

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,
KTÓRA NALEŻY DO
WIELKOPOLSKIEJ SIECI SZKÓŁ PROMUJĄCYCH ZDROWIE**

RAPORT ZA ROK...2010.....

INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:

Nazwa	Specjalny Ośrodek szkolno-Wychowawczy im. Kornela Makuszyńskiego w Turku
Adres	62-700 Turek, ul. Aleja Józefa Piłsudskiego 5
Telefon	063 289 60 61
Adres mailowy	sosw-turek@szkola.wp.pl
Strona www	www.sosw.turek.pl
Imię i nazwisko dyrektora	Jolanta Baran
Imię i nazwisko koordynatora	Agnieszka Idzikowska, Iwona Andrzejak
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	Izabella Frątczak, Małgorzata Wawrzyniuk, Beata Szczesiak, Marlena Graczyk, Elżbieta Kociołek, Sławomir Sobczak, Katarzyna Czerniak, Anna Mikołajczyk, Teresa Jacaszek, Aldona Grzelak, Jolanta Maciejewska
Data otrzymania certyfikatu Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie	9 czerwca 2009 rok
Nr w wykazie szkół/placówek (lista dostępna na stronie www.ko.poznan.pl)	6

1. Plan działań w zakresie promocji zdrowia.

Plan działań stanowi załącznik.

1. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.

**Sprawozdanie z realizacji działań prozdrowotnych i ekologicznych
wynikających z projektu „Zdrowy styl życia”
w Specjalnym Ośrodku Szkolno – Wychowawczym**

im. K. Makuszyńskiego w Turku za rok 2010.

W naszym Ośrodku realizowane były programy edukacyjne, takie jak: Trzymaj Formę, „Bądźmy Zdrowi – Wiemy, Więc Działamy”, Programy dotyczące profilaktyki palenia, Program Profilaktyki Higieny Jamy Ustnej.

Kontynuujemy realizację programu "Trzymaj formę", którego przewodnimi celami jest promocja zdrowego stylu życia, zwiększenie świadomości dotyczącej wpływu żywienia i aktywności fizycznej na zdrowie. Program realizowany był w Szkole Podstawowej, Gimnazjum, Zasadniczej Szkole Zawodowej i w Szkole Przysposabiającej do Pracy.

W styczniu 2010 r. w ramach realizacji zadania „Zalecenia dotyczące racjonalnego żywienia człowieka, związek pomiędzy racjonalnym żywieniem, a prawidłowym rozwojem organizmu oraz stanem zdrowia” wychowawcy klas: I, II, III Przysposabiającej do Pracy oraz I, II, III Gimnazjum Zespołu Edukacyjno-Terapeutycznego przeprowadzili pogadanki połączone z układaniem jadłospisu na podstawie wcześniej poznanych zaleceń dotyczących racjonalnego żywienia zgodnie z porami roku.

Realizując zadanie: „Kształtowanie prawidłowej sylwetki ” w styczniu 2010 r. odbyły się turnieje międzyklasowe w tenisie stołowym – klasy Gimnazjum i ZSZ oraz klasy Szkoły Podstawowej i Gimnazjum. Ponadto nauczyciele wychowania fizycznego w ramach tego zadania zapoznali uczniów klas Szkoły Podstawowej, Gimnazjum i Przysposabiającej do Pracy z przykładowymi zestawami ćwiczeń kształtujących sylwetkę.

W ramach zadania Dzień Promocji Zdrowia „Každy kęs ma swój sens” w marcu 2010r. zorganizowany został stragan zdrowej żywności, którego celem była prezentacja walorów odżywczych warzyw i owoców. Uczniowie wraz ze swoimi wychowawcami przygotowali zdrowe potrawy. Podsumowaniem zadania była również gazetka tematyczna na korytarzu szkolnym. Podczas straganu zdrowej żywności zostały wystawione prace plastyczne pt. „Wybieram to co zdrowe” wykonane przez uczniów.

W ramach zadania „Dbalosc o higienę żywienia w codziennym życiu” również w marcu 2010 r. została przeprowadzona pogadanka, której celem było zapoznanie uczniów z rolą, znaczeniem witamin i soli mineralnych dla organizmu. Zajęcia przeprowadziła pielęgniarka szkolna w klasach Szkoły Podstawowej, Gimnazjum i Przysposabiającej do Pracy.

W miesiącu maju 2010 r. pielęgniarka szkolna z uczniami Ośrodka zorganizowała

spotkanie na temat: „Choroby związane z nieprawidłowym odżywianiem, skutki i pomoc specjalistyczna”. Celem spotkania było zapoznanie uczniów ze sposobami zapobiegania chorobom związanym z nieprawidłowym odżywianiem oraz obliczanie własnego BMI. Na korytarzu wykonano również gazetkę tematyczną i zaprezentowano film pt: „Anoreksja”.

Realizując zadanie „Stres i jego wpływ na nasze zdrowie” w maju 2010 r. psycholog szkolny z uczniami Gimnazjum i ZSZ przeprowadziła warsztaty połączone z konkursem prac plastycznych na temat: „Jak radzić sobie z własnymi emocjami”. Prace plastyczne zostały umieszczone na tablicy szkolnej.

Zgodnie z zadaniem „W zdrowym ciele zdrowy duch” uczniowie Ośrodka uczestniczyli w zajęciach na basenie, gdzie poprzez zabawę i gry oswajali się z wodą i doskonalili indywidualne techniki pływackie oraz poznali zasady gry w kręgle i bocce, ucząc się i doskonaląc techniki tych gier.

W miesiącu maju 2010 r. odbyły się wycieczki piesze, w których uczestniczyli uczniowie Szkoły Podstawowej i Gimnazjum. Poprzez wycieczki uczniowie poznali najbliższe okolice naszego regionu, utrwaliли zasady ruchu drogowego, kształtowali nawyk aktywnego i zdrowego wykorzystania wolnego czasu. Również w maju 2010 r. wychowawcy zorganizowali wśród grup wychowawczych gry ruchowe, zabawy sportowo- rekreacyjne na boisku szkolnym i powietrzu, których celem było poznanie różnych form aktywnego spędzania wolnego czasu.

Podsumowaniem realizacji działań programu „Trzymaj Formę” był apel, który odbył się w dniu 2 czerwca 2010 r. Podczas apelu została przedstawiona prezentacja multimedialna propagująca zdrowy styl odżywiania oraz znaczenie aktywności fizycznej.

W miesiącu wrześniu 2010 roku został opracowany harmonogram realizacji programu „Trzymaj Formę” na rok szkolny 2010/2011. W dniu 17 września 2010 roku został on przedstawiony rodzicom uczniów Ośrodka. Na spotkaniu koordynatorzy zapoznali rodziców z celami, zadaniami, formami realizacji.

W ramach realizowanego programu „Trzymaj Formę” w miesiącu grudniu 2010 roku zostały przeprowadzone zajęcia przez pielęgniarkę szkolną na temat „Dowiedz się co jesz”. Zajęcia prowadzone były w klasach gimnazjum i szkoły zawodowej. Celem przeprowadzonej pogadanki było uświadomienie jak ważne jest to, co spożywamy, co naprawdę dostarczamy swojemu organizmowi i czy jest to „pożywienie”, które faktycznie „odżywia” czy zupełnie coś innego, często szkodliwego. Uczniowie poznali pojęcie certyfikacja żywności oraz

zostali zachęcani do czytania etykiet spożywczych oraz otrzymali parę wskazówek dotyczących czytania etykiet na opakowaniach.

Kontynuowaliśmy również realizację projektu: **„Bądźmy Zdrowi – Wiemy, Więc Działamy”**, którego głównym celem jest dostrzeżenie znaczenia dbałości o prawidłowy rozwój swojego organizmu, przekonanie uczniów o ważności dbania o własne zdrowie psychiczne i fizyczne, kształtowanie prawidłowej sylwetki oraz uświadomienie roli prawidłowej diety.

W ramach projektu „Bądźmy Zdrowi – wiemy, więc działamy” systematycznie i cyklicznie realizowano szereg działań.

Odbywały się następujące zajęcia:

1. Zajęcia terapeutyczno – ruchowe.

2. Pogadanki z zakresu:

- „Prawidłowa postawa podczas nauki, pracy,
- „Przechowywanie żywności, obróbka termiczna”,
- „Zatrucia pokarmowe, jak ich unikać, jak z nimi walczyć?”
- „ Rola witamin i składników mineralnych”
- „Wady postawy i sposoby zapobiegania im

3. Zajęcia praktyczne:

dniu 26 kwietnia 2010 roku odbył się **kiermasz zdrowej żywności** promujący projekt **„Bądźmy Zdrowi – Wiemy Więc Działamy”**. Uczniowie wraz z wychowawcami przygotowali wiele bardzo zdrowych dań w tym: sałatki owocowe, warzywne, owoce, soki, itp.

4. Gry i zabawy ruchowe – zajęcia dla wychowanków grup wychowawczych odbywały się na boisku szkolnym, w sali poznawania świata, w sali rehabilitacyjnej oraz sali do tenisa stołowego. Systematyczność sprawiła, że uczniowie utrwalali prawidłowe nawyki związane z włączeniem ruchu do swojego życia jako stałego elementu.

5. Konkursy plastyczne na temat zdrowego stylu życia: „ Ruch to zdrowie” oraz „Gimnastyka kształtuje naszą sylwetkę” Celem konkursów plastycznych było: budzenie wśród uczniów świadomości dbania o zdrowie, poznanie podstawowych wiadomości z zakresu zdrowego trybu życia, z uwzględnieniem sfery fizycznej, nabycie praktycznych umiejętności i wykorzystywanie ich w codziennym życiu.

W miesiącu czerwcu 2010 roku odbył się apel, na którym zostały omówione zadania wynikające z realizacji projektu „Bądźmy Zdrowi - Wiemy Więc, Działamy”. Rozstrzygnięte

zostały konkursy plastyczne i rozdane upominki w postaci owoców.

We wrześniu 2010 roku został opracowany harmonogram oraz plan pracy projektu „Bądźmy Zdrowi - Wiemy Więc, Działamy” na rok szkolny 2010/2011, z którym wychowawcy klas zapoznali rodziców.

Październik 2010 był miesiącem zdrowego żywienia. W tym miesiącu odbywały się zajęcia z gospodarstwa domowego, na których uczniowie z klas gimnazjum i szkoły przysposabiającej do pracy oraz uczniowie szkoły podstawowej pod opieką swoich wychowawców przygotowywali zdrowe, pożywne i smaczne potrawy. Poprzez interesujące zajęcia w sposób aktywny i kreatywny uczą się zbilansowanej diety, która jest podstawą zdrowego trybu życia.

Listopad 2010 był miesiącem dbania o ciało. W tym miesiącu dzieci ćwiczyły i kształtowały swoją sylwetkę poprzez wykorzystywanie różnorodnych metod aktywizujących. Zajęcia odbywały się pod hasłem: „Ruch jest zdrowy i dla ciała i dla głowy”. W ramach ćwiczeń klasa III Przysposabiająca do Pracy wykorzystwała metodę twórczego ruchu, do którego zaliczyć można: wizualizację, ruch do muzyki, relaksację przy muzyce. Grupy wychowawcze stosowały zajęcia grupowe - wdrażanie do codziennej porannej i wieczornej gimnastyki. W tym samym miesiącu odbyły się również w klasie III Przysposabiającej do Pracy i w grupach wychowawczych pogadanki na temat: „Wpływ żywienia i aktywności fizycznej na zdrowie”. Celem pogadanek było wdrożenie dzieci do prawidłowego dbania o higienę ciała, jamy ustnej, kształtowanie prawidłowych nawyków zdrowotnych oraz sprawności fizycznej, wdrażanie wiedzy z zakresu prawidłowego żywienia, a także zachęcanie do zwiększenia aktywności fizycznej. W związku z tą problematyką grupy wychowawcze pod opieką wychowawców opracowały „Dekalog zdrowego stylu życia”.

Program profilaktyki higieny jamy ustnej „Radosny Uśmiech - Radosna Przyszłość” to kolejny program edukacyjny realizowany w naszym Ośrodku.

Realizatorami programu są wychowawcy klas Szkoły Podstawowej wraz z uczniami i pielęgniarka szkolna.

Ideą programu jest dostarczenie nauczycielom, dzieciom i ich rodzicom narzędzi, które umożliwiają i ułatwiają rozbudzenie zainteresowania higieną jamy ustnej, a także spowodują, że dbałość o nią na stałe wkomponuje się w ich codzienne życie.

Do działań podjętych w roku 2010 należą:

Dnia 13 stycznia 2010r. obchodziliśmy w naszym Ośrodku „Dzień Śnieżnobiały”.

Słuchając muzyki „Biały miś” itp. uczniowie brali udział w wielu konkursach, mieli także możliwość spróbować mleka, białego sera.

W lutym 2010 roku przeprowadzono konkurs na najlepsze hasło związane z higieną jamy ustnej w klasach IV-VI Szkoły Podstawowej. Konkurs miał formę dwuetapową: pierwszy etap odbył się na poziomie poszczególnych klas, gdzie wytypowano najlepsze hasła, a następnie w drugim etapie wybrano hasło przewodnie „Trzeba o swe zęby dbać, aby innym piękny uśmiech dać”.

W dniu 25 marca 2010r. w naszym Ośrodku obchodziliśmy „Dzień Cytrynki”. Wszyscy uczniowie, nauczyciele i pracownicy byli zobowiązani do założenia w tym dniu choćby jednego akcentu w kolorze żółtym. Korytarze lśniły kolorem żółtym, a gazetki informowały o wartościach odżywczych tego owocu. Podczas przerw lekcyjnych uczniowie uczestniczyli w „żółtych” zabawach i quizach tj. bieg na czas z cytrynką, malowanie twarzy na żółto, cytrynowa łamigłówka, ułożenie wyrazu ze skórki cytrynowej i wiele innych. Dużym zainteresowaniem cieszyła się degustacja „cytrynowych” produktów.

W marcu 2010r. w klasach IV-VI SP przeprowadzono test „Czy szkliwo twoich zębów jest zagrożone?” sprawdzający wiedzę uczniów na temat czyniących zagrożenie naszego uzębienia. Wynik testu był informacją dla każdego dziecka, czy właściwie dba o szkliwo zębów i nauką tego, co należy poprawić

W klasach III i IV-VI SP 30 marca 2010r. zostały przeprowadzone pogadanki tematyczne: „Wpływ złych nawyków na powstawanie wad zgryzu, np. gryzienie ołówka, nadgryzanie wargi dolnej i policzka, ssanie palca”. Miały one formę nie tylko werbalną, ale także praktycznego działania.

Dnia 29 i 30 kwietnia 2010r. odbył się konkurs plastyczny „Jak należy dbać o zęby?” w kl. III i IV- VI SP. Uczniowie wykonywali pracę techniką dowolną. Celem konkursu było utrwalenie nawyków właściwej higieny jamy ustnej. Na poziomie każdej klasy wybrano najlepszą pracę.

W miesiącu października 2010 roku koordynatorzy programu ponownie przedstawili dzieciom i rodzicom założenia programu na kolejny rok szkolny, rozdano zestawy higieniczno-edukacyjne zawierające szczoteczkę, próbkę pasty do mycia zębów oraz plan szczotkowania zębów.

Kolejnym podjętym działaniem były pogadanki tematyczne przeprowadzane przez pielęgniarkę szkolną i wychowawcę podczas lekcji wychowawczych w listopadzie 2010r. z uczniami klasy I-VI SP na temat: „Higiena jamy ustnej”. Pogadanki miały na celu

kształcenie nawyku prawidłowego mycia zębów, właściwego odżywiania i uświadomienie konieczności wizyt u stomatologa. Uczniowie mogli wykazać się zdobytą wiedzą, prezentując właściwy sposób szczotkowania uzębienia jamy ustnej na modelu zębowym.

Co sześć tygodni pod opieką pielęgniarki szkolnej odbywa się fluoryzacja, którą objęci są uczniowie klasy I-VI SP.

W miesiącu grudniu 2010r. odbyły się prezentacje filmów edukacyjnych m.in. „Światowa podróż Doktora Ząbka” w klasie I-VI SP, które w sposób humorystyczny pozwalają zrozumieć treści dotyczące profilaktyki higieny jamy ustnej. Po obejrzeniu filmów uczniowie wykonali pracę plastyczną odzwierciedlającą tematykę przekazanych treści.

W ramach realizacji **„Programu ograniczającego następstwa palenia tytoniu”** dnia 12 stycznia 2010r. przeprowadzono dla uczniów klas gimnazjalnych projekcję multimedialną, której głównym celem było przedstawienie skutków palenia papierosów. Również w miesiącu styczniu ogłoszony został konkurs na najlepszą gazetkę tematyczną dotyczącą palenia. Celem konkursu było: przypomnienie wiedzy na temat palenia papierosów, nabywanie umiejętności wyszukiwania materiałów na temat nałogu jakim jest palenie tytoniu. Gazetki były na bardzo wysokim poziomie i w związku z tym wszystkim biorącym w nim udział przyznano równorzędne pierwsze miejsce.

W miesiącu lutym odbyły się dwie prezentacje multimedialne. Pierwsza z nich była skierowana dla uczniów ze Szkoły Przystosobiającej do Pracy. Zajęcia te miały na celu: pogłębienie wiedzy o zdrowych, społecznych i ekonomicznych skutkach palenia, wywołanie refleksji na temat mądrego dorastania bez nałogów, poznanie szkodliwości dymu papierosowego na zdrowie człowieka. Uczniowie na tych zajęciach dowiedzieli się jaki jest skład dymu tytoniowego oraz jego szkodliwość na organizm człowieka, a także co to jest nałóg oraz bierne palenie. Dnia 23 lutego 2010 r. odbyła się druga prezentacja multimedialna pt „Palenie a zdrowie” dla uczniów Szkoły Podstawowej. Celem pokazu było uświadomienie dzieciom negatywnych skutków palenia tytoniu, wpływu nikotyny na organizm człowieka oraz zachęcanie uczniów do propagowania zdrowego stylu życia.

W dniu 18 marca 2010r. przeprowadzono konkurs na wiersz pt. „Palić, nie palić – oto jest pytanie?” Celem tego konkursu było: kształtowanie postaw i zachowań przeciwytoniowych wśród uczniów szkoły podstawowej, kształtowanie umiejętności dokonywania świadomych i przemyślanych decyzji, wylansowania mody na niepalenie wśród uczniów szkoły podstawowej, rozwijanie umiejętności literackich. Był on skierowany do

uczniów klasy V szkoły podstawowej. Uczniowie mieli za zadanie napisanie wiersza o tematyce antynikotynowej dedykowanego osobom palącym. W konkursie wzięło udział troje uczniów, a najlepszą pracę przesłano do Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Turku, która została nagrodzona dyplomem za udział w konkursie. Również w miesiącu marcu odbyły się zajęcia warsztatowe dla grup wychowawczych na temat: „*Uświadamianie zagrożeń wynikających z palenia papierosów*” oraz dla uczniów klasy III Ż1 Technikum Organizacji Usług Gastronomicznych w Turku. Celem tego spotkania była integracja grupy, a przede wszystkim kształtowanie prozdrowotnej postawy wobec palenia papierosów, uświadomienie uczniom, jaki wpływ ma nikotyna na organizm, jakie choroby wywołuje oraz czy palenie papierosów jest symbolem dorosłości. Młodzież pracowała w grupach, zadaniem ich było przygotowanie odpowiedzi na pytania, rozwiązywanie krzyżówek, quizów wiedzy. Na koniec zajęć wszyscy uczestnicy spotkania mieli przygotować plakat do ułożonych wcześniej haseł związanych z paleniem tytoniu. W marcu przeprowadzono i rozstrzygnięto konkurs na opracowanie najlepszego plakatu dotyczącego szkodliwości palenia papierosów. Konkurs ten był wykonywany techniką dowolna, a zwycięską klasą okazała się I-II Gimnazjum. Uczniowie klasy otrzymali słodczyce i pamiątkowy dyplom.

W marcu i kwietniu psycholog szkolny przeprowadziła w klasie I i II ZSZ prelekcje na temat szkodliwości palenia papierosów na temat „ Palić czy nie? Zdecyduj sam! Poznajemy fakty-obalamy mity. Również w miesiącu kwietniu pedagog szkolny przeprowadziła warsztaty dla dwóch klas Szkoły Przystosabiającej do Pracy dotyczące asertywności i świadomego dokonywania wyboru.

W ramach współpracy z Zespołem Szkół Technicznych w Turku uczniowie naszego Ośrodka brali czynny udział w licznych działaniach antynikotynowych prowadzonych przez tę zaprzyjaźnioną placówkę. Podsumowaniem były prelekcje dotyczące szkodliwości palenia tytoniu, które odbyły się 26 maja 2010 roku z przeznaczeniem dla uczniów gimnazjum na temat „Nikotyna albo TY” oraz 27 maja 2010 roku dla uczniów Zasadniczej Szkoły Zawodowej na temat „Mądrzy nie palą”.

Dnia 31 maja 2010 roku nastąpiło rozstrzygnięcie **Międzyszkolnego Konkursu Prezentacji Multimedialnych dla młodzieży szkół ponadgimnazjalnych „PAPIEROS CZY ZDROWIE”**. Celem konkursu było propagowanie niepalenia oraz uświadomienie szkodliwego działania dymu tytoniowego na organizm człowieka. Jury konkursu doceniło prace uczniów klasy III ZSZ, którzy reprezentowali nasz Ośrodek. Zajęli oni odpowiednio III miejsce oraz wyróżnienie i zostali nagrodzeni pamiątkowymi dyplomami oraz atrakcyjnymi

nagrodami rzeczowymi w postaci książek.

Od września 2010 roku w Ośrodku realizowane są następujące programy dotyczące profilaktyki antynikotynowej: „*NIE PAL PRZY MNIE PROSZĘ*” dla klas I – III szkoły podstawowej, „*ZNAJŹ WŁAŚCIWE ROZWIĄZANIE*” dla klas starszych szkoły podstawowej i gimnazjum, „*PROGRAM OGRANICZAJĄCY ZDROWOTNE NASTĘPSTWA PALENIA TYTONIU*” dla klas ponadgimnazjalnych.

Celem ogólnym programów jest zapobieganie paleniu tytoniu wśród młodzieży szkolnej, zwiększenie wiedzy w zakresie szkodliwości dymu tytoniowego, kształtowanie umiejętności dbania o zdrowie własne i swoich bliskich, kształtowanie postaw asertywnych związanych z unikaniem czynnego i biernego palenia tytoniu. W miesiącu wrześniu nauczyciele zapoznali rodziców z realizowanymi w naszym Ośrodku programami.

Dnia 18 listopada 2010r. odbyły się zajęcia warsztatowe w ramach *Światowego Dnia Rzucania Palenia*. Wychowankowie naszego Ośrodka mieli okazję przypomnieć sobie jakie substancje szkodliwe zawierają papierosy oraz jakie choroby i skutki powoduje palenie tytoniu. Dzieci zostały podzielone na grupy i wraz ze swoimi wychowawcami układali hasła z rozsypanek wyrazowych, do których następnie wykonywali plakaty, które mobilizowały do rzucenia palenia. Następnie zadaniem każdej grupy było przedstawienie i omówienie swojej pracy. Wszystkie prace zostały wyeksponowane w holu Ośrodka.

Podobnie jak w latach ubiegłych, tak i w tym roku 17 listopada 2010 roku Ośrodek nasz uczestniczył w XVIII Festiwalu Piosenki o Zdrowiu. W festiwalu brali udział uczniowie szkół podstawowych i gimnazjów Powiatu Tureckiego. Każdy wykonawca przedstawił jeden utwór poruszający tematykę antynikotynową lub zdrowotną. Nasz Ośrodek reprezentował uczeń klasy II gimnazjum z piosenką „Zakazany owoc”. Jury festiwalu doceniło wysiłek naszego wychowanka, przyznając mu III nagrodę w swojej kategorii wiekowej. Festiwal zakończył się wręczeniem nagród, wyróżnień i dyplomów dla uczestników oraz ich opiekunów.

Działania profilaktyczne w naszej szkole mają szeroki zasięg i dotyczą głównie profilaktyki uzależnień, zapobiegania chorobom i przeciwdziałania agresji.

Dnia 17 maja 2010 roku w naszym Ośrodku odbył się krótki apel z okazji Międzynarodowego Dnia Pamięci o Osobach Zmarłych na AIDS. Jak co roku, trzecia

niedziela maja jest szczególnym dniem, kiedy organizacje działające na polu profilaktyki HIV/AIDS jednoczą się i wspominają osoby, które straciły życie z powodu AIDS. Organizowane wydarzenia mobilizują do zwiększenia świadomości o HIV/AIDS i mówią jak ważne są edukacja oraz programy profilaktyczne w celu poprawy sytuacji epidemiologicznej oraz zmniejszenia nowych zakażeń. Na zakończenie apelu pod tablicą, na której zamieszczone były informacje związane z tematem HIV i AIDS zapalony został symboliczny znicz jako symbol upamiętniający osoby, które zmarły z powodu AIDS.

Zgodnie z zaleceniem Głównego Inspektora Sanitarnego w dniach 2 i 7 czerwca 2010 roku w naszym Ośrodku odbyła się akcja informacyjno – edukacyjna na temat „ Skutki zdrowotne wynikające z nadmiernego promieniowania ultrafioletowego”. Akcją zostali objęci wszyscy uczniowie gimnazjum, szkoły zawodowej i przysposabiającej do pracy. Informacje zostały przekazane w postaci prezentacji multimedialnej. Podsumowaniem akcji dotyczącej skutków zdrowotnych wynikających z nadmiernego promieniowania UV było zorganizowanie wyjścia do jednego z solariów w Turku. Uczniowie gimnazjum mieli możliwość obejrzenia solarium, poznania pracy oraz zasad korzystania z jego usług. Celem zorganizowanej akcji było przede wszystkim podniesienie poziomu wiedzy młodzieży na temat szkodliwości nadmiernej ekspozycji na promieniowanie ultrafioletowe i kształtowanie zachowań sprzyjających zdrowiu.

W dniu 2 września 2010 roku Powiatowa Stacja Sanitarno - Epidemiologiczna w Turku ogłosiła konkurs na prezentację multimedialną pod hasłem” Nie daj szansy AIDS”. Uczestnikami konkursu byli uczniowie szkół gimnazjalnych województwa wielkopolskiego. Etap szkolny w naszym Ośrodku objął 16 uczniów, którzy wykonywali swoje prace w programie Power Point. Uczestnicy konkursu w trakcie jego trwania poszerzyli swoją wiedzę w zakresie profilaktyki HIV/AIDS. Praca uczennicy klasy I gimnazjum została przekazana do Powiatowej Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej w Turku, do powiatowego etapu konkursu. Dnia 1 grudnia 2010 roku w Światowy Dzień AIDS wszyscy uczestnicy etapu powiatowego wraz z opiekunami zostali zaproszeni do Miejskiego Domu Kultury na podsumowanie. Nasza uczennica za swoją pracę otrzymała dyplom uczestnika, nagrodę rzeczową i podziękowanie za włożony wkład pracy.

Ponadto nasi uczniowie wzięli udział w **Powiatowej Olimpiadzie Wiedzy na temat HIV i AIDS** organizowanej przez Zespół Szkół Technicznych w Turku. Celem Olimpiady było kształtowanie właściwych postaw i zachowań wobec HIV/AIDS wśród młodzieży szkolnej. Eliminacje do Olimpiady przebiegały na etapie szkolnym, w którym brali udział

uczniowie klas Zasadniczej Szkoły Zawodowej. Etap ten wyłonił dwóch zwycięzców z klasy I ZSZ, którzy 2 grudnia 2010r. wzięli udział w Powiatowej Olimpiadzie Wiedzy na temat HIV i AIDS. Uczniowie za udział w olimpiadzie otrzymali dyplom oraz drobne upominki rzeczowe.

Dnia 7 grudnia 2010r. odbyły się w naszej szkole **warsztaty szkolne** zorganizowane przez pedagoga szkolnego pod hasłem „ Nie daj szansy AIDS”. Odbiorcami zajęć byli uczniowie Gimnazjum, Zasadniczej Szkoły Zawodowej, wybrani uczniowie Szkoły Podstawowej i klas Szkoły Przesposabiającej do Pracy. Główne cele zajęć to: rozróżnianie pojęć: HIV i AIDS, poznanie dróg zakażenia, poznanie najczęściej występujących faktów i mitów dotyczących HIV i AIDS, zapoznanie z sytuacją osób zarażonych wirusem HIV we współczesnym świecie, poznanie symboliki - czerwona wstążka, przypomnienie zachowań bezpiecznych i ryzykownych. Na zakończenie zajęć została wspólnie przygotowana informacyjna gazetka szkolna.

W dniach od 14 do 16 grudnia 2010 roku pielęgniarka szkolna przeprowadziła pogadanki na temat profilaktyki grypy. W zajęciach uczestniczyli uczniowie klas gimnazjum, szkoły zawodowej i przesposabiającej do pracy. Celem pogadanki było przekazanie uczniom wiadomości dotyczących sposobów zapobiegania grypie poprzez: unikanie kontaktu z osobą zarażoną, przestrzeganie podstawowych zasad higieny osobistej, właściwe odżywianie, stosowanie szczepionek, które chronią organizm przed wirusem grypy. Ponadto uczniowie poznali przyczyny i objawy grypy oraz konsekwencje wynikające z jej niedoleczenia. Na zakończenie zajęć wykonano plakat dotyczący zdrowia.

Czas wolny naszych wychowanków staramy się zagospodarować ciekawie i aktywnie.

W lutym 2010 roku w naszym Ośrodku odbyło się spotkanie z udziałem psów terapeutów z Fundacji „AMA CANEM”. Od wczesnych godzin rannych w Ośrodku panował gwar, wzruszenie i zabawa z pięcioma czworonogami z fundacji. Uczestniczące w terapii dzieci i dorośli mogli obcować z psami specjalnie wyszkolonymi, posiadającymi wybitne predyspozycje do pracy z osobami niepełnosprawnymi. Zajęcia były dostosowane do możliwości i chęci pracy z psem.

W kwietniu 2010 roku odbyła się I Międzyośrodkowa Olimpiada Matematyczno-Przyrodnicza pod hasłem „ Ziemia – planeta roślin, zwierząt i ludzi”. Uczestnikami tej olimpiady była młodzież gimnazjalna z ośrodków szkolno-wychowawczych z Koła, Konina,

Rychwała, Stemplewa i Turku.

Celem olimpiady było przede wszystkim rozwijanie zainteresowań i popularyzacja wiedzy i umiejętności matematyczno - przyrodniczych oraz zdobywanie nowych doświadczeń i motywowanie do nauki uczniów uzdolnionych.

Obchody Światowego Dnia Zdrowia w naszym Ośrodku miały miejsce w dniach od 7 do 15 kwietnia 2010r. Zorganizowaliśmy akcję „Dzień dla zdrowia”, w którym pielęgniarka szkolna przeprowadziła dla uczniów wszystkich klas mierzenie ciśnienia, ważenie oraz mierzenie. Na podstawie tych pomiarów uczniowie wyliczyli swoje BMI.

W piątek 9 kwietnia 2010r. odbyło się spotkanie z policjantem na temat przepisów ruchu drogowego, a następnie została przeprowadzona „Olimpiada wiedzy o ruchu drogowym”, do której przystąpili przedstawiciele szkoły podstawowej, gimnazjum, zasadniczej szkoły zawodowej, zespołu edukacyjno – terapeutycznego i szkoły przysposabiającej do pracy. Konkurs odbył się w dwóch etapach. Etap teoretyczny przeprowadzony został w pracowni komputerowej, gdzie korzystając ze strony internetowej uczniowie rozwiązywali zamieszczone tam testy – młodsi „test na kartę rowerową”, starsi „test na kartę motorowerową”. Odgadywali również hasła krzyżówek oraz rebusów tematycznie związanych z bezpieczeństwem w ruchu drogowym. Zmagając się z praktyczną częścią konkursu uczniowie wykazywali się wiedzą i umiejętnościami sprawnego poruszania się po drodze i skrzyżowaniu z sygnalizacją świetlną w różnych sytuacjach drogowych.

W czwartek, 15 kwietnia zorganizowano wycieczkę do lasu, w której wzięli uczniowie klas gimnazjalnych. Celem wycieczki było poznawanie środowiska przyrodniczego najbliższej okolicy, upowszechnianie wśród dzieci i młodzieży zasad ochrony środowiska naturalnego oraz umiejętności korzystania z zasobów przyrody, upowszechnienie form aktywnego wypoczynku, poznawanie zasad bezpiecznego zachowania się w różnych sytuacjach.

Nauczyciele zaprojektowali i wykonali grafiką komputerową makiety kuli ziemskiej, które zostały wywieszane w PSSE w Turku, Urzędzie Miasta oraz w przychodniach lekarskich. Ponadto uczniowie pod kierunkiem wychowawców wykonali dowolną techniką makiety kuli ziemskiej, które zostały wyeksponowane na korytarzu szkolnym.

Na korytarzu szkolnym została wykonana również gazetka tematyczna związana z hasłem tegorocznego Światowego Dnia Zdrowia.

Podsumowaniem działań związanych z obchodami Światowego Dnia Zdrowia był apel połączony z obchodami Światowego Dnia Ziemi, który odbył się w dniu 27 kwietnia

2010.

W związku z obchodami Światowego Dnia Zdrowia przystąpiliśmy do konkursu pod hasłem „*Miasto i Człowiek. Zdrowie w Mieście się Liczy*” Najlepsza praca została przekazana do Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Turku, gdzie zajęła II miejsce.

Cyklicznie, przez kolejne trzy poniedziałki tj. 12, 19 i 26 kwietnia 2010r. w naszym Ośrodku odbywały się „Dni Przeciwno Przemocy i Agresji”. Akcja przeznaczona była dla dzieci i młodzieży Ośrodka, a prowadzone działania skupione były wokół tematu agresji oraz promowania postawy życzliwości i koleżeńskości wobec innych. Wybrani uczniowie klasy zasadniczej szkoły zawodowej i szkoły przysposabiającej do pracy przy pomocy pedagoga szkolnego wykonali prezentację multimedialną, która później posłużyła dla wszystkich jako ciekawe uzupełnienie mini wykładu na temat zachowań agresywnych. Treści prezentacji umieszczone zostały na tablicy informacyjnej zajmującej się profilaktyką w celu ich utrwalenia. Zakończeniem warsztatów były wykonane plakaty „Stop przemocy”, „Drzewo życzliwości” „Jestem dobrym kolegą, koleżanką”.

19 kwietnia 2010 roku został zaproszony przedstawiciel Policji sekcji ds. nieletnich, który od strony prawnej przedstawił konsekwencje zachowań agresywnych. Wśród uczniów szkoły podstawowej, gimnazjum, zasadniczej szkoły zawodowej i szkoły przysposabiającej do pracy została przeprowadzona ankieta dotycząca agresji i przemocy w naszej szkole.

W kwietniu 2010 roku uczniowie Ośrodka pojechali na wycieczkę na „Fermę strusi” do Modlibogowic, która znajduje się w gospodarstwie agroturystycznym, gdzie hodowanych jest wiele różnych zwierząt. Dzieci zostały oprowadzone po gospodarstwie, gdzie mogły dotknąć, pogłaskać czy pobawić się z wybranym zwierzęciem.

W maju 2010 r. sześcioro uczniów naszego Ośrodka wzięło udział w spotkaniu integracyjnym „Koń nasz przyjaciel” w Stemplewie. Spotkanie to miało na celu wdrażanie do aktywnego i zdrowego spędzania czasu, popularyzację jazdy konnej, integrację młodzieży z różnych środowisk jak i podnoszenie sprawności fizycznej i kultury osobistej. Uczestnicy mogli sprawdzić się w takich konkurencjach jak: rzut do celu, rzut podkową, chodzenie na szczydłach, jazda na rowerze, strzelanie z procy, rzut do kosza, rzucanie kapelusza na wieszak, malowanie konia.

Po raz kolejny nasz Ośrodek przystąpił do Ogólnopolskiego Konkursu „Czysty las” pod patronatem Dyrektora Generalnego Lasów Państwowych, Rzecznika Praw Dziecka oraz Prezesa Towarzystwa Przyjaciół Lasu.

To już VI edycja tego konkursu. Spośród czterech kategorii uczestniczyliśmy w dwóch: „Leśny Patrol” i „Las w sztuce”. 15 czerwca 2010 roku odbyło się podsumowanie działań podjętych przez uczniów Ośrodka. Polegało ono na wspólnym sprzątanii lasu zakończonym ogniskiem i zabawą. Również w czerwcu uczniowie dostarczyli wykonaną makietę lasu do Nadleśnictwa w Turku. Rozstrzygnięcie konkursu nastąpiło we wrześniu 2010 roku. Nasz Ośrodek przeszedł z etapu regionalnego do finału konkursu w Warszawie.

Dnia 16 czerwca 2010 roku uczniowie gimnazjum oraz szkoły zawodowej wraz z nauczycielami udali się na wycieczkę do Kopalni Soli w Kłodawie. Zjazd pod ziemię na głębokość 600 metrów, był dla wszystkich wielkim przeżyciem. Trasa zwiedzania prowadziła przez długie, pięknie oświetlone korytarze i wyeksploatowane komory solne. Przewodnik opowiedział nam o historii powstania złóż kłodawskich, zastosowaniach soli i sposobach jej wydobywania. Zwiedzanie kopalni dostarczyło wszystkim niezapomnianych wrażeń.

Tegoroczna edycja akcji „sprzątanie świata” została przeprowadzona w dniach **17-19 września 2010r.** i przebiegała pod hasłem: „**Chrońmy bioróżnorodność – segregujmy odpady**”. Jak co roku wszyscy uczniowie z opiekunami wyruszyli w wyznaczony teren, aby włączyć się do akcji. Wychowankowie brali udział w konkursie plastycznym, a wytypowana przez szkołę uczennica została nagrodzona przez Starostę Tureckiego na uroczystym podsumowaniu akcji.

W dniu 23 września 2010 r. w ramach zajęć dogoterapii została zorganizowana wycieczka do miejskiego schroniska dla bezdomnych zwierząt. Celem wycieczki była obserwacja zwierząt, integracja uczniów, jak również wywoływanie empatii. Uczniowie z dużą przyjemnością słuchali opowiadań pracowników schroniska, jak i zadawali dużo pytań. Podczas pobytu w schronisku uczniowie mieli możliwość pobawienia się z dwoma kotkami, które niedawno trafiły pod opiekę schroniska. Kończącym punktem wycieczki było przekazanie przez pracowników schroniska plakatu propagującego pomoc bezdomnym zwierzętom.

Dnia 4 października 2010 roku dzięki uprzejmości Nadleśnictwa Turek odbyło się „Święto Pieczonego Ziemniaka”. Po wspólnym powitaniu wyruszyliśmy trasą wskazaną przez panią leśniczkę. Ścieżka edukacyjna była pełna niespodzianek. Musieliśmy rozwiązywać zagadki dotyczące flory i fauny leśnej oraz pokonywać tory przeszkód. Pani leśniczka przeprowadziła lekcję na temat roślin i zwierząt naszych lasów. Następnie odbyły się konkursy, gry i zabawy ruchowe, które przebiegały w zdrowej rywalizacji. Świętowanie zakończyliśmy pieczeniem kiełbasek.

W dniu 28 października 2010 roku w ramach zajęć dogoterapii odbyła się wycieczka plenerowa na Obrębiznę. W wycieczce wzięła udział klasa IV zespołu edukacyjno-terapeutycznego z autyzmem oraz klasa I-III zespołu edukacyjno-terapeutycznego z wychowawcami. Celem wycieczki było: niwelowanie lęków i napięć związanych z kontaktem z psami, integracja uczniów oraz poznawanie walorów najbliższej okolicy. W ramach wycieczki odbyły się konkursy sprawnościowe z nagrodami.

W dniu 9 grudnia 2010 roku w ramach zajęć dogoterapii uczniowie naszego Ośrodka odwiedzili przychodnię weterynaryjną Henryka Bęgiery przy ulicy Folwarcznej w Turku. Dzieciom towarzyszyła też Gracja - czworonogi przyjaciel. Podczas wizyty w weterynarii lekarz opowiedział uczniom jak należy odpowiednio karmić i pielęgnować czworonogi. Uczestnicy wycieczki zobaczyli także sale operacyjną. Duże zainteresowanie wzbudził psi salon fryzjerski, gdzie czworonogi najpierw są strzyżone, później kąpane, a na sam koniec suszone. Największe wrażenie na podopiecznych zrobiło sprawdzanie za pomocą stetoskopu, jak bije serce Gracji.

W naszym Ośrodku duży nacisk kładziemy na sprawność fizyczną naszych wychowanków.

Głównymi założeniami jest poznanie różnych form wypoczynku i spędzania czasu wolnego, zapoznanie z zabawami i grami podwórkowymi, rekreacyjnymi na świeżym powietrzu, możliwość obserwacji swoich postępów motorycznych i rozwoju fizycznego, udział w zawodach sportowych, podczas których wychowankowie mają możliwość rywalizacji ze swoimi rówieśnikami oraz zaprezentowania swoich możliwości. Prowadzimy naukę pływania, gimnastykę korekcyjno-kompensacyjną, na którą uczęszczają uczniowie z wadami postawy oraz z deficytami ruchowymi, regularny trening bowlingu.

W roku 2010 wzięliśmy udział w następujących zawodach sportowych:

W marcu 2010 roku w Stemplewie odbyła się Wojewódzka Spartakiada Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej. Celem spotkania było: wdrażanie do współzawodnictwa i rywalizacji sportowej, rozwijanie kontaktów koleżeńskich, popularyzowanie kultury fizycznej wśród młodzieży, promowanie aktywnego i zdrowego stylu życia. Konkurencje były bardzo zróżnicowane i pomysłowe np.: bieg przez most, bieg w dużych pudłach, czy bieg z ubieraniem i rozbieraniem koszulki.

W marcu 2010 roku pod patronatem Starosty Konińskiego oraz Dyrekcji Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Rychwale odbył się międzyośrodkowy turniej gier i

zabaw pod nazwą **SPORT NA WESOŁO**. Dzieci ze wszystkich szkół bawiły się i cieszyły z każdej zabawy integrując się na wesoło.

W maju 2010 roku na terenie hali sportowej konińskiego Domu Kultury odbył się Program Treningowy Aktywności Motorycznej MATP, w którym wzięło udział sześcioro wychowanków z naszego Ośrodka.

Każdy z zawodników wziął udział w 3 zadaniach ruchowych takich jak:

- strzał na bramkę,
- rzut i chwyt piłki,
- rzut do celu, przeciąganie się w pozycji leżącej na dwóch złączonych ławeczkach,
- przejście po ławeczce,
- slalom na wózku.

Każdy zawodnik pokonujący swoją niepełnosprawność za udział w konkurencjach sportowych otrzymał medal i upominek.

Dnia 21 września 2010 roku wychowankowie naszego Ośrodka wraz z opiekunem wzięli udział w rajdzie pieszym pod hasłem „Śladami Kultury Naszego Regionu” z okazji Światowego Dnia Turystyki. Trasę rozpoczęliśmy od zwiedzania Zamku w Łęczycy. Po zwiedzeniu zabytków Ziemi Łęczyckiej dotarliśmy do ZOO w Borysowie, gdzie mogliśmy znaleźć się choć na chwilę w świecie Safari, egzotycznych zwierząt i roślinności z całego świata.

W dniu 2 października 2010 roku wzięliśmy udział w VIII Turnieju Tenisa Stołowego Olimpiad Specjalnych zorganizowanym przez Specjalny Ośrodek Szkolno - Wychowawczy w Kole. Celem turnieju była popularyzacja gry w tenisa stołowego oraz integracja dzieci z różnych Ośrodków. Nasz Ośrodek reprezentowali uczniowie gimnazjum i szkoły zawodowej, którzy uplasowali się na medalowych miejscach.

Dnia 8 października 2010 r. na terenie Pływalni Krytej w Turku odbył się IX Regionalny Mityng w Pływaniu Olimpiad Specjalnych, którego byliśmy organizatorami wspólnie z Warsztatami Terapii Zajęciowej w Turku. Celami powyższych zawodów jest popularyzacja pływania oraz integracja osób z upośledzeniem umysłowym. Każdy z zawodników za swoje sportowe zmagania został nagrodzony medalem oraz drobnym upominkiem.

Dnia 15 listopada 2010 roku nasi wychowankowie wraz wzięli udział w VI Regionalnym Turnieju Bowlingu Olimpiad Specjalnych, który odbył się na kręgielni w Woli Podłużnej pod Koninem. W zawodach tych wzięli udział wychowankowie ośrodków

szkolno-wychowawczych z Konina, Borzęciczek, Pleszewa, Turku oraz uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej z Turku i Konina. Zawodnicy rozegrali dwie serie gier indywidualnych oraz jedną serię gier w deblach. Organizatorzy poza rozgrywkami przygotowali dla Specjalnych Zawodników szereg gier i zabaw, które wypełniały czas pomiędzy rozgrywkami oraz integrowały dzieci z różnych środowisk: Na zakończenie zawodów każdy z zawodników stanął na podium w celu odebrania medalu.

Ponadto koordynatorzy promocji zdrowia uczestniczyli w szkoleniu zorganizowanym 5 października 2010r przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Turku dotyczącym realizacji programów edukacyjnych. W trakcie szkolenia podejmowana była tematyka dotycząca wychowania zdrowotnego w szkole oraz najważniejszych problemów zdrowotnych występujących w populacji dzieci i młodzieży. Pracownicy PSSE omówili sposób realizacji poszczególnych programów prozdrowotnych na rok szkolny 2010/2011. Na zakończenie szkolenia dla każdej ze szkół zostały przydzielone materiały promocyjne niezbędne do realizacji programów.

2. Monitoring podjętych działań.

Monitoring działań podejmowanych w zakresie promocji zdrowia prowadzony jest systematycznie. Na spotkaniach zespołu ds. promocji zdrowia omawiany jest stopień oraz sposób realizacji podjętych działań, gromadzona dokumentacja (scenariusze zajęć, opisy działań, zdjęcia, scenariusze imprez i uroczystości o charakterze prozdrowotnym i ekologicznym). Sporządzane są sprawozdania cząstkowe, z których koordynatorzy opracowują raport roczny. Dokumentacja z podjętych działań prowadzona jest również przez koordynatorów w formie elektronicznej-strona internetowa.

3. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań.

Ewaluacji zostały poddane poszczególne działania prozdrowotne. Narzędziem diagnostycznym była analiza zgromadzonej dokumentacji oraz opinie członków zespołu wynikające z obserwacji. Wnioski zostały wyciągnięte na podstawie stopnia zaangażowania społeczności szkolnej (uczniów, nauczycieli, rodziców, pracowników szkoły) oraz efektywności realizowanych zadań. Z powyższego wynika, że:

1. Uczniowie:

- bardzo chętnie uczestniczą w organizowanych przedsięwzięciach wybierając tym samym właściwą formę spędzania czasu wolnego,
- wzrosła świadomość w zakresie profilaktyki chorób, co przejawia się większą dbałością o swoje zdrowie,
- zdobywają systematycznie coraz większą wiedzę na temat szkodliwości palenia tytoniu, czego efektem jest zmniejszenie liczby uczniów sięgających po tego rodzaju używki,
- integracja uczniów poprzez wspólną pracę spowodowała zmniejszenie agresji słownej jak i fizycznej,
- działania z zakresu poprawy sposobu żywienia skutkują tym, iż większość uczniów zwraca uwagę na to, co spożywa i stara się wybierać zdrową żywność.

2. Nauczyciele:

- z każdym rokiem wzrasta zaangażowanie nauczycieli, którzy starają się wspomóc podejmowane działania nawiązując współpracę z innymi szkołami oraz środowiskiem lokalnym (organizują spotkania integracyjne, wycieczki),
- realizując zadania prozdrowotne stosują metody aktywizujące, co przyczynia się do poprawy efektywności działań,
- chętnie współpracują z koordynatorami, co przyczynia się do poprawy jakości pracy.

3. Rodzice:

- coraz liczniej uczestniczą w organizowanych przez szkołę spotkaniach o tematyce prozdrowotnej (działalność klubu dla rodziców),
- aktywnie włączają się w organizację akcji, uroczystości, imprez,
- pozytywnie oceniają podejmowane przez szkołę działania profilaktyczne

Zaplanowane zadania zostały zrealizowane dzięki dobrej współpracy całej społeczności szkolnej. Działalność prozdrowotna służy poprawie sytuacji w szkole oraz czyni ją przyjazną nie tylko dla uczniów.

Z ewaluacji wynika, że efekty działań są zadowalające, ale kontynuacja ich jest niezbędna po to, by utrwalać i pogłębiać zdobytą wiedzę.