

**Załącznik V**

**ARKUSZ OCENY EFEKTÓW DZIAŁAŃ**

**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: 29 | **3,3** | **-** dobra atmosfera**-** przerwy na zewnątrz**-** mili nauczyciele**-** dobre relacje z rówieśnikami | **-** dużo zadań domowych- dużo lekcji- stres |  |
| **Nauczyciele**Liczba zbadanych: 40 | **4,6** | - przyjazna atmosfera- dobre relacje ze współpracownikami- dobre relacje z dyrekcją | - hałas- chaos organizacyjny- stres- niedocenianie pracowników- ciężka współpraca z niektórymi rodzicami-nadmiar dokumentów |  |
| **Pracownicy niepedagogiczni**Liczba zbadanych: 6 | **5** | **-** dobre relacje ze współpracownikami | **-** stres |  |
| **Rodzice uczniów**Liczba zbadanych: 40 | **4** | **-** kameralna szkoła- miła atmosfera- zadbany, czysty budynek- dobra infrastruktura wokół szkoły- życzliwi nauczyciele- dzieci czują się bezpiecznie- dostępność nauczycieli nawet po skończonych lekcjach-życzliwe i pomocne panie woźne | **-** zbyt dużo uczniów, przepełnione klasy- mało wycieczek- automat zamiast sklepiku szkolnego |  |
| **Średnia liczba punktów** dla czterech grup | **4,2** |  |  |

**Elementy wymagające poprawy:** zmniejszenie hałasu, ograniczenie ilości zadań domowych

**Problem priorytetowy: Brak umiejętności radzenia ze stresem.**

**Podejmowanie działań dla umacniania zdrowia (część F ankiety)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Badana grupa** | **Odsetek odpowiedzi** ***Tak*** | **Działania dla umacniania zdrowia podejmowane**  |
| **NAJCZĘŚCIEJ** | **NAJRZADZIEJ** |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Uczniowie**Liczba zbadanych: 29 | **79%** | - Staram się być aktywna(-ny) fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport) -Zwracam uwagę na to, jak się odżywiam (np. jem codziennie śniadanie, jem więcej warzyw i owoców, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam słodycze, chipsy) - Dbam o higienę osobistą (np. czyszczę zęby co najmniej 2 razy dziennie, często myję ręce)  | -Ograniczam czas spędzany przy komputerze, tablecie, smartfonie, na oglądaniu telewizji  |
| **Nauczyciele**Liczba zbadanych: 40 | **93%** | - Staram się być aktywna(-ny) fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport, pracować w ogrodzie)- Zwracam uwagę na to, jak się odżywiam (np. jem codziennie śniadanie, jem więcej warzyw i owoców, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam słodycze, tłuszcz, sól) | - Zwracam uwagę na systematyczne wykonywanie samobadania (np. masy ciała, ciśnienia tętniczego, kobiety – piersi; mężczyźni – jąder) |
| **Pracownicy niepedagogiczni**Liczba zbadanych: 6 | **86%** | - Zwracam uwagę na utrzymywanie dobrych relacji z bliskimi osobami (np. rodziną, znajomymi)- Staram się szukać pozytywów zarówno w sobie, jak i w innych ludziach (np. w uczniach, współpracownikach, rodzinie, znajomych)- Rozwijam swoje umiejętności radzenia sobie ze stresem, napięciami | - Staram się być aktywna(-ny) fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport, pracować w ogrodzie)aktywność fizyczna. |
| **Średni odsetek odpowiedzi *tak* dla trzech grup** | **86%** |  |

**Wnioski do dalszych działań:**

- pracownicy niepedagogiczni powinni podejmować więcej aktywności fizycznej

- należy propagować wśród uczniów zachowania zmierzające do redukcji czasu spędzanego przed komputerem i telewizją

- należy zachęcać nauczycieli do systematycznego wykonywania samobadania

Data: 17 czerwca 2022 r. Podpis szkolnego koordynatora:

Dorota Kardaś