

**PRZYKŁAD DOBREJ PRAKTYKI**  
**do opublikowania na stronie internetowej Kuratorium Oświaty w Kielcach**

Imię i nazwisko dyrektora szkoły:

Beata Cebula

Pełna nazwa szkoły, w której realizowane jest działanie:

Publiczna Szkoła Podstawowa w Waśniowie

Adres:

Kunowska 2

27-425 Waśniów

Strona internetowa: <https://pspwasniow.szkolnastrona.pl/>

Tel.: 41 26 46 025

E-mail: [szkola.podstawowa@psp-wasniow.com.pl](mailto:szkola.podstawowa@psp-wasniow.com.pl)

Imię i nazwisko, stanowisko osoby odpowiedzialnej za wartość merytoryczną publikacji:

Jolanta Loranty, Maria Kurek, Stella Drożdzał, Barbara Loranty

Zakres działania:

*(proszę zaznaczyć „x” właściwe pole)*

- Edukacja, dydaktyka
- Wychowanie, opieka i profilaktyka
- Zajęcia wspomagające rozwój ucznia
- Organizacja i zarządzanie
- Działania innowacyjne
- Nauczanie zdalne
- Inne obszary *(określić jakie)*

Temat dobrej praktyki:

Zdrowie nie tylko w mowie – na talerzu i w głowie.

Czas/okres realizacji:

Październik 2024 –marzec 2025, część działań znalazła swoje stałe miejsce w kalendarzu imprez szkolnych.

Cele działania:

- Promowanie zdrowego stylu życia i świadomości ekologicznej wśród uczniów, rodziców i nauczycieli.
- Rozwijanie aktywności fizycznej oraz kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych poprzez praktyczne działania (rajdy, warsztaty kulinarne, zajęcia sportowe).
- Rozwijanie kluczowych kompetencji uczniów - komunikacji, współpracy, kreatywnego i krytycznego myślenia oraz odpowiedzialności - poprzez pracę zespołową przy realizacji projektów szkolnych.
- Wspieranie kreatywności i samodzielności uczniów (np. podczas przygotowywania posiłków, projektowania materiałów edukacyjnych).
- Budowanie integracji i współpracy całej społeczności szkolnej i lokalnej przez wspólne inicjatywy edukacyjne (spotkania, zabawy, nocowanie), co sprzyja wzmocnieniu więzi międzypokoleniowych.
- Uwrażliwienie na wartości związane ze zdrowiem, naturą i wspólnotą - zgodnie z założeniami edukacji zdrowotnej promującej zdrowe wybory i empatię.
- Integrowanie środowiska szkolnego.
- Promocja osiągnięć uczniów, promocja szkoły w środowisku lokalnym.
- Promocja aktywnego spędzania czasu wolnego.

Szczegółowy opis działania:

Główną inspiracją do realizacji projektu stała się troska uczniów i nauczycieli o zdrowe odżywianie i aktywność fizyczną. Pierwszym etapem działań było zorganizowanie rajdu integracyjnego do miejscowego kamieniołomu - wycieczki pieszej promującej ruch na świeżym powietrzu oraz zachęcającej do poznawanie lokalnych walorów przyrodniczych okolicy Gór Świętokrzyskich. Uczniowie wraz z opiekunami planowali trasę i przygotowywali zadania terenowe, co rozwijało umiejętności współpracy, obserwacji przyrody oraz odpowiedzialności za wspólne działania. Podczas rajdu obowiązkiem było prowadzenie rozmowy na temat zdrowego stylu życia i roli aktywności fizycznej w dbaniu o dobre samopoczucie. W kolejnej fazie projektu zorganizowano warsztaty uczniowskie połączone z noclegiem na hali sportowej. Poświęcono je problematyce związanej z nadmiernym spożyciem cukru, zaletom miodu i zasadom zdrowego żywienia. Starsi uczniowie samodzielnie przygotowywali miodowe degustacje. Prezentowali różne odmiany miodu, zaprosili specjalnego gościa - miejscowego pszczelarza, który opowiedział o jego zaletach. Uczennice prowadzące warsztaty przebrały się za królowe pszczoły, a grupy robocze wykonały plakaty promujące pszczelarstwo i wywiesiły je na holu szkoły. Podczas warsztatów omawiano również negatywne skutki spożywania cukru. Aby ostatecznie się z nim rozstać na pożegnanie wszyscy zjedli słodką watę - niestety ... cukrową, żeby sprawdzić, z jakiej to niezdrowej substancji przygotowuje się ten niewinnie wyglądający puch. Zajęcia znacząco podniosły świadomość młodzieży w zakresie racjonalnego odżywiania. Kolejny

warsztat odbył się z udziałem lokalnych pasjonatów zdrowego stylu życia, a były to „fit czarownice”, które dzieliły się przepisami kulinarnymi na zdrową żywność. Warto nadmienić, że czarownice pochodziły z okolic Gór Świętokrzyskich. Na podstawie ich tradycyjnych przepisów uczniowie zaplanowali menu, robili zakupy i wspólnie przygotowywali zdrowe kanapki warzywne, sałatki owocowe i soki. Ten etap projektu uczył odpowiedzialności, higieny pracy w kuchni oraz samodzielności, jednocześnie promując zasady zdrowego odżywiania w praktyce. Wynikiem tych zabiegów był „fit szwedzki stół” skupiający na wspólnym posiłku pracowitych uczniów, pracowników obsługi, nauczycieli opiekunów i dyrekcję szkoły. Na zakończenie warsztatów wszyscy uczestnicy otrzymali certyfikat FIT z lakową pieczęcią, a pani dyrektor w uroczystym kodeksie zdrowia zobowiązała się do zorganizowania „herbacianych spotkań” raz w miesiącu na długiej przerwie ze wszystkimi uczniami szkoły. Do obsługi przygotowanych wcześniej werników zgłosili się nauczyciele, a fit czarownice przeprowadziły kilka integracyjnych zabaw. Wydarzenie spotkało się z niezwykle pozytywnym odzewem szkolnej społeczności i w środowisku lokalnym. Przerwa na herbatkę wejdzie do kalendarza imprez integrujących szkolną społeczność na stałe w okresie przedświątecznym. Do udziału w organizacji picia herbaty zgłosiło się wielu chętnych rodziców i przedstawicieli gospodarzy gminy. Dodatkową atrakcją integrującą uczniów był pokaz mody w wykonaniu mumii powstałych w wyniku owinięcia wybranych uczniów papierem toaletowym. Wiele radości dostarczyły ciekawe i humorystyczne wywiady z mumiami dotyczące przepisu na długowieczność. Należy dodać, że wszystkim tym działaniom towarzyszyły dwujęzyczne ulotki, banery, reklamy i prezentacje w języku angielskim i polskim.

Opis uzyskanych efektów:

Realizacja projektu przyniosła wymierne efekty edukacyjne i wychowawcze. Tego typu akcje przeprowadzone w sposób niezwykle humorystyczny, aktywny i przy zdecydowanym zaangażowaniu uczniów sprawiają, że młodzież lepiej identyfikuje się ze współczesnymi problemami - w tym zdrową dietą, zdrowym stylem życia, nadmiaru cukru w diecie i docenia wartość naturalnych produktów (np. miodu, owoców, warzyw). Ugruntowała się wiedza dzieci na temat higieny, racjonalnego żywienia i potrzeby regularnej aktywności fizycznej, co widocznie wpłynęło na ich codzienne nawyki. Równocześnie zauważyliśmy rozwój kompetencji kluczowych uczniów. Praca w grupach projektowych wzmocniła umiejętność komunikacji, współpracy i empatii. Realizując praktyczne zadania - przygotowując zdrowe potrawy, tworząc plakaty edukacyjne czy planując wydarzenia szkolne - uczniowie stymulowali kreatywne myślenie, planowali kolejne kroki i podejmowali inicjatywy. Zyskiwali w ten sposób samodzielność i odpowiedzialność za powierzone zadania, co budowało ich pewność siebie oraz motywację do działania. Uczestnictwo w interdyscyplinarnych projektach edukacyjnych istotnie rozwija umiejętności społeczne i twórcze uczniów. Projekt znacząco wpłynął także na integrację społeczności szkolnej. Wspólne zabawy, warsztaty, długie przerwy na herbatkę, rajdy i nocowanie zespołity uczniów z różnych klas oraz zaangażowały rodziców - wiele rodzin z entuzjazmem włączyło się w przygotowania i realizację projektu. Dzięki temu zacieśniło się poczucie, że jesteśmy

szkolną rodziną, co przełożyło się na lepszą współpracę międzypokoleniową i lokalną solidarność. Tego rodzaju działania nie tylko poszerzają wiedzę ekologiczną i zdrowotną, ale przede wszystkim budują poczucie więzi w społeczności szkolnej i lokalnej. Szkoła to miejsce nauki, miłych spotkań i dobrej zabawy.

Wnioski z realizacji:

Wnioski płynące z realizacji projektu są bardzo pozytywne. Połączenie różnorodnych działań edukacyjnych okazało się skuteczną strategią - nauka przez doświadczenie sprzyja aktywnemu utrwalaniu wiedzy i umiejętności. Zaangażowanie uczniów jako współinicjatorów projektów znacząco podniosło ich motywację oraz sprawiło, że podejmowane działania odpowiadały realnym potrzebom młodzieży. Praca metodą projektu wzmacnia poczucie odpowiedzialności za zadania oraz uczy planowania wspólnej pracy zespołowej. Zróżnicowanie form (rajd, warsztaty, gry i działania artystyczne) pozwoliło uwzględnić zainteresowania i mocne strony uczniów, każdy mógł znaleźć zajęcie odpowiadające swoim predyspozycjom. Kluczowa okazała się także ścisła współpraca z rodzicami i przedstawicielami lokalnej społeczności - dzięki temu projekt zdobył dodatkowe zasoby (własne, finansowe i merytoryczne), a jego efekty były bardziej widoczne i trwałe. Wszystkie działania mogą być swobodnie wpisane do szkolnego planu pracy (np. jako tematyka świąt szkolnych lub dni zdrowia) oraz powiązane z podstawą programową (przyroda, biologia, geografia, historia regionu, język polski, język angielski, chemia, matematyka, edukacja zdrowotna, muzyka, plastyka, wychowanie fizyczne), co zapewni ich dalszą ciągłość. Ponadto projekt utrwalił wartość podejścia interdyscyplinarnego - łącząc treści przyrodnicze, zdrowotne i społeczne, pokazał uczniom związki między przedmiotami. Wartością dodaną była również aktywna część sportowa - promocja ruchu i zdrowego stylu życia przy każdym spotkaniu. Zajęcia międzyklasowe sprzyjały integracji szkolnej społeczności, uczyły pracy w zespole, odpowiedzialności i planowania działań, czyli kompetencji kluczowych w XXI wieku.

Na czyje potrzeby odpowiada zrealizowany przykład dobrej praktyki (np.: uczniów, rodziców, nauczycieli, administracji placówki, społeczności lokalnej)? *(Proszę o udzielenie odpowiedzi pełnym zdaniem).*

Projekt odpowiada na potrzeby wielu środowisk związanych ze szkołą. Zaspokaja oczekiwania uczniów, którzy poszukują atrakcyjnych i praktycznych form nauki oraz możliwości czynnego uczestnictwa w życiu szkoły. Spełnia potrzeby rodziców, pragnących aktywnie współuczestniczyć w edukacji swoich dzieci i wspierać ich zdrowy rozwój. Jednocześnie projekt jest odpowiedzią na oczekiwania nauczycieli, którzy szukają efektywnych metod rozwijania kompetencji kluczowych uczniów oraz integracji wiedzy przedmiotowej z działaniem praktycznym. Wreszcie, inicjatywa

wpisuje się w potrzeby polityki oświatowej i społeczności lokalnej, promując zdrowy styl życia, profilaktykę oraz integrację pokoleń i promocję regionu. Dzięki temu projekt stanowi wartościowe wsparcie dla wizerunku i działań wychowawczo – profilaktycznych szkoły.

W jaki sposób zostanie zapewniona ciągłość/trwałość/cykliczność działań zrealizowanych w ramach dobrej praktyki?

Kontynuację i trwałość projektu zapewni wpisanie niektórych działań do stałego kalendarza szkolnego. Coroczne imprezy (rajdy, warsztaty zdrowotne, tematyczne spotkania) staną się szkolną tradycją, tworząc nieprzerwany cykl edukacji prozdrowotnej. Kolejne edycje projektu mogą być przygotowywane przez zmieniające się zespoły uczniów i nauczycieli - na przykład uczniowscy „mistrzowie zdrowia” przejmą organizację warsztatów dla młodszych koleżanek i kolegów, co zapewni wymianę doświadczeń i świeżą perspektywę. Regularnie będą również odbywać się wspólne spotkania integracyjne i zajęcia sportowe, które wzmocnią już wypracowane nawyki i więzi społeczne. Dodatkowo zaplanowano systematyczną dokumentację działań (relacje w mediach szkolnych), co ułatwi propagowanie doświadczeń i inspirowanie kolejnych uczniów do udziału. Kluczowe będzie także utrzymywanie współpracy z rodzicami. Taka strategia, uwzględniająca ciągłą wymianę doświadczeń i zaangażowanie społeczności, pozwoli zachować długofalowość projektu i jego pozytywny wpływ na szkołę.

Instytucje wspomagające realizację dobrej praktyki:

Realizację projektu wspomagały wszystkie środowiska związane ze szkołą- uczniowie, rodzice, nauczyciele, dyrekcja, przedstawiciele gospodarzy Gminy. Pełne zaangażowanie całej społeczności zaowocowało, sprawnym, bogatym w efekty przedsięwzięciem edukacyjnym.

Trudności w realizacji (*ewentualne wskazówki w kwestii rozwiązywania problemów*):

Dzięki wzajemnym zrozumieniu potrzeb i niewielkiemu wsparciu finansowym ze strony Rady Rodziców projekt nie napotkał na trudności w realizacji. Zajęcia były realizowane na zasadzie dobrowolności, dlatego też nie było problemów organizacyjnych. Wszyscy uczniowie aktywnie się włączyli w przygotowania, motywowali i zapraszali swoich kolegów. Taka strategia pomagała budować pewność siebie i zachęcała mniej aktywnych uczniów do współpracy.

Uzasadnienie zgłoszenia:

Nasz projekt stanowi wartościowy przykład interdyscyplinarnej nauki poprzez zabawę. Realizowane działania doskonale wpisują się w ideę uczenia przez doświadczenie. Uczniowie zdobywali wiedzę

z zakresu wielu przedmiotów w sposób praktyczny, co znacząco zwiększa efektywność nauki. Jednocześnie projekt ma charakter interdyscyplinarny - łączy treści przyrodnicze, kulinarne i sportowe z elementami edukacji językowej i artystycznej, co pokazuje uczniom związki między różnymi przedmiotami szkolnymi. Dzięki temu uczniowie rozwijają nie tylko wiedzę merytoryczną, ale również kompetencje społeczne i obywatelskie. Zrealizowane działania promują idee edukacji prozdrowotnej i proekologicznej, kształtując wśród młodzieży postawy odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych. Projekt angażuje całą społeczność szkolną, co przekłada się na wzrost świadomości uczniów oraz integrację pokoleń - wartości te odpowiadają potrzebom zarówno edukacji szkolnej, jak i lokalnego środowiska. Ponadto inicjatywa została zaplanowana w sposób niewymagający znacznych nakładów finansowych ze strony szkoły (większość kosztów pokrywają rodzice), co ułatwia jej odtworzenie w innych placówkach. Elastyczność formuły projektu sprawia, że można go adaptować do różnych tematów i przedmiotów - wystarczy zmienić np. temat warsztatów czy formę wydarzeń przy zachowaniu zasad pracy projektowej. Jesteśmy przekonani, że osiągnięte rezultaty i zaangażowanie całej społeczności szkolnej czynią ten projekt przykładem dobrej praktyki godnym upowszechnienia. Wierzymy, że realizacja podobnych inicjatyw w innych szkołach przyniesie wymierne korzyści - edukacyjne, wychowawcze i zdrowotne.

Wykaz załączników:

- oświadczenie dyrektora;
- zdjęcia z działań w ramach dobrej praktyki.

*Wyrażam zgodę na opublikowanie na stronie internetowej Kuratorium Oświaty w Kielcach przedstawionego przykładu dobrej praktyki.*

Waśniów, dn. 08.10.2025 r.

*Miejscowość, data:*

*Z poważaniem  
Imię i nazwisko podpisującego  
Stanowisko podpisującego*

*(podpisano elektronicznie)*