w zawodach rowerowych „Bezpieczeństwo Ruchu Drogowego 2017r.”,	5 osób
	Zorganizowano wyjścia na lodowisko(uczniowie klas1-3).	120 osób
	Nie zrealizowano wyjść na basen.	-
	Zorganizowano imprezę szkolną o tematyce bezpieczeństwa: - „Bezpieczne wakacje młodych gliwiczian” (uczniowie, rodzice, goście z przedszkoli, szkół podstawowych i gimnazjalnych).	1100 osób
15. Zasady bezpiecznego zachowania się w czasie ferii i wakacji.	Przeprowadzono pogadanki na lekcjach wychowawczych, lekcjach wf(uczniowie klas1-3).	500 osób
	Zamieszczono informacje w gablotach, na gazetkach szkolnych i na stronie internetowej szkoły(uczniowie klas1-3, rodzice).	-
	Zorganizowano imprezę szkolną o tematyce bezpieczeństwa: - „Bezpieczne wakacje młodych gliwiczian” (uczniowie, rodzice, goście z przedszkoli, szkół podstawowych i gimnazjalnych).	1100 osób

Jak widać większość zaplanowanych treści zostało zrealizowanych. Nie udało się zorganizować wyjść na basen oraz konkursów dotyczących tematyki zdrowia. Przyczyny z jakich nie udało się wykonać niektórych zadań to przede wszystkim:

- warunki finansowe i brak terminów (wyjścia na basen).
- zbyt mała ilość zainteresowanych (konkursy zdrowotne).

W czerwcu 2017r. wśród 30 losowo wybranych uczniów, nauczycieli i rodziców przeprowadzono ankiety i testy sprawdzające.

Ankiety dla uczniów:

PYTANIA		TAK		NIE	
1. Czy wiesz jak dbać o swoje zdrowie?		30	100%	0	0%
2. Czy potrafisz prawidłowo się odżywiać?		22	73%	8	27%
3. Czy wiesz czym jest aktywność ruchowa i sport ?		30	100%	0	0%
4. Czy wiesz jak udzielić pierwszej pomocy?		30	100%	0	0%
5. Czy w czasie wolnym jeździsz na rowerze?		17	57%	13	43%
6. Czy wiesz jak zachować się w czasie wypadku?		22	73%	8	27%
7. Czy w czasie wolnym chodzisz na basen ?		18	60%	12	40%
8. Czy pomagasz kolegom w nauce?		16	53%	14	47%
9. Czy często obserwujesz bójkę w szkole ?		0	0%	30	100%
10. Czy znasz zasady bezpiecznej kąpieli ?		30	100%	0	0%
11. Czy uczestniczyłeś w imprezach szkolnych takich jak Festyn Szkolny, Dzień Sportu lub innych?		17	57%	13	43%
12. Czy uczestniczyłeś w zajęciach pozalekcyjnych organizowanych w naszej szkole?		21	70%	9	30%
13. Czy uważasz, że w szkole panuje czystość i porządek?		22	73%	8	27%
14. Czy uważasz, że w szkole za mało jest zajęć pozalekcyjnych?		6	20%	24	80%
15. Co byś zmienił w naszej szkole?	Nic (23), Wyjścia na basen (3), Wyjścia na lodowisko (2), Zajęcia wspinaczki (1), Zajęcia w parku (1).				

Wyniki ankiety wskazują, że:

Zdecydowana większość uczniów:

- zdaje sobie sprawę jak dbać o zdrowie, jak się prawidłowo odżywiać,
- wie czym jest aktywność ruchowa i sport, jakie są zasady bezpiecznej kąpieli, jak udzielić pierwszej pomocy, jak zachować się w czasie wypadku,
- chętnie uczestniczy w imprezach szkolnych i zajęciach pozalekcyjnych,
- aktywnie spędza czas jeżdżąc na rowerze,
- uważa, że w szkole panuje czystość i porządek,
- uczestniczy w imprezach szkolnych i zajęciach pozalekcyjnych,
- pomaga kolegom i koleżankom w nauce.
- aktywnie spędza czas chodząc na basen.

Zdecydowana mniejszość uczniów:

- obserwuje bójki w szkole,
- uważa, że zajęć pozalekcyjnych jest za mało,

Jeżeli chodzi o zmiany w naszej szkole to zdecydowana większość nie zmieniałaby nic.

Ankiety dla nauczycieli:

PYTANIA	TAK		NIE	
1. Czy prowadziłeś pogadanki z uczniami związane z tematyką zdrowia?	26	87%	4	13%
2. Czy starasz się prawidłowo odżywiać?	26	87%	4	13%
3. Czy propagujesz wśród uczniów aktywność ruchową i sport?	26	87%	4	13%

4. Czy w czasie wolnym chodzisz na basen?	16	53%	14	47%
5. Czy wiesz jak udzielić pierwszej pomocy?	27	90%	3	10%
6. Czy w czasie wolnym uprawiasz sport?	19	63%	11	37%
7. Czy uważasz twoje relacje z uczniami za dobre?	30	100%	0	0%
8. Czy w czasie wolnym jeździsz na rowerze ?	18	60%	12	40%
9. Czy często obserwujesz agresywne zachowania wśród uczniów?	0	0%	30	100%
10. Czy uczestniczyłeś w organizacji imprez szkolnych takich jak Festyn Szkolny, Dzień Sportu lub innych?	21	70%	9	30%
11. Czy prowadzisz zajęcia pozalekcyjne dla uczniów?	27	90%	3	10%
12. Czy prowadzisz z uczniami pogadanki na temat bezpieczeństwa?	30	100%	0	0%
13. Czy uważasz, że w szkole panuje czystość i porządek?	27	90%	3	10%
14. Czy uważasz, że w szkole jest bezpiecznie?	30	100%	0	0%
15. Co byś zmienił w naszej szkole?	Nic (27), Wrzucanie śmieci do kosza (3).			

Wyniki ankiety wskazują, że:

Zdecydowana większość nauczycieli:

- prowadzi pogadanki o zdrowiu i na temat bezpieczeństwa oraz propaguje wśród uczniów aktywność ruchową i sport,
- prawidłowo się odżywia, uprawia sport, jeździ na rowerze,
- wie jak udzielić pierwszej pomocy,
- uważa swoje relacje z uczniami za dobre,
- chodzi na basen w czasie wolnym,

- bierze udział w organizacji imprez szkolnych i prowadzi zajęcia pozalekcyjne dla uczniów,
- uważa, że w szkole jest bezpiecznie, czysto i jest zachowany porządek.

Zdecydowana mniejszość nauczycieli:

- obserwuje bójki w szkole.

Jeżeli chodzi o zmiany w naszej szkole to zdecydowana większość nie zmieniałaby nic.

Ankiety dla rodziców:

PYTANIA	TAK		NIE	
1. Czy państwa dziecko chętnie bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych?	17	57%	13	43%
2. Czy w czasie wolnym jeżdżą państwo na rowerze?	16	53%	14	47%
3. Czy państwa dziecko/dzieci w czasie wolnym jeżdżą na rowerze?	15	50%	15	50%
4. Czy w czasie wolnym chodzą państwo na basen?	17	57%	13	43%
5. Czy państwa dziecko/dzieci w czasie wolnym chodzą na basen?	16	53%	14	47%
6. Czy w czasie wolnym chodzą państwo na lodowisko?	15	50%	15	50%
7. Czy państwa dziecko/dzieci w czasie wolnym chodzą na lodowisko?	16	53%	14	47%
8. Czy staracie się państwo zdrowo odżywiać?	17	57%	13	43%
9. Czy uważacie państwo, że szkoła jest bezpieczna?	30	100%	0	0%
10. Czy uważacie państwo, że w szkole panuje czystość i porządek?	30	100%	0	0%
11. Czy wiedza państwo jak udzielić pierwszej pomocy?	30	100%	0	0%
12. Czy uczestniczyli państwo w imprezach takich jak Festyn Szkolny, Dzień Sportu lub innych?	17	57%	13	43%

13. Czy uważacie państwo, że w szkoła powinna organizować więcej zajęć pozalekcyjnych?	0	0%	30	100%
14. Czy uważacie państwo, że w szkoła promuje zdrowie, zdrowy tryb życia i zdrowe odżywianie?	30	100%	0	0%
15. Co by pan/pani zmienił w naszej szkole?	Nic (30).			

Wyniki ankiety wskazują, że:

Zdecydowana większość rodziców:

- potwierdza, że ich dzieci chętnie biorą udział w zajęciach pozalekcyjnych, a w czasie wolnym jeżdżą na rowerze,
- zdrowo się odżywia i chodzi na basen,
- wie, jak udzielić pierwszej pomocy,
- uważa, że w szkole panuje czystość i porządek, że jest bezpieczna i że promuje zdrowy tryb życia i zdrowe odżywianie,
- potwierdza, że ich dzieci w czasie wolnym chodzą na basen i lodowisko,
- uczestniczy w imprezach szkolnych.

Połowa rodziców:

- w czasie wolnym jeździ na rowerze i chodzi na lodowisko.

Zdecydowana mniejszość rodziców:

- uważa, że szkoła powinna organizować więcej zajęć pozalekcyjnych.

Jeżeli chodzi o zmiany w naszej szkole to zdecydowana większość nie zmieniałaby nic.

Wnioski do dalszej pracy:

- **Promować aktywność ruchową i sport.**
- **Organizować szkolenia w zakresie podstawowych zasad udzielania pierwszej pomocy.**

- **Propagować aktywny wypoczynek(pływanie, jazda na rowerze, jazda na łyżwach).**
- **Promować dbałość o czystość i porządek.**
- **Propagować zasady bezpiecznego poruszania się po drogach, w czasie wyjść i wycieczek.**
- **Przypominać zasady bezpiecznego zachowania się w czasie ferii i wakacji.**
- **Zorganizować wyjście na basen lub zachęcić młodzież do udziału w pływackich zawodach sportowych.**
- **Zachęcać rodziców do udziału w imprezach szkolnych.**
- **Przeprowadzić pogadanki z zakresu zdrowego odżywiania, dotyczących otyłości i obliczania współczynnika BMI.**
- **Prowadzić i promować mediacje rówieśnicze.**