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/osobaodpowiedzialna | 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. MaćkowiakG.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 szkolnyXXIXIIIIIIV/VVI | Kl. 4-6 G. KośmickaKl. 1-3 W. Kozłowskioraz 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 | ObserwacjaUdział 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.KośmickaD.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 |
|  |  |  |  |  |  |  |