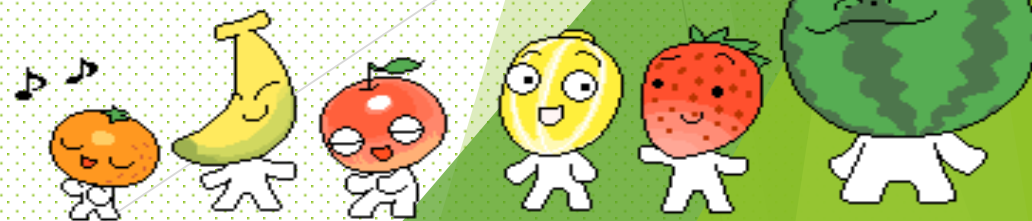


Działania szkoły w ramach programu „Szkoła Promująca Zdrowie”

W ramach projektu rozpoczęliśmy szeroko zakrojone działania, takie jak:

- ▶ kształtowanie postaw prozdrowotnych,
- ▶ dbanie o higienę i bezpieczeństwo uczniów,
- ▶ promocję zdrowego stylu życia,
- ▶ zmianę nawyków żywieniowych,
- ▶ poprawę samopoczucia społeczności szkolnej,
- ▶ promocję różnych form aktywności ruchowej.



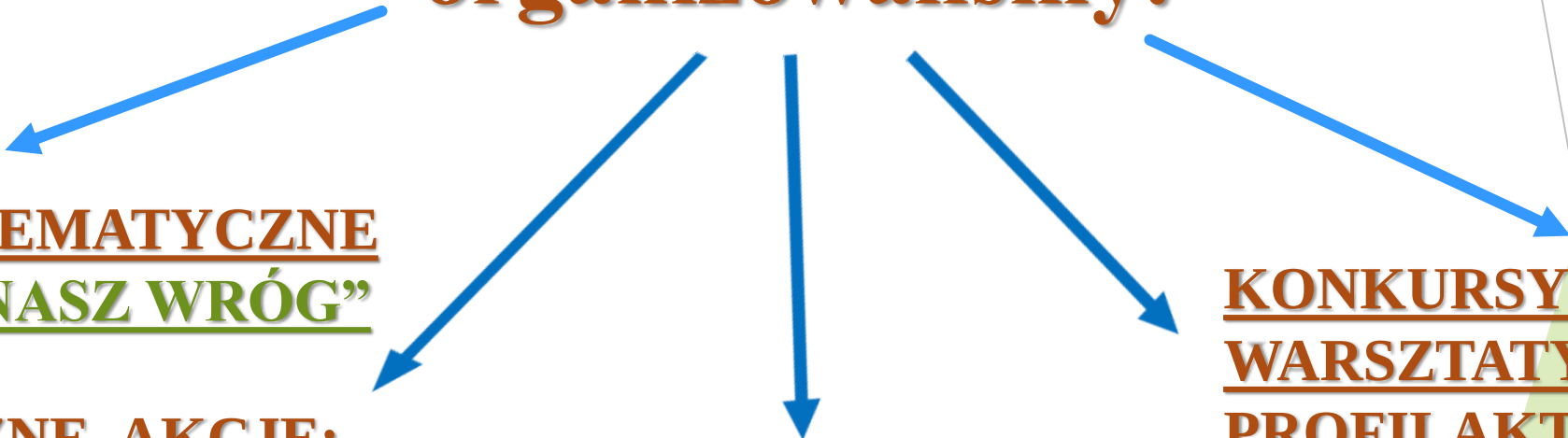
Najważniejsze obszary naszych działań to:

- **zdrowie psychiczne,**
- **aktywność fizyczna,**
- **zdrowe odżywianie.**

Zdrowie psychiczne

W ramach obszaru: ZDROWIE PSYCHICZNE

organizowaliśmy:



```
graph TD; A[organizowaliśmy:] --> B["KAMPAKIE TEMATYCZNE  
„HAŁAS TO NASZ WRÓG”"]; A --> C["CYKLICZNE AKCJE:  
„CICHA PRZERWA”  
SEKRET DOBREGO ŻYCIA”"]; A --> D["HAPPENINGI  
TEMATYCZNE"]; A --> E["KONKURSY PLASTYCZNE  
WARSZTATY  
PROFILAKTYCZNE"]; A --> F["SEKRET DOBREGO ŻYCIA”"];
```

KAMPAKIE TEMATYCZNE
„HAŁAS TO NASZ WRÓG”

CYKLICZNE AKCJE:
„CICHA PRZERWA”

SEKRET DOBREGO ŻYCIA”

HAPPENINGI
TEMATYCZNE

KONKURSY PLASTYCZNE
WARSZTATY
PROFILAKTYCZNE

ATMOSFERA W NASZEJ SZKOLE





Nauczyciele

Jasełka wystawiane przez nauczycieli



ciela
j





Teatr Scena Przyfabryczna







DZIEŃ DZIECKA SPORTU



W dniu 14 lutego
uczniowie
przygotowali
program artystyczno
– muzyczny

Walentynki



W KARNAWALE CZAS NA BALE...



Wigilia szkolna



Integracja społeczności szkolnej: wycieczki



Kolonie w Żelistrzewie



Kampania

Chociaż inni, bądźmy dla siebie tolerancyjni...

Certyfikat za udział w
Projekcie KidSpeak

Międzynarodowy Dzień
Tolerancji

Tydzień Niemiecki

Certyfikat „Szkoła
pełna zrozumienia”

Anglojęzyczna noc z
gwiazdami

Cykl: Poznajemy inne
kultury

Z bajką poznajemy
inne kultury
Projekt: Book my

Warsztaty edukacyjne
Kaleka czy COOL-awy

Międzynarodowy Dzień Tolerancji



Warsztaty edukacyjne “Kaleka czy COOL-awy”

problematyka osób z różnymi niesprawnościami



Klub ciekawych świata - spotkania z inną kulturą, językiem, religią. Warsztaty międzykulturowe.

Współpraca z organizacją
studencką AIESEC.
Wizyta wolontariuszy
z różnych krajów: Japonii,
Malezji, Armenii, Włoch,
Kolumbii, Gruzji, Kenii.



Cykl spotkań w świetlicy: „Poznajemy inne kultury”



Tydzień Niemiecki

Anglojęzyczna noc pod gwiazdami



”Book my friend”

czytamy i tworzymy w języku angielskim



Szkoła Pełna Zrozumienia

Udział w akcji organizowanej przez Stowarzyszenie "POLSKIE TOWARZYSTWO MUTYZMU WYBIÓRCZEGO" pod patronatem Rzecznika Praw Dziecka.

Uzyskanie certyfikatu SZKOŁY PEŁNEJ ZROZUMIENIA".

Udział uczniów w **"Dniu Ciszy"**, zachowanie milczenia podczas jednego dnia zajęć.



Kampania „Cicha przerwa” działania

Aktywna przerwa

Długa przerwa w plenerze

Kącki ciszy i relaksu

Melodyjne dzwonki

Aktywna przerwa



Siłownia plenerowa



Cicha przerwa



Uczniowie podczas długiej przerwy śniadaniowej mogą w ciszy zjeść, odpocząć, poczytać czy pokolorować.



Kąciki i studio ciszy

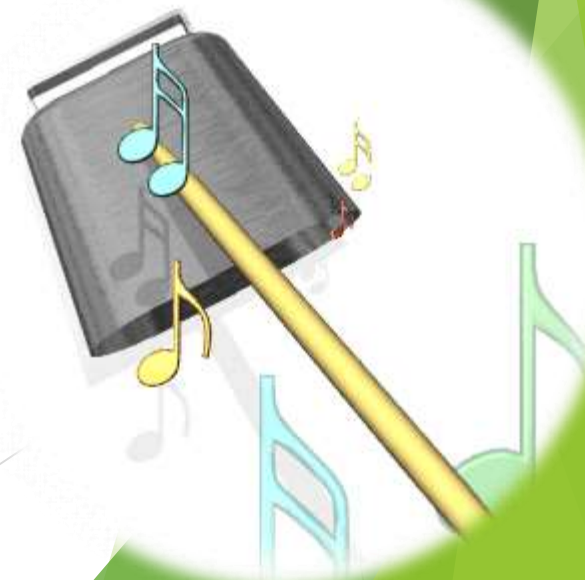
Kąciki służyły dzieciom w czasie przerw i po lekcjach.



Dzwonki melodyjne



Dzwonki w naszej szkole są bezstresowe.
Zamiast ostrych i nieprzyjemnych
dzwonków mechanicznych, które były do
tej pory.



KAMPANIA „HAŁAS TO NASZ WRÓG”

Konkursy
plastyczne

Miesiąc ciszy

Konkursy
literackie

Dzień pustej
klasy



Konkurs plastyczny

„Piktogram promujący ciszę”



„Nie dla hałasu!”

Moja wycieczka rowerowa



Dzień pustej klasy



Nauka na łonie natury



Miesiąc dobroci dla ciszy

W trakcie akcji miesiąc ciszy wybraliśmy najlepsze hasło, wiersz i znak plastyczny promujący ciszę.



Konkurs Poeta ciszy



I miejsce

*Cisza toczy wojnę z hałasem,
Pomóż jej, nie chowaj się pod
słów ształasem.*

Stań się jej sprzymierzeńcem!

Jeśli tak zrobisz,

Nie będziesz Odmieńcem!

autorka: Kinga Słupska VI b

II miejsce

*Czasem chwila ciszy, potrafi
powiedzieć więcej o człowieku,
niż tysiąc bezsensownych słów.*

autorka: Sandra Bodych kl. VII c

III miejsce

*Hałas ciszy szkodzi,
a nam z hałasu nic dobrego nie
przychodzi.*

*Dbajmy o ciszę, bo cisza jest nam
potrzebna.*

Autorka: Natalia Mazur IV e

Pięknego



śłoneczka

„Sekret Dobrego Życia” Akcje, Projekty, Konkursy Przedstawienia...



Lekcja empatii „Psie
opowieści”

Adopcja serca

Dzień życzliwości

Akcja charytatywna
#PrzytulMiś

Marzycielska poczta

Projekt Lagom

Akcje charytatywne
i wolontariat

Dzień Polskiej
Niezapominajki

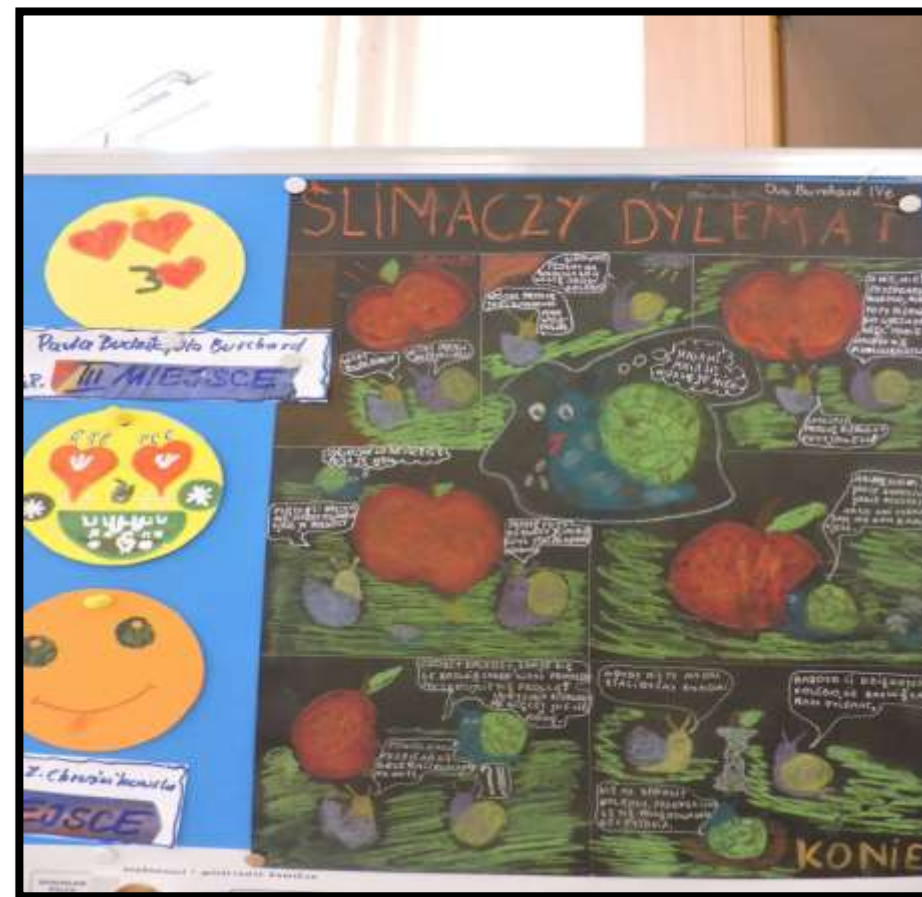
Dzień rodziny

Przyjaciele Zippiego

„Życzliwy na co dzień”.

Prezentacja podstawowych zasad zgodnego współdziałania
w szkole i na podwórku.





Marzycielska poczta

Ogólnopolska akcja wysyłania listów
i kartek do ciężko chorych dzieci



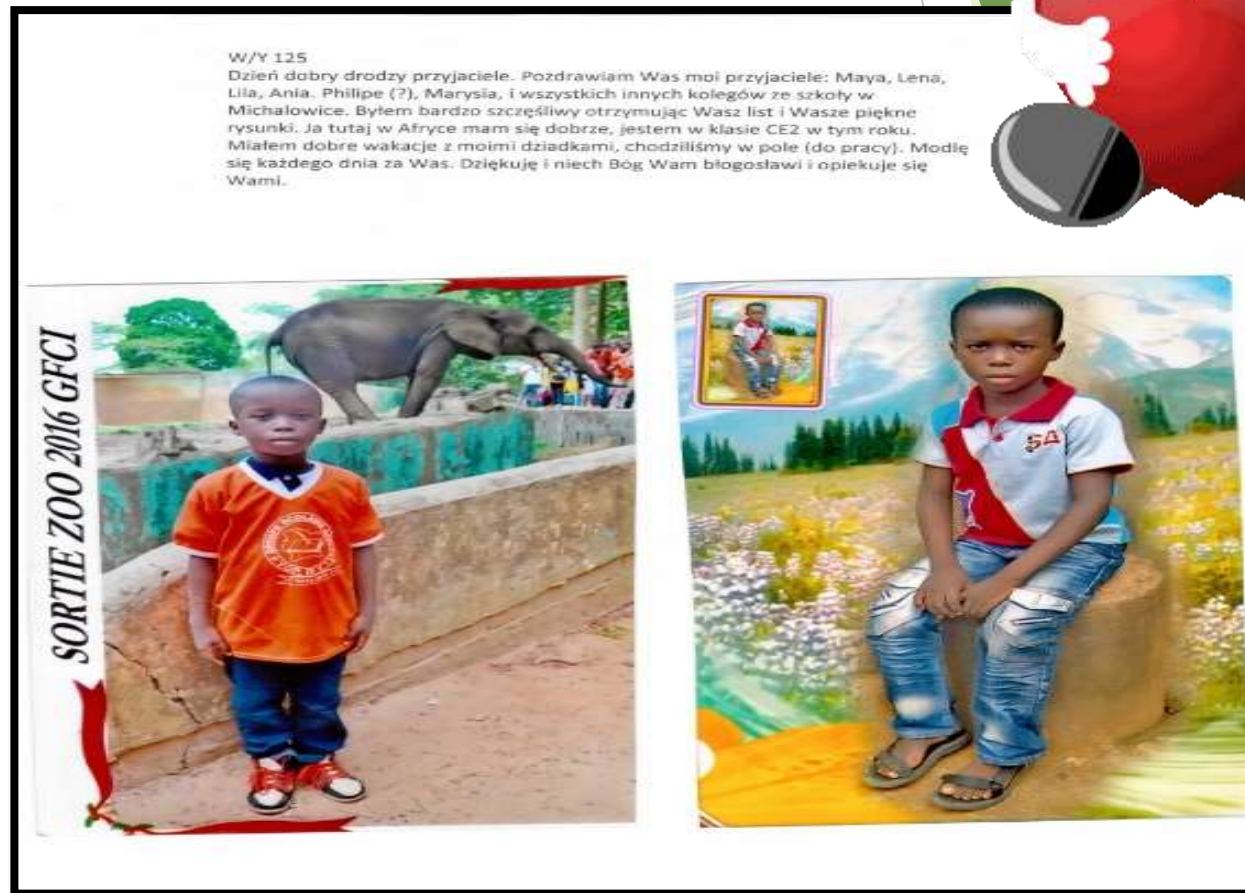
Projekt Lagom

Szwedzka filozofia umiaru, sekret dobrego życia



Adopcja Serca

W ramach programu Adopcji Serca nasza świetlica finansuje chłopcu edukację.



Dzień Rodziny



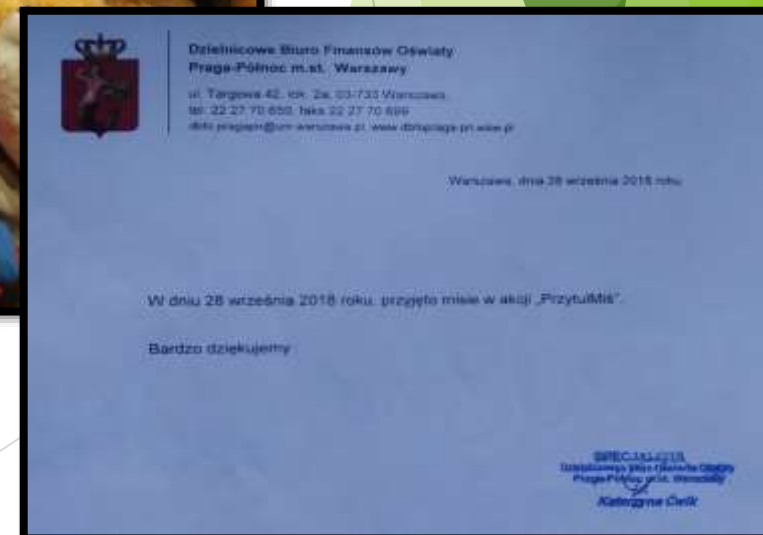
W rodzinie
jest nasza
siła





Akcja charytatywna #PrzytulMiś

Zbiórka maskotek dla
dzieci w sytuacjach
wymagających pomocy
Zespołów Ratownictwa
Medycznego.



Akcje charytatywne i wolontariat



Promujemy zdrowie psychiczne razem z Zippim



Aktywność fizyczna

Nauka
pływania

Igrzyska
zimowe

Mazovia Cup

Klub
zdrowie

Rozgrywki
gminne
i powiatowe

Goście
specjalni

Karta
multisport

Dzień
Dziecka
i Sportu

Współpraca
z Ośrodkiem Szkolno-
Wychowawczym w
Pruszkowie

Konkurs na
najbardziej
usportowioną
klasę

Klub
sportowy
Jaguar

Rodzice promują aktywność fizyczną



Dla

Szkoły Podstawowej w Michałowicach

Za zajęcie 11 miejsca

*w Mistrzostwach Powiatu Pruszkowskiego
Szkół Podstawowych*

*w rozgrywkach sportowych ramach XIX Mazowieckich
Igrzysk Młodzieży Szkolnej
w roku szkolnym 2016/2017*

Turnieje piłki ręcznej o Puchar Wójta Gminy Michałowice



MAZOVIA

MAZOVIA



Igrzyska zimowe



Nauka pływania





JAGUAR



Klub Sportowy Zdrowie



Profilaktyka wad postawy



Goście specjalni

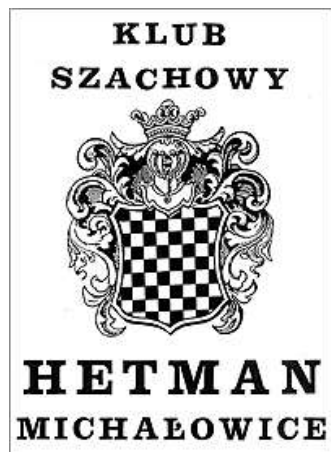
J

Joanna Różańska
wielokrotna Mistrzyni Polski w kickboxingu



Współpraca z Ośrodkiem Szkolno - wychowawczym w Pruszkowie





KLUB SZACHOWY HETMAN



Multi Karta dla nauczycieli i innych pracowników szkoły



**PROGRAM BADAŃ
PRZESIEWOWYCH
SŁUCHU**

**PIERWSZA POMOC
PRZEDMEDYCZNA**

**BEZPIECZNE
WAKACJE**

**PROGRAMY
PROFILAKTYCZNE**

**POZNAJEMY
ZAWODY RODZICÓW**

**KONKURSY
PLASTYCZNE**

PoZdro
OGÓLNOPOLSKI
PROGRAM
PROFILAKTYKI
CUKRZICY I CHORÓB
CYWILIZACYJNYCH

JESTEM
BEZPIECZNY
W SZKOLE
I W DOMU

ZAKAZ UŻYWANIA
TELEFONÓW
KOMÓRKOWYCH W
SZKOLE





OGÓLNOPOLSKI PROGRAM PROFILAKTYKI CUKRZYCY
I CHOROŢ CYWILIZACYJNYCH





**Badania słuchu
pierwszoklasistów
z Mazowsza
Instytut Fizjologii i Patologii
Słuchu**



Programy profilaktyczne dla dzieci i młodzieży

- ▶ „Spójrz inaczej”, „Cukierki”, „Przyjaciele Zippiego”, „Mobbing szkolny czyli przemoc psychiczna”, „No drugs”, „Bezpieczeństwo sprawą nas wszystkich”, „Zagrożenia cyberprzestrzeni, żyjesz dla siebie czy dla smartfona?”, „Między nami kobietkami”, „Między nami chłopakami”
- ▶ „Magiczne kryształy”, „Razem łatwiej”, „Warsztaty umiejętności psychospołecznych”, „W niebezpiecznej sieci”, „Odczuwaj, ufaj, mów”, „Definitywnie nie”.
- ▶ „Zagrożenia XXI wieku”, „Sieciowa zagroda”, „Emocje- znam, rozpoznaję, nazywam”, „Dopalacze vs. Życie”, lekcje profilaktyczne w Stołecznym Ośrodku dla Osób Nietrzeźwych.

Programy profilaktyczne dla rodziców

Szkoła dla rodziców- trzyletni
cykl warsztatów umiejętności
wychowawczych

Spotkania dla rodziców:
zagrożenia dotyczące
cyberprzemocy:
„Niebezpieczeństwa płynące
z Internetu”



Programy realizowane we współpracy z Powiatową Stacją Sanitarno- Epidemiologiczną w Pruszkowie



AKCJA ŚWIETLICY SZKOLNEJ „POZNAJEMY ZAWODY RODZICÓW ZWIĄZANE ZE ZDROWIEM”



SPOTKANIE Z ORTODONTĄ



SPOTKANIE Z ORTOPEDĄ

**Jestem bezpieczny w szkole,
w domu i na drodze**





PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA



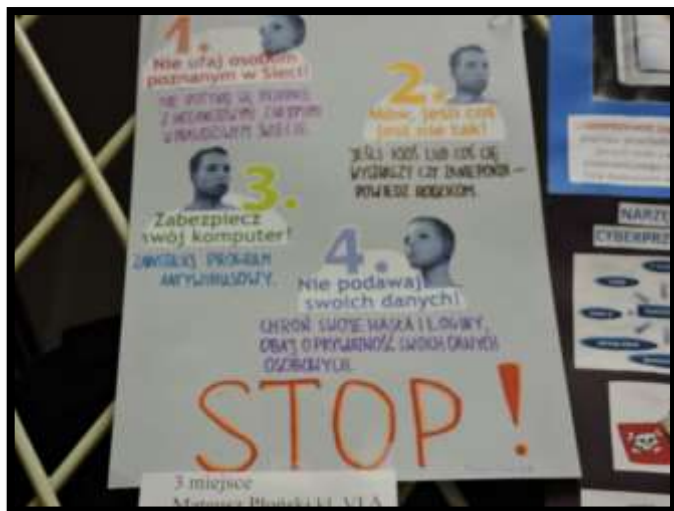
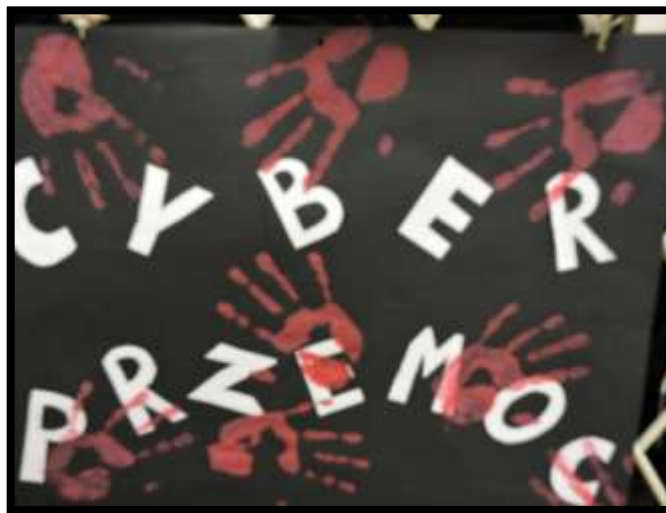
Bezpieczne ferie



Bezpieczeństwo w sieci



„Stop cyberprzemocy”



Mądre wybory



Program „Chronimy Dzieci”



DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ

Warsztaty dla rodziców

Jak być dobrym i skutecznym rodzicem?



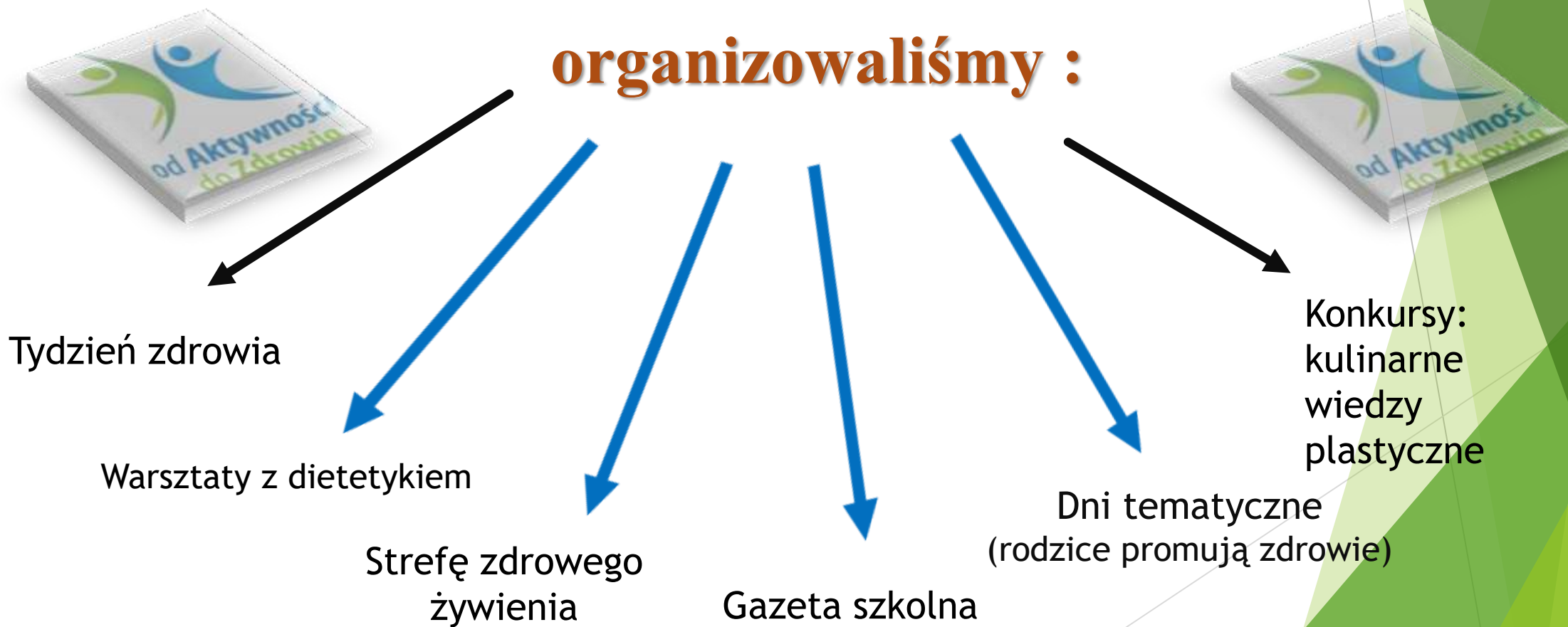
Zajęcia indywidualne i grupowe z psychologiem i pedagogiem szkolnym



Zdrowe odżywianie

W ramach obszaru: **ZDROWE ODŻYWIANIE**

organizowaliśmy :



Gazetka szkolna

SAŁATKA ZE ŚWIEŻYCH POMIDORÓW



- 3 pomidory malinowe
- 2 żółte pomidory
- kilka pomidorków koktajlowych
- listki świeżej bazylii

SOS:

- łyżka octu balsamicznego
- 3 łyżki oliwy
- łyżeczka miodu
- szczypta soli morskiej

WAGAROWICZ

MARZEC, KWIECIEŃ 2019 NR 85 - 86
WYDANIE SPECJALNE



*Zapraszamy do współpracy.
Redakcja*

ZDROWIE



DZBAN ZIMNEJ WODY
DLA NASZEJ URODY
GDY SIĘ CHCE ŻYĆ
ZDROWIE MUSI BYĆ

ODŻYWIAĆ SIĘ ZDROWO
BY ŚWIAT BYŁ CAŁY NA RÓŻOWO

Rodzice promują zdrowie



Spotkania z dietetykiem

DLACZEGO POWINNIŚMY UNIKAĆ CUKRU?

- ✓ dostarczanie zbyt dużej ilości kalorii z jedzeniem
- ✓ obecne spożycie w Polsce to 41kg/osobę/rok (!)
- ✓ mniejszy apetyt na wartościowe jedzenie
- ✓ ryzyko próchnicy i nadwagi
- ✓ ryzyko chorób serca, cukrzycy i nowotworów



Strefa zdrowego żywienia



Wspólne śniadania „Śniadaniówka daje moc”



Tydzień zdrowia



Konkursy kulinarne

Każdą kaszę chętnie zjemy, zaraz ją przygotujemy...



Konkursy plastyczne promujące zdrowe odżywianie

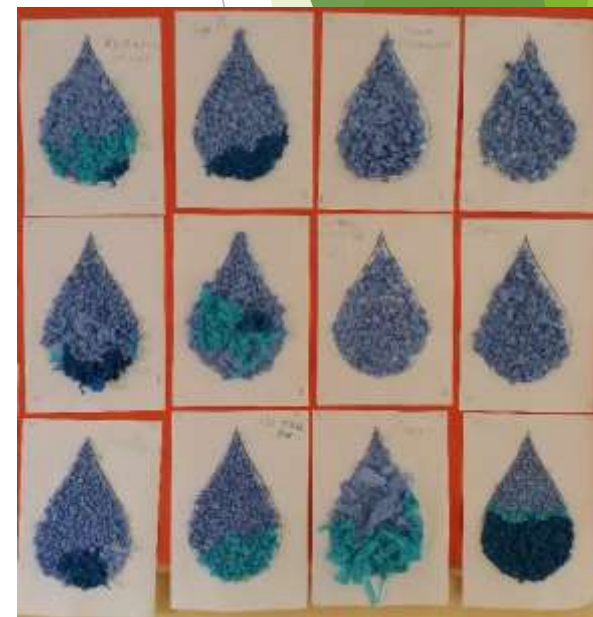


Dzień marchewki

Dzień jabłka

Dzień wody

Dzień warzyw i owoców



Europejski program
*Owoce
w szkole*



Działania samorządu szkolnego

KIERMASZ CIASTECZEK OWSIANYCH





PODSUMOWUJĄC NASZĄ DZIAŁALNOŚĆ W RAMACH PROJEKTU „SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE”,

MOŻEMY ŚMIAŁO STWIERDZIĆ,
ŻE UDAŁO NAM SIĘ

- *wielokrotnie rozweselić nasze dzieciaki 😊*
- *zmobilizować uczniów do aktywności fizycznej*
- *przekazać wiele ciekawych informacji*
- *zaktywizować Samorząd Uczniowski*
- *zaangażować rodziców w życie szkoły*

Konkurs Gminny „Zdrowo i aktywnie w Gminie Michałowice”

