

# Akcijski plan škole koja promiče zdravlje

---



**RUJAN 2022.**

---

**Srednja škola Vela Luka**

**Autor: Radna skupina za promicanje zdravlja u  
„SHE“ projektu**



## AKCIJSKI PLAN ŠKOLE ZA PROMICANJE ZDRAVLJA SREDNJA ŠKOLA VELA LUKA

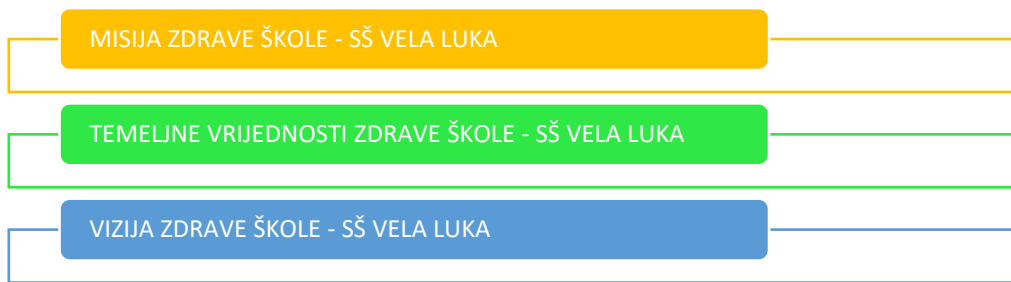
Vremenski okvir 2022.-2025. god

Republika Hrvatska je dio mreže Škole za zdravlje u Europi pod nazivom „SHE“ ( Schools for Health in Europe) koja na strukturiran i sustavan način daje važnosti na zdravlje i dobrobit učenika i zaposlenika kao važnog dijela u godišnjem planu rada škole. Srednja škola Vela Luka od školske godine 2022./2023. prijavljena je za sudjelovanje u projektu koji ima za cilj promociju škole kao dijelom mreže svih škola koje aktivno promiču zdravlje na različite način, bilo edukativno bilo sportsko-rekreativnim aktivnostima. Sama namjena je poboljšanje kvalitete života i usvajanje zdravih životnih navika, pozitivan utjecaj na mlade koji na drugačiji način koriste svoje slobodno vrijeme od svojih predaka. U našoj školi već postoje razni slični programi koji promiču zdravlje, samim time postoji i podrška vodstva škole te se na ovaj način priključivanjem u mrežu škola koje promiču zdravlje, samo se želimo bolje organizirati i unaprijediti postojeće aktivnosti. Ovim akcijskim planom želimo postati škola koja provodi strukturirani i sustavni plan za boljitak svojih učenika, nastavnika, roditelja a koji će se u konačnici dugoročno odraziti i na cijelu širu zajednicu.

U samom planiranju koristili smo se priručnikom „ Kako u pet koraka steći status škole koja promiče zdravlje?“ koji nam je uvelike pomogao i dao smjernice za izradu. Naš Školski kurikulum sadržava veliki broj takvih aktivnosti koje smo samo trebali involvirati u naš akcijski plan i naravno unaprijediti.

**DOBRO ZDRAVLJE – DOBAR ŽIVOT**

## AKCIJSKI PLAN ZA PROMICANJE ZDRAVLJA U SREDNJOJ ŠKOLI VELA LUKA



### IZJAVA NAŠE MISIJE

Naša misija je zdravi učenik, zdravi zaposlenik i zdrava sredina u kojoj djelujemo.

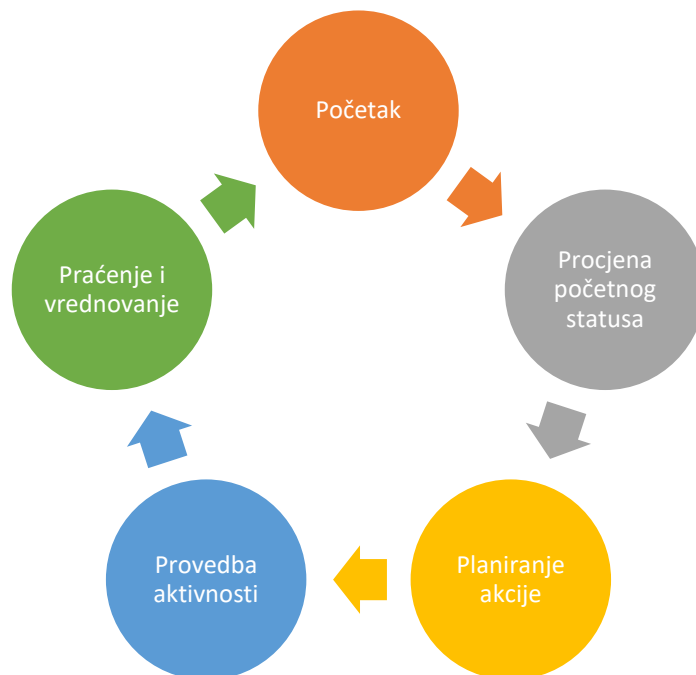
### IZJAVA NAŠE VIZIJE

Koristeći sve moguće resurse i znanja, želimo postati škola koja će biti prepoznatljiva po provođenju i promoviranju zdravog načina života. Želimo biti škola koja će kroz svoje projekte utjecati na to da je zdravi đir „in“!

### TEMELJNE VRIJEDNOSTI

- Temeljna je vrijednost osnaživanje učenika i zaposlenika u aktivnom sudjelovanju u planiranju i provedbi aktivnosti u području zaštite mentalnoga i socijalnoga zdravlja.
- Briga o zaštiti svojeg zdravlja i zdravlja okoline.
- Odgovornost prema svojem zdravstvenom statusu.

## KLJUČNE FAZE CJELOVITOG ŠKOLSKOG PRISTUPA PRILIKOM PLANIRANJA AKCIJSKOG PLANA



### Odluka o stjecanju statusa škole koja promiče zdravlje

Državni stručni skup za projekt SHE škola održan je u Srednjoj školi Antun Matijašević Karamaneo na otoku Visu na kojem su sudjelovale ravnateljica i koordinatorica SHE projekta naše škole. Na stručnom skupu dobile su osnovna znanja i upute za provedbu ovog projekta u svojoj školi, a samim time stjecanje statusa škole koja promiče zdravlje.

Na Sjednici nastavničkog vijeća održanoj 28. rujna 2022. na inicijativu ravnateljice škole, donesena je Odluka o imenovanju Školske radne skupine za promicanje zdravlja u projektu „SHE“ mreže škola u školskoj godini 2022./2023. Nastavničko vijeće upoznato je s važnostima promicanja zdravlja u školi i što to školu koja promiče zdravlje čini učinkovitom. Reakcije svih nastavnika su pozitivne i poticajne, tako da uopće ne sumnjamo u veliki broj dobrih ideja koje će pomoći realizaciji ovog projekta te stjecanje statusa zdrave škole.

U radnu skupinu projekta „SHE“ mreže škola koji promiče zdravlje Srednje škole Vela Luka u školskoj godini 2022./2023. imenuju se:

1. Ofelija Dragojević- voditelj radne skupine
2. Sanda Tasovac, koordinator u projektu
3. Andrea Šeparović, član
4. Franka Škoro, član
5. Miljenka Padovan Bogdanović, član
6. Maja Tičinović Žuvela, član
7. Vinka Mušura, član

Uloga je školske radne skupine za promicanje zdravlja voditi školsku zajednicu u procesu kojim se stječe i zadržava status škole koja promiče zdravlje.

## ULOGI I ZADACI RADNE SKUPINE

Ime i prezime	pozicija	Uloge i odgovornosti
Ofelija Dragojević	Voditelj radne skupine	Vođenje i organiziranje sastanaka, komunikacija s SHE mrežom u Hrvatskoj i ostalim školama na projektu
Sanda Tasovac	Koordinator u projekta	Koordinator aktivnosti, organizator aktivnosti skupine
Andrea Šeparović	Član radne skupine	Voditelj procesa vrednovanja programa
Franka Škoro	Član radne skupine	Promotor projekta
Miljenka Padovan Bogdanović	Član radne skupine	Evaluator projekta
Maja Tičinović Žuvela	Član radne skupine	Izrada plana komunikacije
Vinka Mušura	Član radne skupine	Voditelj aktivnosti oko procjene početnog statusa škole

## Utvrđivanje rasporeda sastanaka

Raspored sastanaka radne skupine škole koja promiče zdravlje	
Tko vodi sastanke?	Sastanke vodi voditeljica radne skupine ili koordinator projekta
Tko vodi zapisnik?	Zapisničar je Vinka Mušura
Koliko se često sastajemo?	Sastajemo se svake prve srijede u mjesecu. Jednom mjesečno.
O čemu se raspravlja?	Raspravlja se o projektnim aktivnostima, realizacijama ciljeva, komunikacijskim kanalima i ostalim temama koje su važne za realizaciju projekta.
Kada se sastanci održavaju?	Sastanci se održavaju nakon redovne nastave u 13.45 sati.
Gdje se sastanci održavaju?	Sastanci se održavaju u školskoj knjižnici.
Koliko dugo traju sastanci?	Predviđeno vrijeme sastanaka je oko 60 minuta. Ako je potrebno može trajati i više.

## Procjena početnog statusa škole

Za analizu postojećeg stanja u školi koristili smo KREDA ANALIZU, prilagođenu SWOT analizu za potrebe poslovanja škole vezanu za promicanje zdravlja. Osim KREDA ANALIZE korišten je i SHE alat za brzu procjenu trenutnog stanja i situacije u školi

Nakon što smo procijenili trenutnu situaciju u školi u pogledu promicanja zdravlja, počeli smo razmišljati o tome koji su naši prioriteti i izazovi u promicanju zdravlja i kako im želimo pristupiti.

### KREDA ANALIZA – PROMICANJE ZDRAVLJA

<p><b>Čime se možemo pohvaliti?</b> (Analizirajte i navedite sve dobre strane rada vaše škole.)</p> <p>Imamo entuzijastične i motivirane nastavnike koji vole i promoviraju zdravi život.</p> <p>Veliki broj učenika sudjeluje u radu školskog sportskog društva s raznim sekcijama.</p> <p>Školski kurikulum sadrži brojne aktivnosti koje promiču zdravi način života.</p> <p>Škola donosi godišnje preventivne programe s kojima su upoznati svi dionici škole.</p> <p>Odlični uvjeti za bavljenje sportom naših učenika.</p>	<p><b>S kojim se teškoćama svakodnevno susrećemo?</b> (Navedite i osvijestite s kojim se sve teškoćama svakodnevno susrećete, a koje se odnose na unutarnji rad i funkcioniranje škole.)</p> <p>Mali broj učenika koji je onda angažiran u previše aktivnosti. Učenici putnici koji ovise o prijevozu pa su manje slobodni. Zahtjevnije planiranje sudjelovanja na aktivnostima koje nisu na otoku jer nas ograničava u mogućnostima.</p>
<p><b>Koji su naši neiskorišteni resursi?</b> (Navedite koje sve neiskorištene potencijale posjeduje vaša škola)</p> <p>Novi kuharski praktikum za pripremu zdravih obroka. Oprema i mogućnost korištenja sportske dvorane i teretane u školi. Naši stručnjaci u školi koji mogu provoditi edukacije za nastavnike i učenike, naročito o mentalnom zdravlju.</p>	<p><b>Što nas koči na putu prema napretku?</b> (Opišite vanjske prepreke koje onemogućuju napredak škole.)</p> <p>Često je to utjecaj vanjskih čimbenika koji više djeluju na učenike s kojima se teško „borimo“ npr. Fast Food ( brza hrana, navika ispijanja gaziranih pića, sjedalački način života i pretjerano korištenje mobitela više sati dnevno.</p>
<p><b>Što možemo napraviti da budemo još bolji?</b> (Na temelju unutarnjih karakteristika škole osmislite što sve možete učiniti da budete još bolji.)</p> <p>Iskoristiti sve moguće potencijale koji su nam dostupni. Uključiti što veći broj zainteresiranih učenika i nastavnika. Govoriti i djelovati u pravcu potenciranja zdravih navika u svakom trenutku.</p>	<p><b>Tko nam može pomoći u napretku?</b> (osobe, institucije...)</p> <p>Svi oni kojima je u interesu da negujemo zdravi život i da naša škola postane „zdrava“ u pravom smislu riječi. Roditelji, vanjski dionici, uprava, osnivači, ustanove koje promiču zdravlje.</p>

## Procjena početnog statusa škole u pogledu zdrave škole – analiza alata za brzu procjenu

**Orijentacija škole** – Prema rezultatima situacija u našoj školi procjena je da većinom imamo uvida u trenutnu zdravstvenu situaciju zdravlja učenika, isto tako i nastavnog i nenastavnog osoblja. Cijeloj školi nije baš poznato tko je odgovoran za zdravstvene teme i za promicanje mentalnog zdravlja tako da bi taj dio postavili kao visoki prioritet. Isto tako procjena potreba i želja učenika i nastavnika u vezi s zdravljem postavljena je kao veći prioritet.

**Zdrava politika škole** – Jako dobre ocjene iskazane su kod obrazovnih ciljeva i sadržaja školskog kurikulumu koji je bogat aktivnostima koji promiču zdravlje. Učenike i sve sudionike potiče se da aktivno budu uključeni u provedbi zdravstvenih aktivnosti škole. U ovom segmentu veći prioritet dan je većem isticanju važnosti pisane politike o zdravlju kao sprječavanje i rješavanje zdravstvenih problema učenika i nastavnika.

**Školsko okruženje**- izrazito kvalitetni sadržaji i uvjeti koji su dostupni za korištenje za izvannastavne tjelesne aktivnosti. Prioritet koji je istaknut je mogućnost korištenja zdrave ishrane koju bi učenici i djelatnici mogli konzumirati u školskim prostorima.

**Socijalno školsko okruženje**- prostori i sadržaji koji su dostupni prilagođavaju se potrebama učenika. Redovito se potiču na zajedničke aktivnosti, organizirane izlete i drugo. Potiče se ugodna radna atmosfera puštanjem muzike umjesto školskog zvona. Vodi se računa o učenicima kojima je potrebna posebna podrška pri učenju, često ih prepoznamo kad dođu u našu školu, a već prije nisu bili uočeni kao učenici s potrebama. Sustav podrške postoji, ali ne postoji usluga smještaja takvih učenika za što se nije ni ukazala potreba. Kao prioritet istaknuli smo veću suradnju sa školskim zdravstvenim djelatnicima socijalni radnik ili psiholog u rješavanju problema.

**Zdravstvene vještine**- Potencirano je provođenje aktivnog odmora tijekom praznika, dok je visoko postavljen prioritet aktivnog odmora tijekom nastave. Potiču se zajednička natjecanja i aktivnosti s nastavnicima. Prioritet u ovom području postavljen je na programe koji su usredotočeni na promicanje mentalnog zdravlja mladih, ali i nastavnog i nenastavnog osoblja.

**Povezanost sa zajednicom** – povezanost s lokalnim klubovima je na visokom nivou. Jedan dio naših učenika članovi su lokalnih sportskih društava gdje se aktivno bave sportom, iako tijekom srednje škole ili odlaska kasnije na studije njihova aktivnost pada i gube interes za aktivnim bavljenjem sportom. Visoki prioritet postavljen je za organizacijom posjeta lokalnim udrugama ili institucijama kako bi se potaknuli učenici na zdravi život.

**Zdravi djelatnici** – Škola općenito podržava zdravi način života za svoje zaposlenike. Potiče se ravnoteža između privatnog i poslovnog života. U godinama pandemije taj dio je bi dosta lošiji, ali prelaskom na „normalni“ način rada, bolja je situacija. Školsko osoblje koje tek počinje s radom uvijek ima podršku mentora za upućivanje u profesionalni razvoj. Materijalna sredstva za sistematske preglede zaposlenika osigurana su od strane osnivača, ali u slučaju potrebe i škola ima svoja sredstva za takve situacije. Prioriteti koji su naglašeni u ovom području bili bi osiguravanje i organiziranje dodatnih edukacija zaposlenika s temama za promicanje mentalnog zdravlja.

## Prioritetna područja

### PRIORITETNA PODRUČJA DJELOVANJA U PODRUČJU ZDRAVLJA

- promicanje zdravlja u okolišu;
- promicanje zdravlja učenika;
- promicanje zdravlja školskog osoblja - osoblju se omogućuje ostvarenje maksimalnih fizičkih, psihičkih i socijalnih zdravstvenih potencijala osiguranjem zdravijih radnih uvjeta, uz pomoć specijaliziranih službi i programa;
- unaprjeđenje odnosa u školi i između škola i zajednice.

## Opći cilj

Radna skupina za promicanje zdravlja u školi i „SHE“ projekta usvojila je prijedloge kojima će se, u što kraćem roku, unaprijediti i promicati zdravlje učenika, nastavnika i zdravog okruženja, čime će se poboljšati i opća kvaliteta života, a što je u znatnoj mjeri zanemarivano i stavljano u drugi plan. Isto tako sustavno će se raditi na razvoju novih metoda rada u školi kao i integriranja zdravstvenog odgoja u redovni nastavni proces.

### Kao sveobuhvatni proces promicanje zdravlja u školi obuhvaća osnovne ciljeve:

- razvijanje komunikacije na relaciji učenik-učitelj-roditelj-zdravstvo-zajednica;
- razvijanje izvannastavnih aktivnosti;
- osiguranje zdravog okoliša;
- osiguranje pravilne prehrane;
- razvoj novih metoda rada u školama;
- integriranje zdravstvenog odgoja u redovnu nastavu.

## Specifični ciljevi

### Specifični ciljevi promicanja zdravlja su:

- razvoj samopouzdanja i samopoštovanja;
- prepoznavanje važnosti osobnog zdravlja;
- podizanje svijesti o važnosti zdravlja;
- razvijanje vještine zdravog stila života;
- razvijanje komunikacije s vršnjacima;
- razvijanje dobre komunikacije s odraslima - dobro se osjećati u školi.



1. Prioritet: Promicati zdravi način života u školi i stvaranje poticajnog okruženja
<p><b>Prioritetni opći ciljevi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Opći je cilj djelovanje na cjelokupnu populaciju učenika i zaposlenika Srednje škole Vela Luka uz unaprjeđenje cjelokupnog zdravog razvoja mladih i poticanje aktivnog uključivanja njihovih roditelja i nastavnika u provedbi zdrave škole „SHE“ škole.</li> </ol>
<p><b>Prioritetni specifični ciljevi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Osigurati kvalitetniju edukaciju svih sudionika o programima zdravstvene pismenosti, te unaprijediti metode koje mogu pridonijeti kvalitetnijem zdravlju mladih ljudi;</li> <li>2. Upoznati cijelu školsku zajednicu s odgovornim osobama za provođenje zdravstvenih tema u školi;</li> <li>3. Davati mogućnost učenicima i zaposlenicima da samostalno procjenjuju svoje potrebe i trenutno stanje zdravlja;</li> <li>4. Obilježavanje posebnih dana u godini koji promiču zdravi život ( Dan visokog tlaka, Dan šećerne bolesti, Dan ružičaste vrpce itd.....)</li> </ol>

2. Prioritet: Zdrava politika škole
<p><b>Prioritetni opći ciljevi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poboľšati kvalitetu života mladih ljudi i motivirati ih za odabir zdravih načina življenja u zajednici.</li> </ol>
<p><b>Prioritetni specifični ciljevi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Provoditi kontinuirani zdravstveni odgoj kroz satove razrednika;</li> <li>2. Provoditi Terensku nastavu u skladu sa zdravstvenim temama i promicanju zdravlja;</li> <li>3. Omogućiti sudjelovanje u brojnim aktivnostima i projektima koji su sastavni dio kurikuluma;</li> <li>4. Nastavak uključivanja škole u Školsku shemu – projekt zdravih obroka u školi;</li> <li>5. Radionice izrade zdravih obroka hrane koje provode učenici ugostiteljskih programa;</li> <li>6. Uključiti svih u izradu školskog dokumenta koji promiče zdravlje te upoznavanje svih s istim putem zajedničkih sastanaka i alata za komunikaciju.</li> </ol>

3. Prioritet: Školsko i socijalno okruženje
<p><b>Prioritetni opći ciljevi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stvaranje ugodnog i prijateljskog ozračja, u školi kako bi se učenici i svi zaposlenici osjećali pozitivno za razvoj svojih potencijala;</li> <li>2. Omogućavanje materijalnih uvjeta za kvalitetnim boravkom u prostorima i razvoj tjelesnih potreba pojedinaca;</li> <li>3. Poboľšati kvalitetu života mladih ljudi i motivirati ih za odabir zdravih načina življenja u zajednici.</li> </ol>
<p><b>Prioritetni specifični ciljevi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Urediti razrede i prostore škole koji koriste učenici u skladu s njihovim željama;</li> <li>2. Urediti prostor za dnevni boravak u školi u kojem će biti dostupno korištenje prostora za vježbanje;</li> <li>3. Stvaranje uvjeta za organiziranjem toplih ( zdravih) obroka učenicima i zaposlenicima škole;</li> <li>4. Organizacija zajedničkih sportskih aktivnosti ( učenici i nastavnici) tijekom školske godine;</li> </ol>

<b>4. Prioritet: Povezanost sa zajednicom</b>
<b>Prioritetni opći ciljevi</b>
1. Uz pomoć vanjskih partnera izvan školske zajednice promicati zdravi način života.
<b>Prioritetni specifični ciljevi</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pomoći učenicima da organiziraju „Školski dan sporta“ na nivou mjesta uz uključivanje svih sportskih klubova koji su aktivni;</li> <li>2. Prepoznati važnost sudjelovanja učenika na Outdoors festivalu kao natjecatelji ili kao volonteri;</li> <li>3. Organiziranje posjeta Zavodu za javno zdravstvo Dubrovačko-neretvanske županije, Služba za zaštitu mentalnog zdravlja;</li> </ol>

## Pokazatelji:

Opći ciljevi	Pokazatelji
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Opći je cilj djelovanje na cjelokupnu populaciju učenika i zaposlenika Srednje škole Vela Luka uz unaprjeđenje cjelokupnog zdravog razvoja mladih i poticanje aktivnog uključivanja njihovih roditelja i nastavnika u provedbi zdrave škole „SHE“ škole.</li> <li>2. Poboljšati kvalitetu života mladih ljudi i motivirati ih za odabir zdravih načina življenja u zajednici.</li> <li>3. Stvaranje ugodnog i prijateljskog ozračja, u školi kako bi se učenici i svi zaposlenici osjećali pozitivno za razvoj svojih potencijala;</li> <li>4. Omogućavanje materijalnih uvjeta za kvalitetnim boravkom u prostorima i razvoj tjelesnih potreba pojedinaca;</li> <li>5. Poboljšati kvalitetu života mladih ljudi i motivirati ih za odabir zdravih načina življenja u zajednici.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Broj učenika, djelatnik i roditelja koji su uključeni u razne aktivnosti koje se provode u projektu „SHE“ škole.</li> <li>• Broj projektnih aktivnosti u kojima su učenici nosioci, a koje se odnose na „SHE“ projekt.</li> <li>• Organizirane terenske nastave na temu zdravlja.</li> <li>• Broj učenika koji konzumiraju zdrave obroke u školi.</li> <li>• Broj učenika koji su uključeni u izradu projekta zdravlja.</li> <li>• Manji broj učenika koji izražavaju nezadovoljstvo ozračjem u školi.</li> <li>• Uređen prostor za društveni život učenika.</li> <li>• Manji broj izostajanja ( neopravdanih) s nastave.</li> </ul>

## Planiranje komunikacije

Komunikacija ima važnu ulogu u svim fazama u kojima škola stječe status škole koja promiče zdravlje. Komunikacijski plan koristan je za uspješnu komunikaciju u različitim situacijama.

## Komunikacijski ciljevi

Komunikacijski ciljevi su ono što želite postići sa svojim komunikacijskim porukama.

Komunikacijski ciljevi		
Ciljna skupina / primatelji	Ciljevi	Poruka
Školski odbor/ uprava škole	Upoznati članove školskog odbora škole s našim statusom i značajem koji nosi taj status zdrave škole.	Voditi računa o zdravim dionicima, znači voditi računa o svojoj budućnosti.
Ravnateljica škole	Svojim primjerom, ravnateljica škole podiže ovaj status škole na još veći nivo, te doprinosi značaju obrazovnih postignuća učenika i nastavnika.	Sportskim aktivnostima i vođenjem zdravog načina života podižu se i visoka očekivanja u društvenim odnosima, te akademskim postignućima učenika.
Roditelji učenika	Potaknuti veći dio roditelja na aktivno uključivanje u projektne aktivnosti tijekom 4 godine školovanja njihova učenika/ ice u našoj školi.	Podrška roditelja školi koja promiče zdravlje je podrška napretku svojeg djeteta.
Lokalni mediji	Najmanje jednom mjesečno objavljivanje i korištenje lokalnih medija u komunikacijske svrhe i promociju zdrave škole.	Dobra poruka i dobra medijska vidljivost, doprinosi ugledu i prosperitetu škole.
Nastavnici i zaposlenici	Uključiti što veći broj nastavnika i zaposlenika (najmanje 70%) u projekte koji se provode kao zdrava škola.	Zdravlje je najveće blago. Zdravi zaposlenik, bogatstvo u kolektivu.

## Komunikacijski kanali

Komunikacijski kanali su sredstvo širenja komunikacijskih poruka.

Komunikacijski kanali						
Ciljne skupine	Školske novine	Web stranica	Roditeljski sastanci	mediji	Društvene mreže	Tiskani materijali, leci
Školski odbor		x		x	x	x
Ravnateljica škole	x	x		x	x	x
Roditelji učenika		x	x	x	x	x
Lokalni mediji				x		
Nastavnici	x	x		x	x	

## Planiranje vrednovanja

Vrednovanje je važan dio procesa tijekom kojeg se stječe i zadržava statusa škole koja promiče zdravlje. Naša procjena (što, kada i kako) ovisi o ostalim komponentama našeg školskog plana za promicanje zdravlja, uključujući komunikacijsku strategiju, prioritete te opće i specifične ciljeve. Osmišljavanjem općih i specifičnih ciljeva, aktivnosti i pokazatelji omogućuje kvalitetno vrednovanje škole koja promiče zdravlje.

### Pitanja i metoda za vrednovanje

Pitanja za vrednovanje	Metode vrednovanja
1. U kojoj su mjeri provedene planirane školske aktivnosti za promicanje zdravlja?	Dokumentiranje, web objave, izvješća o realizaciji provedenih aktivnosti. upitnici i/ili intervjui djelatnika škole i učenika
2. Koje su se komunikacijske aktivnosti provele?	Objava na društvenim mrežama, izrada i vrednovanje prezentacije o aktivnostima, anketni upitnik i upitnik za procjenu
3. U kojoj su mjeri provedene planirane komunikacijske aktivnosti?	Opažanje, upitnici i/ili intervjui djelatnika škole i učenika
4. U kojoj su mjeri postignuti opći i specifični ciljevi?	Usporedba početne točke i mjerenje ishoda da bi se procijenio napredak (kvantitativne promjene) pomoću upitnika i dokumentacije
5. U kojoj su mjeri postignuti komunikacijski ciljevi?	Unaprijed pripremljena rubrika vrednovanja , upitnik ili intervju djelatnika škole i učenika
6. Kakav je stav djelatnika škole i roditelja prema novoj praksi škole koja promiče zdravlje?	Upitnik ili intervju djelatnika škole i roditelja

## Akcijski plan škole za promicanje zdravlja

Akcijski plan za promicanje zdravlja						
Opći ciljevi	Specifični ciljevi	Kriteriji/pokazatelj uspjeha	Zadaci/ aktivnosti	Ključni sudionici/ odgovornosti	Sredstva i troškovi	Vremensko razdoblje
Opći je cilj djelovanje na cjelokupnu populaciju učenika i zaposlenika Srednje škole Vela Luka uz unaprijeđenje cjelokupnog zdravog razvoja mladih i poticanje aktivnog uključivanja njihovih roditelja i nastavnika u provedbi zdrave škole „SHE“ škole.	<p><b>1.Osigurati kvalitetniju</b> edukaciju svih sudionika o programima zdravstvene pismenosti, te unaprijediti metode koje mogu pridonijeti kvalitetnijem zdravlju mladih ljudi;</p> <p><b>2.Upoznati cijelu školsku</b> zajednicu s odgovornim osobama za provođenje zdravstvenih tema u školi;</p> <p><b>3.Davati mogućnost</b> učenicima i zaposlenicima da samostalno procjenjuju svoje potrebe i trenutno stanje zdravlja;</p> <p><b>4.Obilježavanje posebnih</b> dana u godini koji promiču zdravi život ( Dan visokog tlaka, Dan šećerne bolesti, Dan ružičaste vrpce, Obilježavanje tjedna psihologije kao dio rada na mentalom zdravlju itd.....)</p>	<p>1.Broj organiziranih edukacija i broj nastavnika koji su pohađali te edukacije. Potvrde o usavršavanju.</p> <p>2.Zapisnici s održanih sastanaka i dnevni red o toj temi.</p> <p>3.Upitnici, ankete o procjeni zdravstvenih potreba učenika i zaposlenika.</p> <p>4.Objave na društvenim mrežama o održanim aktivnostima. Prezentacije učenika i nastavnika. Broj sudionika.</p>	<p>1.Organizacija edukacije na temu „Zdravstvene pismenosti“ djelatnika u školi.</p> <p>2. Na sjednici Nastavničkog vijeća uvrstiti točku dnevnog reda upoznavanje svih članova s projektom i odgovornim osobama za provođenje zdravstvenih tema u školi.</p> <p>3. Provesti anketni upitnik kojeg ćemo analizirati i predstaviti rezultate trenutnom stanju zdravlja pojedinačno.</p> <p>4. Učenici će raditi objave na tv u hodniku škole koji će obilježavati prigodne dane. Prezentacije će sadržavati kratki kviz o temama koji će moći ispuniti online. Pobjednici će dobiti malu prigodnu nagradu.</p>	<p>Sudionici učenici i nastavnici.</p> <p>Ravnateljica, razrednici i nastavnici,</p> <p>Koordinator „SHE“ projekta</p>	<p>Troškovi se mogu odnositi samo na organizaciju edukacije nastavnika i to predavača, koje će snositi škola.</p> <p>Za ostale aktivnosti nema troškova.</p>	<p>Studeni – prosinac 2022.</p> <p>Tijekom svake školske godine ovisno o datumima važnih dana.</p> <p>(2022./2023., 2023./2024, 2024./2025)</p>

<p>Poboljšati kvalitetu života mladih ljudi i motivirati ih za odabir zdravih načina življenja u zajednici.</p>	<p><b>1.Provoditi kontinuirani</b> zdravstveni odgoj kroz satove razrednika;  <b>2.Provoditi Terensku</b> nastavu u skladu sa zdravstvenim temama i promicanju zdravlja;  <b>3.Omogućiti sudjelovanje</b> u brojnim aktivnostima i projektima koji su sastavni dio kurikula;                  Nastavak uključivanja škole u Školsku shemu – projekt zdravih obroka u školi;  <b>4.Radionice izrade zdravih</b> obroka hrane koje provode učenici ugostiteljskih programa;  <b>5.Uključiti svih u izradu</b> školskog dokumenta koji promiče zdravlje te upoznavanje svih s istim putem zajedničkih sastanaka i alata za komunikaciju.</p>	<p>1.Zapisnici satova razrednika i točke dnevnog reda. GIK-satova razrednika.                  2.Plan i program terenske nastave. Objave na društvenim mrežama o aktivnostima.                  3. Izrađeni plakati, zapisnici i broj učenika koji sudjeluje u projektu.                  4. Održane radionice s temama zdrave prehrane. Broj sudionika. Objave u medijima.                  5. Broj učenika koji sudjeluje u izradi školskog dokumenta. Zapisnici sa sastanaka i teme održanih.</p>	<p>1.Uvrštavanje zdravstvenih tema u GIK-ove satova razrednika uz korištenje literature i pomoći stručnjaka.                  2. Organizacija terenske nastave – Biciklirajmo i budimo zdravi, Satovi plivanja na plivalištu i bazenu, Orijentacijsko hodanje u šumi, Terenska nastava biologije u prirodi, Izlet na Kočje, team Building u adventure parku u Splitu.                  3. Školska shema- projekt zdravih obroka voća u školi.                  4. Održavanje radionice na temu- voće i povrće su važni. Branje i priprema „grude“ samoniklih trava koje se jedu.                  5. Organizirati sastanke s akterima koji će pomoći u izradi dokumenta i davanju prijedloga poboljšanja. Nakon sastanka, koristiti alate za dijeljenje materijala kao pomoć u izradu istog.</p>	<p>Razrednici, nastavnici                  Koordinator „SHE“ projekta</p>	<p>Troškovi terenske nastave snose sami učenici u slučaju putovanja van mjesta boravka.                  Projekt „Školska shema“ snosi Ministarstvo poljoprivrede i naš osnivač.                  Za ostale aktivnosti nema troškova.</p>	<p>Tijekom sve tri školske godine akcijskog plana.</p>
---	---	--	--	---	---	--

<p>Stvaranje ugodnog i prijateljskog ozračja, u školi kako bi se učenici i svi zaposlenici osjećali pozitivno za razvoj svojih potencijala; Omogućavanje materijalnih uvjeta za kvalitetnim boravkom u prostorima i razvoj tjelesnih potreba pojedinaca; Poboljšati kvalitetu života mladih ljudi i motivirati ih za odabir zdravih načina življenja u zajednici.</p>	<p><b>1.Urediti razrede i prostore</b> škole koji koriste učenici u skladu s njihovim željama; <b>2.Urediti prostor za dnevni boravak</b> u školi u kojem će biti dostupno korištenje prostora za vježbanje; <b>3.Stvaranje uvjeta za organiziranje toplih (zdravih) obroka</b> učenicima i zaposlenicima škole; <b>4.Organizacija zajedničkih</b> sportskih aktivnosti (učenici i nastavnici) tijekom školske godine</p>	<p>1.Uređene učionice i broj učenika koji su aktivni u tome. 2. Uređena učionica ( bivša radiona) s prigodnim sadržajima za društveni život i boravak učenika. Anketa o zadovoljstvu učenika . 3. Projektni prijedlog za stvaranje uvjeta. Osiguravanje novčanih sredstava za izvedbu. Broj učenika koji konzumiraju zdrave obroke. 4. Objave i zapisnici o održanim sportskim aktivnostima. Broj učenika i nastavnika koji sudjeluju. Fotografije s natjecanja.</p>	<p>1. 2. Izrada idejnog projekta uređenja učionice. Osiguravanje financijske konstrukcije za izvršenje projekta. Izvođenje građevinskih radova, Nabavka opreme i opremanje prostora. 3. Osiguravanje osobe koja će pripremati zdrave obroke za učenike i zaposlenike. Pripremanje menu-a i planiranje na mjesečnom nivou. Formiranje cijene za obroke. Nabavka namirnica. Priprava obroka. Podjela obroka. 4.Organizacija održavanja utrke povodom Dana općine Vela Luka. Objava za učenike. Prikupljanje zainteresiranih sudionika. Organizacija volontera. Priprema medalja i pehara. Održavanje trke i objava u medijima.</p>	<p>Ravnateljica, koordinator „SHE“ projekta Projektni tim škole „SHE“ projekta</p>	<p>Troškovi uređenja i opremanja prostora pokrivaju se iz investicijskih troškova osnivača Dubrovačko-neretvanske županije i jednim dijelom iz vlastitih sredstava.  Organizacija trke povodom Dana općine Vela Luka, medalje i manje troškove snosi Općina Vela Luka iz projekta sufinanciranje projekata u odgoju i obrazovanju.</p>	<p>Prosinac – veljača 2024.</p>
---	---	--	--	--	--	---------------------------------



<p>Uz pomoć vanjskih partnera izvan školske zajednice promicati zdravi način života.</p>	<p><b>1.Pomoći učenicima da</b> organiziraju „Školski dan sporta“ na nivou mjesta uz uključivanje svih sportskih klubova koji su aktivni;</p> <p><b>2.Prepoznati važnost</b> sudjelovanja učenika na Outdoors festivalu kao natjecatelji ili kao volonteri;</p> <p><b>3.Organiziranje posjeta</b> Zavodu za javno zdravstvo Dubrovačko-neretvanske županije, Služba za zaštitu mentalnog zdravlja;</p>	<p>1.Zapisnik o održanom sportskom danu. Prikupljeni broj sportaša. Broj uzvanika koji su sudjelovali. Objave u medijima.</p> <p>2. Broj učenika volontera i broj trkača trail utrke. Objave u medijima.</p> <p>3.Zapisnik sa održanih posjeta. Fotografije i potvrde sudionika.</p>	<p>1. Sastanak u vezi održavanja manifestacije Školski dan sporta. Idejni prijedlog sa sudionicima. Poziv za sve uzvanike. Priprema i donošenje sprava i rekvizita. Davanje zadataka sudionicima. Angažiranje medijske popraćenosti. Održavanje aktivnosti.</p> <p>2. Sudjelovanje učenika u pomoći organizacije Outdoors festivala Vela Luka, kao i samo natjecanje i učenika i nastavnika.</p> <p>3.Uspostaviti kontakt s zaposlenicima Zavoda za javno zdravstvo. Dogovoriti termin naših učenika njihovim prostorima i dogovoriti temu koju će oni prezentirati našim učenicima. Organizirati prijevoz za svih. Izlet i povratak domu.</p>	<p>Ravnateljica, koordinator „SHE“ projekta</p>	<p>Troškovi organizacije posjeta Zavodu za javno zdravstvo zajednički snose učenici i škola iz svojih materijalnih troškova. Trošak se odnosi na prijevoz i hranu učenicima tijekom putovanja.</p> <p>Za ostale aktivnosti nema većih troškova. Organizacija Outdoors festivala snosi Turistička zajednica i Zajednica sportova Vela Luka.</p>	<p>Svake godine tijekom akcijskog plana.</p>
--	--	--	--	---	--	--

## Akcijski plan komunikacije

Plan komunikacije škole koja promiče zdravlje							
Ciljne skupine	Ciljevi	Poruke	Aktivnosti	Kanali	Ključni sudionici i odgovornosti	Sredstva/ troškovi	Vremensko razdoblje (faza i trajanje)
Školski odbor/ uprava škole	Upoznati članove školskog odbora škole s našim statusom i značajem koji nosi taj status zdrave škole.	Voditi računa o zdravim dionicima, znači voditi računa o svojoj budućnosti.	Prezentirati ideju zdrave škole. Održavati sastanke na temu zdravlja u školi. Pozivati članove na zajedničke akcije.	Sastanci, prezentacije.	Ravnateljica, kooordinatorica „SHE“ škole	Nema većih troškova osim kada sudjeluju u aktivnostima, ako iziskuju trošak.	Prosinac 2022. Kontinuirano po potrebi i aktivnostima
Ravnateljica škole	Svojim primjerom, ravnateljica škole podiže ovaj status škole na još veći nivo, te doprinosi značaju obrazovnih postignuća učenika i nastavnika	Sportskim aktivnostima i vođenjem zdravog načina života podižu se visoka očekivanja učenika u društvenim i akademskim postignućima.	Koristiti sve mogućnosti medijskog promoviranja škole koja promiče zdravlje. Sudjelovanje u radijskim emisijama, objave na web stranici škole.	Lokalna radija, web stranica škole	Ravnateljica, koordinatorica projekta „SHE“ škole.	Nema većih troškova.	Kontinuirano
Roditelji učenika	Poticanje roditelja na aktivno uključivanje u projektne aktivnosti i podržavanje naše zdrave škole tijekom školovanja njihova djeteta.	Podrška roditelja školi koja promiče zdravlje je podrška napretku svojeg djeteta.	Održavanje sastanaka s temom zdravlje. Organizacija predavanja i besplatnih pregleda. Prezentacije i rasprave na temu zdravlja.	Roditeljski sastanci, društvene mreže	Razrednici, Koordinator „SHE“ projekta škole.	Troškovi organiziranja predavača. Za ostale aktivnosti nema troškova	Tijekom siječnja i veljače 2023.
Lokalni mediji	Najmanje jednom mjesečno objavljivanje i korištenje lokalnih medija u komunikacijske svrhe i promociju zdrave škole	Dobra poruka i dobra medijska vidljivost, doprinosi ugledu i prosperitetu škole.	Radijske emisije i gosti u studiju učenici i nastavnici. Prezentiranje projekata koji se provode u školi.	Radio, društvene mreže, web objave, novinski članci	Koordinator „SHE“ projekta Projektni tim	Troškovi propagandnih materijala, plakata, letaka	Kontinuirano, najmanje jednom u dva mjeseca gostovanje na lokalnom radiju.

## PLAN VREDNOVANJA

Plan vrednovanja škole koja promiče zdravlje					
Pokazatelj/ pitanja za vrednovanje	Metode procjene	Zadaci / aktivnosti	Ključni sudionici i odgovornosti	Sredstva i troškovi	Vremensko razdoblje
1. U kojoj su mjeri provedene planirane školske aktivnosti za promicanje zdravlja?	Dokumentiranje, web objave, izvješća o realizaciji provedenih aktivnosti. upitnici i/ili intervjui djelatnika škole i učenika	Stvarati izvješća o provedenim aktivnostima. Provođenje anketnih upitnika i evaluacijskih upitnika.	Voditelj procesa vrednovanja provodi cijeli proces vrednovanja. Svi članovi radne skupine odgovorni su prema svojim zaduženjima koje imaju u projektu..	Potrebna sredstva su samo za uredski materijal i vrijeme koje je provedeno u radu. Troškove snosi škola.	Prosinac 2022. Siječanj 2023.
2. Koje su se komunikacijske aktivnosti provele?	Objava na društvenim mrežama, izrada i vrednovanje prezentacije o aktivnostima, anketni upitnik i upitnik za procjenu	Kontinuirano praćenje i zapisivanje objava na društvenim mrežama.			
3. U kojoj su mjeri provedene planirane komunikacijske aktivnosti?	Opažanje, upitnici i/ili intervjui djelatnika škole i učenika	Utvrđivanje početnog statusa, plana i realizacije komunikacijskih aktivnosti.			
4. U kojoj su mjeri postignuti opći i specifični ciljevi?	Usporedba početne točke i mjerenje ishoda da bi se procijenio napredak (kvantitativne promjene) pomoću upitnika i dokumentacije	Provedba upitnika i stvaranje liste za procjenu između planiranog i realiziranog.			
5. U kojoj su mjeri postignuti komunikacijski ciljevi?	Unaprijed pripremljena rubrika vrednovanja , upitnik ili intervju djelatnika škole i učenika	Izrada i provedba rubrike za vrednovanje i samovrednovanje o komunikacijskim ciljevima projekata.			
6. Kakav je stav djelatnika škole i roditelja prema novoj praksi škole koja promiče zdravlje?	Upitnik ili intervju djelatnika škole i roditelja	Izrada i provedba upitnika o zadovoljstvu djelatnik i učenika škole o aktivnostima.			

## Literatura:

Zaklada mreže Škole za zdravlje u Europi (SHE) (2019); She priručnik za škole 2.0, Metodološki priručnik – kako steći status škole koja promiče zdravlje- prilagođeno 28.siječnja 2020.

[https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/she\\_school\\_manual\\_croatian.pdf](https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/she_school_manual_croatian.pdf)

Srednja škola Vela Luka (2022.); Školski kurikulum za 2022./2023. školsku godinu

[http://ss-vela-luka.skole.hr/upload/ss-vela-](http://ss-vela-luka.skole.hr/upload/ss-vela-luka/images/static3/1001/File/kurikulum_SSVL_2022_2023.pdf)

[luka/images/static3/1001/File/kurikulum\\_SSVL\\_2022\\_2023.pdf](http://ss-vela-luka.skole.hr/upload/ss-vela-luka/images/static3/1001/File/kurikulum_SSVL_2022_2023.pdf)

## Sadržaj

<b>AKCIJSKI PLAN ŠKOLE ZA PROMICANJE ZDRAVLJA</b> .....	2
<b>SREDNJA ŠKOLA VELA LUKA</b> .....	2
Vremenski okvir 2022.-2025. god.....	2
<b>AKCIJSKI PLAN ZA PROMICANJE ZDRAVLJA U SREDNJOJ ŠKOLI VELA LUKA</b> .....	3
<b>KLJUČNE FAZE CJELOVITOG ŠKOLSKOG PRISTUPA PRILIKOM PLANIRANJA AKCIJSKOG PLANA</b> .....	4
<b>ULOGE I ZADACI RADNE SKUPINE</b> .....	5
<b>Utvrđivanje rasporeda sastanaka</b> .....	5
<b>Procjena početnog statusa škole</b> .....	6
<b>Procjena početnog statusa škole u pogledu zdrave škole – analiza alata za brzu procjenu</b> .....	7
<b>Prioritetna područja</b> .....	8
<b>Opći cilj</b> .....	8
<b>Specifični ciljevi</b> .....	8
<b>Pokazatelji</b> .....	10
<b>Planiranje komunikacije</b> .....	11
<b>Komunikacijski ciljevi</b> .....	11
<b>Komunikacijski kanali</b> .....	12
<b>Planiranje vrednovanja</b> .....	13
<b>Akcijski plan škole za promicanje zdravlja</b> .....	14
<b>Akcijski plan komunikacije</b> .....	18
<b>PLAN VREDNOVANJA</b> .....	19
<b>Literatura</b> .....	20