**ARKUSZ OCENY EFEKTÓW DZIAŁAŃ**

**80**

**Dobre samopoczucie w szkole**

(część E ankiety)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Badana grupa** | **Średnia**  **liczba punktów** | **Najważniejsze lub najczęściej powtarzające się czynniki wpływające na samopoczucie**  (dotyczy odpowiedzi na pytania otwarte  w ramkach) | | **Przyczyny nieudzielenia odpowiedzi na pytania otwarte** |
| **DOBRZE** | **ŹLE** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Uczniowie** Liczba zbadanych: **79** | **2,3** | * Spotkania ze znajomymi, przyjaciółmi, koleżankami i kolegami * Mili, wspierający nauczyciele * Dobra atmosfera i poczucie bezpieczeństwa * Przerwy i czas wolny | * Dużo sprawdzianów, kartkówek  i stres związany z nauką * Nieprzyjazne relacje rówieśnicze  i zachowania innych uczniów * Złe ogólne samopoczucie  w szkole * Wczesne wstawanie / organizacja planu lekcji * Niektórzy nauczyciele / faworyzowanie / niesprawiedliwość | Brak odpowiedzi: 6/9  Nie mają ochoty  na zastanawianie się  i wpisywanie odpowiedzi. |
| **Nauczyciele** Liczba zbadanych: **35** | **4,7** | * Przyjazna atmosfera pracy * Dobre relacje i współpraca  z zespołem oraz dyrekcją * Możliwość rozwoju zawodowego * Dobra organizacja i jasne zasady pracy | * Nadmierne i nierówno rozłożone obowiązki * Trudni uczniowie * Hałas i niska kultura zachowania podczas przerw | Brak odpowiedzi: 9/19  Ankiety wypełniają  w pośpiechu. Nie lubią tego robić. |
| **Pracownicy niepedagogiczni** Liczba zbadanych:  **8** | **3,7** | --- | --- | Brak odpowiedzi: 8/8  Obawiają się wpisywać odręcznie szczere odpowiedzi, ze względu na możliwość identyfika­cji. |
| **Rodzice** Liczba zbadanych: **57** | **4** | * Życzliwa, bezpieczna i przyjazna atmosfera w szkole * Dobra, empatyczna współpraca  z nauczycielami i wychowawcą * Otwartość i wsparcie ze strony dyrekcji * Troska o dziecko i jego rozwój oraz samopoczucie | * Brak negatywnych doświadczeń / brak zastrzeżeń *(wielu rodziców  nie dostrzega niepokojących sytuacji)* * Brak dyscypliny i niepokojące zachowania uczniów *(pojedyncze odpowiedzi)* * Problemy z komunikacją  i podejściem niektórych nauczycieli *(pojedyncze odpowiedzi)* | Brak odpowiedzi: 18/25  Nie mają ochoty  na zastanawianie się  i wpisywanie odpowiedzi; tłumaczą się brakiem czasu. |
| **Średnia liczba punktów**  **dla czterech grup** | **3,7** |  | | |

#### Elementy wymagające poprawy:

#### Relacje rówieśnicze – dokuczanie, wykluczanie, brak zaufania i życzliwości.

#### Zbyt duże i nierównomierne obciążenie obowiązkami, presja czasu i zmęczenie.

**Problem priorytetowy:**

#### Nieprzyjazne relacje wśród uczniów pogarszające atmosferę w klasie, obniżające poczucie bezpieczeństwa i negatywnie wpływające na zaangażowanie w życie szkoły.

Data: 18.05.2025 r. Podpis szkolnego koordynatora …...…………………………

**Podejmowanie działań dla umocnienia zdrowia**

(część F ankiety)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Badana grupa** | **Średni odsetek odpowiedzi *Tak*** | **Działania dla umacniania zdrowia podejmowane** | |
| **NAJCZĘŚCIEJ** | **NAJRZADZIEJ** |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Uczniowie** Liczba zbadanych: **79** | **75,5%**  4 pkt. | **Uczniowie** starają się:   * w ciągu dnia znajdować czas na odpoczynek, przyjemne zajęcia (np. zabawa, hobby), * bardziej dbać o higienę osobistą (np. czyścić zęby co najmniej 2 razy dziennie, często myć ręce), * być bardziej aktywni fizycznie, * myśleć o sobie pozytywnie, * zwracać uwagę na sposób odżywiania, * rozwiązywać pokojowo nieporozumienia  z kolegami. | **Uczniowie** mają problem z:   * ograniczaniem czasu spędzanego przy komputerze, tablecie, smartfonie, na oglądaniu telewizji, * proszeniem kogoś o pomoc w sytuacjach trudnych. |
| **Nauczyciele** Liczba zbadanych: **35** | **83,3%**  4 pkt. | **Nauczyciele** zwracają większą uwagę na:   * utrzymywanie dobrych relacji z bliskimi osobami (np. rodziną, znajomymi). * szukanie pozytywów zarówno w sobie, jak  i w innych ludziach (np. w uczniach, współpracownikach, rodzinie, znajomych), * prawidłowe odżywianie (np. jem codziennie śniadanie, owoce i warzywa, piję więcej mleka  lub kefiru/jogurtu, ograniczam słodycze, tłuszcz, sól), * współpracę i wzajemne wspieranie się w trudnych sytuacjach, * rozwijanie w sobie umiejętności radzenia sobie  ze stresem, napięciami. | **Nauczyciele** mają problem z:   * systematycznym wykonywanie samobadania  (np. masy ciała, ciśnienia tętniczego, kobiety – piersi; mężczyźni – jąder), * byciem aktywnymi fizycznie. |
| **Pracownicy niepedagogiczni** Liczba zbadanych:  **8** | **64,8%**  3 pkt. | **Pracownicy niepedagogiczni** starają się:   * być bardziej aktywni fizycznie, * utrzymywać dobre relacje z bliskimi osobami  (np. rodziną, znajomymi), * rozwijać umiejętności radzenia sobie ze stresem, napięciami. | **Pracownicy niepedagogiczni** mają problem z:   * wyeliminowaniem zachowań ryzykownych  dla zdrowia, np. rzuciłam/-em palenie,  nie nadużywam alkoholu, lub podjęłam/-jąłem próby w tym kierunku, * zwracaniem się do innych ludzi o pomoc,  gdy mają jakiś trudny problem do rozwiązania, * znajdowaniem częściej czasu na relaks / odpoczynek. |
| **Średni odsetek odpowiedzi *tak* dla trzech grup** | **74,5%**  3 pkt.. |  | |

**Wnioski do dalszych działań:**

* Kontynuować działania promujące zdrowy styl życia, ze szczególnym uwzględnieniem regenerującego odpoczynku i aktywności fizycznej jako alternatyw dla nadmiernego korzystania z urządzeń elektronicznych.
* Zaplanować nowe, ciekawe inicjatywy dotyczące szeroko pojętego zdrowia, które będą realizowane przez całą społeczność szkolną (uczniowie, nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni, rodzice uczniów).
* Zorganizować spotkania ze specjalistami skierowane do całej społeczności szkolnej, których celem będzie zwiększenie świadomości w zakresie profilaktyki zdrowotnej, promocji zdrowego stylu życia oraz rozwijanie umiejętności świadomego i regenerującego odpoczynku.

Data: 18.05.2025 r. Podpis szkolnego koordynatora …...…………………………