1. **Część wstępna planowania**
2. **Diagnoza potrzeb**

Na podstawie rozmów i obserwacji wyłoniono następujące problemy społeczności szkolnej:

- uczniowie nie zawsze czują się w szkole dobrze i bezpiecznie

- zmęczenie długim pobytem w szkole

- słaba kondycja fizyczna

- mała aktywność uczniów po lekcjach

-spędzanie wolnego czasu z telefonem lub grami komputerowymi

1. **Wybór problemu priorytetowego: Słaba kondycja fizyczna uczniów**
2. **Uzasadnienie wyboru problemu priorytetowego:**

Sport ma ogromny wpływ na zdrowie człowieka, na jego kondycję fizyczną oraz psychiczną. Niedobór lub całkowity brak aktywności fizycznej, siedzący tryb życia, poruszanie się głównie samochodem i komunikacją miejską, unikając przy tym ruchu prowadzi do bardzo poważnych zaburzeń w funkcjonowaniu organizmu, obniża znacznie jakość życia i skraca jego długość.

1. **Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:**

- siedzący tryb życia (kanapa przed telewizorem, praca przy komputerze, gry komputerowe, poruszanie się samochodem nawet do miejsc położonych w pobliżu domu, załatwianie spraw przez Internet)

-niedostateczna wiedza na temat wpływu aktywności fizycznej na funkcjonowanie organizmu

-brak przyzwyczajeń i nawyków zdrowotnych

1. **Rozwiązania dla usunięcia przyczyn/y problemu** :

* Przygotowanie i realizacja zadań mających na celu zwiększenie aktywności fizycznej ucznia i poprawę kondycji
* Wzbudzenie motywacji do aktywnego uczestnictwa w zajęciach sportowych

**B. PLAN DZIAŁAŃ**

**cel:** **Poprawa kondycji fizycznej uczniów, nauczycieli, rodziców i pracowników niepedagogicznych oraz przeciwdziałanie hipokinezji.**

**kryterium sukcesu**: 30% osób stwierdzi, że po całorocznych działaniach ich kondycja fizyczna znacznie się poprawiła.

**sposób sprawdzenia:** Po zrealizowaniu zadań zawartych w planie pracy szkolny zespół ds zdrowia przeprowadzi ankiety wśród uczestników programu (czerwiec)

**PLAN PRACY NA ROK SZKOLNY 2023/2024**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nazwa zadania | Kryterium sukcesu | Sposób realizacji | Okres/  termin realizacji | Wykonawcy/  osoba  odpowiedzialna | Środki/zasoby | Sposób sprawdzenia wykonania zadania |
| **Organizacja zajęć ruchowych dla uczniów i ich rodziców oraz rodzeństwa (soboty)**  **-rajdy piesze**  **-parkrun**  **-rozgrywki rodzice kontra uczniowie** | Liczba uczestników wzrasta | - udział w rajdach  -udział we wspólnym bieganiu  **-**rozgrywki rodzice kontra uczniowie  -projekt „Marsz po zdrowie” | W czasie całego roku szkolnego    marzec - maj | D. Maćkowiak  G.Kośmicka oraz  nauczyciele wf | zasoby ludzkie | -obserwacja |
| **Pogadanki na lekcjach wychowawczych (wpływ sportu na zdrowie człowieka)** | Co najmniej 50% uczniów wykazuje zaangażowanie w czasie lekcji | - pogadanka  -filmiki edukacyjne nt roli sportu w życiu człowieka i jego wpływu na zdrowie | październik/listopad | D.Maćkowiak | Zasoby internetowe, literatura | -obserwacja  - zaangażowanie uczniów |
| **Organizacja zajęć ruchowych w czasie przerw:**    **-zumba uczniowska w czasie dużej przerwy**  **-sportowe przerwy** | Co najmniej 20% uczniów uczestniczy w zadaniach | - zumba Mikołajkowa  - zumba walentynkowa  -zumba na powitanie wiosny  - zumba z okazji Dnia Dziecka  - zajęcia w czasie przerw:  skakanki , ringo, guma do skakania | W czasie całego roku szkolnego | - Uczennice k.5b  - D.Maćkowiak | Zasoby muzyczne,  skakanki, guma, piłki, ringo | **-**obserwacje  -wywiady |
| **Organizacja szkolnych zawodów sportowych, udział w zawodach międzyszkolnych** |  | -zajęcia pozalekcyjne - SKS  -Zawody międzyklasowe:  - święto lekkoatletyki  -bieg niepodległości  -mikołajki na sportowo  -turniej sportów nietypowych  -turniej piłkarski kl. 1-3  -szkolny Dzień Sportu  - udział w zawodach międzyszkolnych | Cały rok szkolny  X  XI  XII  III  IV/V  VI | Kl. 4-6 G. Kośmicka  Kl. 1-3 W. Kozłowski  oraz  Nauczyciele wf | Sprzęt sportowy | **-**obserwacja, zaangażowanie uczniów |
| **Zorganizowanie Dnia Zdrowia**  **(7 kwietnia Światowy Dzień Zdrowia)** |  | -pobicie rekordu w ilości osób wykonujących pajacyki - na boisku  -pokaz talentów sportowych  -lekcja pokazowa boksu  -quiz o sporcie dla kl.4-8  - konkursy plastyczne:  "Moja ulubiona dyscyplina sportu" kl.1-3  "Życie polega na ruchu" kl.4-8 | Kwiecień  (7 kwietnia Światowy Dzień Zdrowia) | Zespoł ds zdrowia | Zasoby ludzkie | Obserwacja  Udział w quizie |
| **Zorganizowanie "Biegu po zdrowie"** | Co najmniej 10% uczniów  oraz co najmniej 10% rodziców  uczestniczy w Biegu | Bieg uczniów oraz rodziców (kilka kategorii wiekowych) ok. 800m | Czerwiec (podczas Festynu ) | G.Kośmicka  D.Maćkowiak | Zasoby ludzkie | - lista uczestników |
| **Organizacja zajęć integracyjnych dla nauczycieli**  **i pracowników niepedagogicznych** | Co najmniej 20% pracowników uczestniczy w zajęciach, korzysta z karty Multisport | Udział w różnych formach aktywności - pływanie, bieganie, morsowanie, rowery, kijki, spacery, joga, ćwiczenia wzmacniające kręgosłup itp. | W czasie całego roku szkolnego  (wg potrzeb i zainteresowania) | -zespół ds zdrowia  -Dyrekcja | Zasoby ludzkie | -ankiety |
|  |  |  |  |  |  |  |