

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,****POSIADAJĄCEJ CERTYFIKAT WOJEWÓDZKI SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE**

RAPORT ZA OKRES OD 01.09.2012r. DO 27.06.2013r.

**INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:**

Pełna nazwa szkoły/placówki	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Kornela Makuszyńskiego w Turku
W przypadku zespołu szkół proszę wpisać, której szkoły dotyczy raport	
Adres	62-700 Turek, ul. Aleja Józefa Piłsudskiego 5
Gmina	Turek
Powiat	turecki
Telefon	063 289 60 61
Adres mailowy szkoły	sosw-turek@szkola.wp.pl
Adres mailowy koordynatora	Ad_idzik@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	1. Nauczyciele: Izabella Frątczak, Małgorzata Wawrzyniuk, Beata Szczesiak, Marlena Graczyk, Elżbieta Kociołek, Sławomir Sobczak, Katarzyna Czerniak, Anna Mikołajczyk 2. Rodzice: Jolanta Maciejewska 3. Uczniowie: 4. Pracownicy niepedagogiczni: Aldona Grzelak 5. Inne osoby: Teresa Jacaszek – pielęgniarka szkolna
Data otrzymania Certyfikatu Wojewódzkiego Szkoła Promująca Zdrowie	9 czerwca 2009 roku

**1. Plan działań w zakresie promocji zdrowia.***Plan działań stanowi załącznik*

## 2. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.

W naszym Ośrodku realizowane były programy edukacyjne, takie jak: Trzymaj Formę, „Bądźmy Zdrowi – Wiemy, Więc Działamy”, Program edukacji antynikotynowej dla uczniów klas I – III szkoły podstawowej: „Nie pal przy mnie proszę”, Program profilaktyki palenia tytoniu dla uczniów starszych klas szkoły podstawowej oraz gimnazjum: „Znajdź właściwe rozwiązanie”, Program Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce oraz Ogólnopolska Kampania Społeczna w zakresie zapobiegania HIV/AIDS.

Kontynuujemy realizację programu edukacyjnego „Trzymaj Formę”. Program realizowany jest w szkole podstawowej i gimnazjum. Przewodnymi celami tego projektu jest poszerzenie wiedzy dotyczącej zdrowego żywienia, zbilansowanej diety i aktywności fizycznej, kształtowanie umiejętności niezbędnych do utrzymania zdrowia i kondycji fizycznej, pogłębienie zainteresowania problematyką prozdrowotną wśród rodziców i uczniów.

W miesiącu wrześniu 2012 roku został opracowany harmonogram działań dotyczący realizacji programu edukacyjnego „Trzymaj Formę” na rok szkolny 2012/2013, który w dniu 18 września 2012 roku został przedstawiony rodzicom uczniów Ośrodka na spotkaniu z rodzicami.

W październiku 2012 roku w klasach szkoły podstawowej, gimnazjum i szkoły przysposabiającej do pracy bibliotekarka szkolna przeprowadziła zajęcia zachęcające uczniów do czytania wiadomości związanych ze zdrowym stylem życia. Uczniowie obejrżeli przygotowaną ekspozycję książek i prasy dotyczącą zdrowego odżywiania.

W listopadzie i grudniu 2012 roku przeprowadzono zajęcia z gospodarstwa domowego pod hasłem „Zdrowo jem!”, głównym celem których wyżej było zapoznanie uczniów ze zdrowym sposobem życia poprzez codzienne stosowanie zbilansowanej diety. Uczniowie poznawali zasady zdrowego żywienia poprzez codzienną pracę w domu i w szkole. W zajęciach brali udział wychowankowie I i II grupy wychowawczej oraz klasa I-III przysposabiająca do pracy i klasy I-III gimnazjum zespołu edukacyjno – terapeutycznego.

Podczas realizacji zadania „Aktywność fizyczna a zdrowie ucznia” w miesiącu grudniu 2012 roku zostały przeprowadzone Mikołajkowe rozgrywki w tenisa stołowego, w których uczestniczyli wybrani uczniowie klas szkoły podstawowej i gimnazjum. Doskonaliли oni umiejętności indywidualnych technik gry w tenisie stołowym w myśl zasady fair-play. Rozgrywki prowadzone były w różnych grupach wiekowych, a na koniec wyłoniono zwycięzców.

W miesiącu styczniu 2013 roku w ramach zadania „Zdrowa żywność w codziennym jadłospisie” uczniowie klas gimnazjum zespołu edukacyjno - terapeutycznego oraz klas szkoły przysposabiającej do pracy opracowali przykładowe tygodniowe jadłospisy dla młodzieży z uwzględnieniem ilości spożywanych kalorii. Wychowawcy klas przeprowadzili pogadanki na temat zdrowego odżywiania oraz zachęcili uczniów do propagowania zdrowego stylu życia. Przez cały pierwszy semestr bibliotekarka szkolna prowadziła akcję pod hasłem: „Pij wodę na zdrowie, czytaj książki to pobudza wyobraźnię”. Uczniowie obejrżeli prezentację multimedialną, której celem było ukazanie wartości odżywczych i złóż mineralnych wody.

W ramach realizacji zadania „Aktywność fizyczna, a zdrowie ucznia” w miesiącu lutym 2013 roku przeprowadzony został test wydolności fizycznej dla uczniów szkoły podstawowej, gimnazjum i szkoły przysposabiającej do pracy. Dzięki poznanej metodzie uczniowie mogli zaobserwować reakcje swojego organizmu podczas wysiłku fizycznego i w stanie spoczynku. Również realizując to zadanie w miesiącu marcu 2013 roku wybrani uczniowie poznali przykłady ćwiczeń rozwijających ogólną kondycję fizyczną. Zajęcia nakłoniły uczniów do częstszego korzystania z ćwiczeń ogólnorozwojowych.

W marcu 2013r. pielęgniarka szkolna przeprowadziła prelekcje w klasach szkoły podstawowej i gimnazjum pod hasłem: "Prawidłowe zasady żywienia na podstawie diety wegetariańskiej". Celem prelekcji było propagowanie zdrowego żywienia oraz kształtowanie postaw prozdrowotnych dotyczących dbałości o prawidłowe, bogate w witaminy i dostosowane do potrzeb ucznia odżywianie się w diecie wegetariańskiej.

Realizując zadanie „ Zdrowy styl życia” w miesiącu maju 2013 roku przygotowano kanapki ze zdrowych ekologicznie produktów oraz odbyła się degustacja jabłek dla wszystkich uczniów Ośrodka.

Realizujemy również projekt „Bądźmy zdrowi-wiemy, więc działamy, którego celem jest wzrost świadomości dzieci i młodzieży dotyczącej wpływu odżywiania, aktywności fizycznej na zdrowie i życie człowieka oraz kształtowanie właściwych nawyków i umiejętności. W projekcie biorą udział wychowankowie I i II grupy wychowawczej, uczniowie szkoły podstawowej, gimnazjum, gimnazjum zespołu edukacyjno - terapeutycznego oraz szkoły przysposabiającej do pracy.

W dniu 17 września 2012r. odbyło się spotkanie nauczycieli odpowiedzialnych za realizację projektu, podczas którego został opracowany harmonogram pracy na rok szkolny 2012/2013. Dnia 5 października 2012r. z celami programu zostali zapoznani rodzice, którzy wyrazili zgodę na realizację projektu.

W ramach projektu odbył się konkurs plastyczny na temat: „Zbilansowana dieta lub aktywność fizyczna”. Konkurs trwał od 12- 16 listopada 2012r. i brali w nim udział uczniowie z gimnazjum, gimnazjum zespołu edukacyjno - terapeutycznego oraz wychowankowie I i II grupy wychowawczej. Spośród wykonanych prac konkursowych najciekawszą okazała się praca wykonana przez uczennicę klasy III gimnazjum, która została przekazana do PSSE w Turku. Dnia 3 grudnia 2012 r. w Miejskim Domu Kultury w Turku odbyło się podsumowanie etapu powiatowego konkursu oraz wręczenie nagród. Naszą laureatkę uhonorowano dyplomem oraz atrakcyjną nagrodą rzeczową.

W dniu 5 grudnia 2012r. odbyły się zajęcia z gospodarstwa domowego dla uczniów szkoły podstawowej, szkoły przysposabiającej do pracy oraz wychowanków I i II grupy wychowawczej. Celem prowadzonych zajęć było przygotowanie przez uczniów zdrowych i pożywnych dań, np. sałatek warzywnych i owocowych. Ponadto dzieci dowiedziały się, dlaczego tak ważne dla rozwoju jest spożywanie warzyw i owoców i w jakich ilościach należy je spożywać. Odbyły się również zajęcia na świeżym powietrzu, w których wychowankowie bardzo chętnie uczestniczyli zdając sobie sprawę, że aktywność fizyczna jest jednym z podstawowych elementów zdrowego stylu życia . W grupach wychowawczych przeprowadzona została pogadanka na temat „ Co to są składniki odżywcze i w których produktach się znajdują?”.

Zajęcia te podsumowane zostały pracami plastycznymi oraz wykonaniem gazetki

tematycznej. Podjęte działania pozwoliły wychowankom usystematyzować swoją wiedzę o zdrowym trybie życia.

W drugim półroczu w ramach programu „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy” pod hasłem „W zahartowanym ciele zdrowy duch” na przełomie stycznia i lutego odbyły się zajęcia na świeżym powietrzu dla wychowanków grup wychowawczych oraz uczniów szkoły podstawowej i gimnazjum. Celem tych zajęć było uświadomienie dzieciom, iż regularna aktywność fizyczna jest jednym z elementów zdrowego stylu życia. Zajęcia podsumowano konkursem na najbardziej oryginalnego bałwana.

W miesiącu marcu 2013r. miały miejsce pogadanki dla uczniów szkoły podstawowej, gimnazjum oraz wychowanków dwóch grup wychowawczych nt. „Walczymy z otyłością”. Na zajęciach młodzież zdobywała wiadomości i umiejętności dotyczące zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej i prawidłowego odżywiania. Uczniowie poznali zdrowe produkty mające wpływ na prawidłowy rozwój, zapoznali się z piramidą żywienia oraz przypomnieli sobie aktywne sposoby wypoczynku. Powyższe rozmowy ukazały dzieciom, iż prawidłowa dieta i aktywność fizyczna przeciwdziałają otyłości. Ponadto została wykonana gazetka ścienna pt. „Bądźmy zdrowi” w postaci „Piramidy Zdrowego Żywienia”.

Z okazji „Światowego Dnia Zdrowia” 8 kwietnia 2013r. uczniowie wykonali gazetkę informacyjną pod hasłem „Zdrowe Bicie Serca”. Motywem przewodnim było nadciśnienie tętnicze. Celem kampanii prowadzonej w ramach Światowego Dnia Zdrowia 2013 było zmniejszenie zawałów serca i udarów mózgu, przez: podniesienie świadomości społeczeństwa na temat przyczyn i skutków nadciśnienia tętniczego, edukację zdrowotną w zakresie zapobiegania wysokiemu ciśnieniu krwi i jego powikłaniom oraz zachęcenie osób dorosłych do regularnej kontroli swojego ciśnienia krwi i stosowania się do zaleceń lekarza.

Na II Powiatową Konferencję Szkół Promujących Zdrowie, która odbyła się 11 kwietnia 2013r. wychowankowie grup wychowawczych przygotowali przestrzenną „Piramidę Zdrowego Żywienia”, która została wykonana z drewna. Piramida wypełniona była oryginalnymi produktami. Powyższe działanie utrwaliło wychowankom wiedzę na temat prawidłowego odżywiania.

Programy „Bądźmy zdrowi – wiemy, więc działamy” i „Trzymaj formę” zostały podsumowane na Festynie Zdrowia, który odbył się 29 maja 2013r. Na tę okoliczność została przygotowana tablica informacyjna podsumowująca działania programu oraz odbył się krótki apel podsumowujący. Nastąpiło rozstrzygnięcie konkursów i rozdanie nagród. Podczas Festynu został przygotowany poczęstunek ze zdrowych, ekologicznych potraw w postaci: soku marchewkowego, sałatek owocowo-warzywnych oraz zdrowych kanapek.

W podsumowaniu udział wzięła cała społeczność Ośrodka oraz zaproszeni goście i rodzice. Wszystkim uczniom podziękowaliśmy za aktywny udział i zaangażowanie w program oraz zaprosiliśmy do kontynuacji współpracy w następnym roku.

W dniach od 8 do 12 kwietnia 2013 roku trwał w naszym Ośrodku Tydzień Promocji Zdrowia, w ramach którego odbyły się:

- konkurs promujący ekologiczny styl życia pod hasłem „Eko– Sejmik”, którego celem było uświadomienie, na czym polegają zagrożenia związane z odpadami komunalnymi, znajomość zalet recyklingu oraz dostrzeganie piękna przyrody i zależności życia ludzi od środowiska przyrodniczego. Podsumowaniem konkursu

było wspólne rozwiązanie krzyżówki, którego hasłem było „Szanuj zieleń”.

- dzień sportu, którego głównym celem było: propagowanie aktywnego spędzania czasu wolnego, rozwijanie ogólnej sprawności ruchowej oraz integracja środowiska uczniowskiego. Uczniowie brali udział w grach i zabawach tanecznych, w rozgrywkach bocce oraz tenisa stołowego. Ponadto zorganizowano konkurs plastyczny na temat „ Jak odżywia się sportowiec” przeznaczony dla wszystkich uczniów Ośrodka. Wszystkie prace były bardzo staranne i ciekawie wykonane.

- dzień pierwszej pomocy przedmedycznej - uczniowie obejrżeli krótki film dotyczący resuscytacji krążeniowo – oddechowej i prezentacje instruktażowe udzielenia pierwszej pomocy przedmedycznej w przypadku krwawienia z nosa, zachłyśnięcia, odniesienia ran lekkich oraz omdleń – czyli sytuacji, które w warunkach szkolnych mogą wystąpić. Następnie pod nadzorem prowadzących zajęcia przystąpili do ćwiczeń: rozpoznawanie i ocena stanu poszkodowanego oraz układanie go w pozycji bezpiecznej i sposób powiadomienia odpowiednich służb, opatrywanie i bandażowanie ran lekkich, mierzenie ciśnienie, ważenie, postępowanie w przypadku zachłyśnięcia. Ponadto na fantomach ćwiczą rękoczyn czoło – żuchwa i resuscytację krążeniowo – oddechową.

- II Powiatowa Konferencja Szkół Promujących Zdrowie pod hasłem „Zdrowie na talerzu”. W konferencji uczestniczyło 60 osób, w tym: sześć szkół posiadających Certyfikat Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie: Szkoła Podstawowa w Skarżynie, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Turku, Szkoła Podstawowa nr 5 w Turku, Szkoła Podstawowa nr 4 w Turku, Gimnazjum nr 2 w Turku, Gimnazjum we Władysławowie, dwóch szkół i przedszkola będących w okresie przygotowawczym: Przedszkole Samorządowe nr 6 w Turku, Szkoła Podstawowa nr 1 w Turku, Szkoła Podstawowa w Miłaczewie. Konferencja miała na celu przybliżyć uczestnikom tematykę dbałości o zdrowie w aspekcie zdrowego żywienia oraz umożliwiła wymianę doświadczeń i integrację szkół promujących zdrowie. Uczestnicy konferencji obejrżeli przygotowaną przez uczniów Ośrodka prezentację multimedialną pt. „Właściwe odżywianie podstawą zdrowego życia” oraz obejrżeli program artystyczny w wykonaniu zespołu wokalnie – tanecznego, który zaprezentował koncert „Orkiestry kuchennej” oraz taniec „Zajaczki w ogrodzie”. Następnie dietetyk medyczny wygłosił prelekcję na temat „Suplementy diety i ich znaczenie w żywności”, w której omówił zarówno pozytywny, jak i negatywny wpływ włączania suplementów diety do żywienia. Każda z zaproszonych szkół zaprezentowała krótki program artystyczny nawiązujący do tematu konferencji oraz pracę konkursową „Piramida zdrowia”. Wśród prezentowanych programów artystycznych znalazły się piosenki, wiersze, skecze, przedstawienia, bajki, kabaret oraz filmy animowane. W przerwach konferencji goście zostali zaproszeni na degustację zdrowej żywności. Konferencja zakończyła się uroczystym wręczeniem dyplomów oraz owocowych upominków wszystkim uczestnikom.

- zajęcia dogoterapii oraz apel podsumowujący działania Tygodnia Promocji Zdrowia. Na zajęciach dogoterapii dominowały zabawy ruchowe tj: „ Rzucanie do

celu”, „Pieski do budy”, „Gdzie jest przysmak”, „Tor przeszkód” i inne. Oprócz zajęć ruchowych biorący udział w spotkaniu uczniowie mogli czesać i przytulać się do psa, odrysować łapę pieska i posłuchać bicia jego serca. Na koniec spotkania z wyczesanej wcześniej sierści psa uczniowie wykonali przepiękne prace plastyczne. Wszystkie działania mające miejsce podczas Tygodnia Promocji Zdrowia zostały podsumowane na apelu, na którym wszyscy uczniowie oraz nauczyciele wysłuchali relacji z przeprowadzonych działań i obejrżeli zdjęcia

### **Programy dotyczące profilaktyki palenia tytoniu.**

Celem ogólnym programów jest zapobieganie paleniu tytoniu wśród młodzieży szkolnej. Nasz Ośrodek już po raz kolejny uczestniczy w realizacji programów z edukacji antytytoniowej, takich jak: „**Nie pal przy mnie, proszę**”, „**Znajdź właściwe rozwiązanie**”, „**Program ograniczający szkodliwe następstwa palenie tytoniu**”. Realizacją programów objęci są wszyscy uczniowie Ośrodka, nauczyciele i rodzice. Dnia 8 listopada 2012 roku w Miejskim Domu Kultury w Turku odbył się XX Festiwal Piosenki o Zdrowiu. Celem nadrzędnym festiwalu było połączenie atmosfery zabawy z akcją rozpowszechniania i popularyzowania treści prozdrowotnych w niezwykle atrakcyjnej formie, jaką jest piosenka. Uczennica naszego Ośrodka zaśpiewała piosenkę o tematyce antynikotynowej pt., „Lepiej poznać bluesa”. Jury festiwalu doceniło wysiłek naszej uczennicy, przyznając wyróżnienie.

Dnia 15 listopada 2012 roku w ramach *Światowego Dnia Rzucania Palenia* odbył się w naszym Ośrodku happening pod hasłem „Koszmarne pudło”. Celem happeningu było zniechęcenie uczniów naszej placówki do sięgania po używkę jaką jest palenie papierosów. W tym roku szkolnym happening miał charakter warsztatowy. Zadaniem uczniów było wykonanie najbardziej odrażającego pudełka papierosów. Prace plastyczne wykonane na niniejszym spotkaniu zostały wyeksponowane przy wejściu do naszego Ośrodka by odstraszały i stanowiły przestrożę dla uczniów i młodzieży.

W dniu 19 grudnia 2012 r. w ramach realizowanych w naszym Ośrodku programów antynikotynowych odbyło się spotkanie dla rodziców w ramach Klubu dla Rodzica pt. „Dlaczego dzieci sięgają po papierosa?”. Celem spotkania było uświadamianie zagrożeń i szkodliwego wpływu palenia na organizm człowieka oraz ukazanie przyczyn sięgania przez dzieci i młodzież po tytoń.

W dniach od 8 do 26 listopada 2012 roku pielęgniarka szkolna przeprowadziła prelekcję połączoną z prezentacją multimedialną na temat „Profilaktyka zakażeń meningokokowych”, w której uczestniczyli uczniowie klas gimnazjalnych, szkoły zawodowej i przysposabiającej do pracy. Głównym założeniem przeprowadzonych zajęć było przybliżenie i utrwalenie wiadomości dotyczących dróg szerzenia i metod zapobiegania oraz skutków zakażenia meningokokami. Ponadto prelekcja miała uświadomić młodzieży, że dzięki zdobytej wiedzy sami mogą decydować o swoim zdrowiu przestrzegając podstawowych zasad higieny. przeprowadzone zajęcia zostały podsumowane wykonaniem prac plastycznych, które wyeksponowano na korytarzu szkolnym.

W dniu 28 stycznia 2013 roku w ramach programu „Ograniczającego Zdrowotne

Następstwa Palenia Tytoniu” została zorganizowana prezentacja multimedialna na temat ”Nikotyna, albo ty”. Wzięli w niej udział wszyscy uczniowie klas Przysposabiających do Pracy. Prezentacja miała na celu pokazanie uczniom zagrożeń zdrowotnych jakie wynikają z palenia tytoniu. Dzięki tym zajęciom dzieci zwiększyły wiedzę dotyczącą szkodliwości palenia papierosów, mogły się dowiedzieć m.in. co to jest palenie czynne, co to jest palenie bierne, co grozi palaczowi oraz poznać niektóre choroby powstające wskutek palenia. Po prezentacji odbyła się krótka dyskusja, uczniowie chętnie włączali się w rozmowy i przedstawiali swoje zdanie, dotyczące zagrożeń jakie niesie za sobą palenie tytoniu.

W dniu 29 stycznia 2013r. w klasach I-III szkoły podstawowej zostały przeprowadzone zajęcia warsztatowe pt.: „Skutki palenia tytoniu”. Głównym ich było przekazanie w sposób prosty i zrozumiały wpływu palenia tytoniu na organizm człowieka. Uczniowie zostali zapoznani z materiałami przygotowanymi przez nauczyciela oraz przygotowali gazetkę tematyczną oraz wykonali pracę plastyczną pt.: „Paleniu nie”, która została zaprezentowana w holu internatu.

„Laboratorium ciała” to temat zajęć warsztatowych, które odbyły się w dniu 31 stycznia 2013r. z grupą uczniów z klas gimnazjum zespołu edukacyjno - terapeutycznego w ramach programu „ Znajdź właściwe rozwiązanie”. Celem nadrzędnym spotkania było wskazanie na doskonałe funkcjonowanie ludzkiego organizmu oraz na jego potrzeby, w tym przede wszystkim konieczności zapewnienia prawidłowego żywienia i czystego powietrza. W pierwszej części zajęć uczniowie dowiedzieli się jak ważną rolę w życiu każdego człowieka odgrywa układ oddechowy oraz co znajduje się w dymie tytoniowym i co się dzieje, gdy wdychamy dym z papierosa, a więc jakie są skutki palenia tytoniu.

W dniu 12 lutego 2013r. wychowankowie grup wychowawczych w ramach programu „Ograniczającego Zdrowotne Następstwa Palenia Tytoniu” wykonali dowolną techniką prace plastyczne na temat: „Papieros służy do zabijania nie do szpanowania”. Wszystkie prace zostały zaprezentowane w holu internatu, aby odstraszały i stanowiły przestrożę dla uczniów i młodzieży szkolnej.

Dnia 25 lutego 2013r odbyły się zajęcia warsztatowe z uczniami klas zespołu edukacyjno - terapeutycznego pod hasłem: „Zagrożenia nikotynowe dla młodego pokolenia – bierne palenie”. Celem spotkania było ukazanie uczniom, iż zagrożenie nikotyną dotyczy nie tylko osób aktywnie palących, ale również osób będących biernymi palaczami. Omówione zostały również skutki biernego wdychania dymu tytoniowego przez dzieci i młodzież. Zadaniem uczniów było wykonanie w dwuosobowych grupach mini plakatów, na których zamieszczone zostały hasła antynikotynowe i zapamiętane z pogadanki skutki biernego palenia tytoniu.

„Uświadczenie odpowiedzialności za własne zdrowie” to temat spotkania z pielęgniarką szkolną, które odbyło się 13 marca 2013r z uczniami klas zespołu edukacyjno - terapeutycznego. Głównym celem spotkania było propagowanie antynikotynowego trybu życia oraz uświadczenie odpowiedzialności za własny rozwój i zdrowie przy pomocy eksperymentu „Pałaca maszyna”, który został wykonany przez panią pielęgniarkę.

W marcu 2013 roku uczniowie naszego Ośrodka wzięli udział w konkursie plastycznym zorganizowanym przez Powiatową Stację Sanitarno – Epidemiologiczną w Turku pt.: „Palić, nie palić - oto jest pytanie?” dla klas piątych szkół podstawowych.

Konkurs został ogłoszony w ramach realizacji Programu Ograniczania Zdrowotnych

Następstw Palenia Tytoniu, a jego celem było promowanie mody na niepalenie wśród młodych ludzi oraz ukazanie pozytywnych aspektów niepalenia tytoniu. Zadanie konkursowe polegało na zaprojektowaniu i wykonaniu znaku graficznego - ekslibrisu o tematyce antytytoniowej. Na etapie szkolnym w konkursie wzięło udział troje uczniów, którzy wykonali swoje prace konkursowe, z których wyłoniona została najlepsza i przekazana do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Turku. Nasza uczennica otrzymała wyróżnienie na etapie powiatowym. Dnia 9 czerwca 2013 roku podczas imprezy środowiskowej „Dzień Gminy Turek” zorganizowanej w parku w Słodkowie odbył się uroczysty finał konkursu, podczas którego uczennica ta otrzymała dyplom i została nagrodzona drobnym upominkiem.

W dniu 8 kwietnia 2013r. dla klas przysposabiających do pracy oraz 11 kwietnia 2013r. dla uczniów zasadniczej szkoły zawodowej odbyły się prelekcje na temat szkodliwości palenia papierosów. Zajęcia przeprowadziła pielęgniarka szkolna, która przypominała podstawowe informacje o nikotynie tj. przyczyny, skutki palenia, składniki dymu tytoniowego, zagrożenia i szkodliwy wpływ palenia na organizm młodego człowieka. Dzięki tym zajęciom dzieci zwiększyły wiedzę dotyczącą szkodliwości palenia papierosów, zapoznane zostały ze środkami trującymi znajdującymi się w papierosach, mogły się dowiedzieć m.in. co to jest palenie czynne, bierne, co grozi palaczowi oraz poznać niektóre choroby powstające wskutek palenia. Uczniowie poznali nie tylko zdrowotne, ale także i finansowe skutki palenia papierosów. Wychowankowie chętnie włączali się w prowadzoną dyskusję i przedstawiali swoje zdanie, dotyczące zagrożeń jakie niesie za sobą palenie tytoniu.

W dniu 11 kwietnia 2013r. zostały przeprowadzone zajęcia warsztatowe dla uczniów klas I-III szkoły podstawowej pt.: „Szkodliwy dymek”. Głównym celem tych zajęć było przekazanie w jak najprostszy sposób składu dymu tytoniowego, tak aby uczniowie mogli choć w części materiał zapamiętać. Uczniowie otrzymali kartki w kształcie dymku/chmurek na których były zapisane składniki rakotwórczego dymu. Po odczytaniu uczniowie wraz z nauczycielem przygotowali gazetkę tematyczną, która została zawieszona w sali, w której odbywały się zajęcia. Ostatnim punktem zajęć było wręczenie odznaczeń za aktywne uczestnictwo.

Dnia 18 kwietnia 2013r odbyły się zajęcia warsztatowe z uczniami kl. V –VI szkoły podstawowej i wychowankami grup wychowawczych pod hasłem „ Papieros w Internecie”. Celem spotkania było kształtowanie wśród młodych ludzi umiejętnego wyszukiwania w Internecie wszelkich niezbędnych informacji na temat szkodliwych następstw palenia tytoniu. Wykorzystując wyszukane w komputerze informacje uczniowie stworzyli plakat antynikotynowy, który został zawieszony na korytarzu naszego Ośrodka.

Dnia 19 kwietnia 2013 roku w ramach Programu Profilaktycznego dotyczącego palenia papierosów odbyły się zajęcia warsztatowe pod hasłem: „ABC uzależnienia”, prowadzone przez panie z Ośrodka Wsparcia Cele warsztatów miały uświadomić uczniom skutki uzależnień oraz rozwinąć umiejętności radzenia sobie z presją rówieśniczą. Metody wykorzystywane w pracy z dziećmi to ćwiczenia interpersonalne oraz burza mózgów. Następnie odbyła się dyskusja na temat uzależnień dotyczących palenia papierosów i jaki mają one wpływ na organizm. Uczniowie chętnie włączali się w dyskusję oraz uczestniczyli aktywnie w warsztatach.



Spśród wielu zadań realizowanych w ramach programu „Znajdź właściwe rozwiązanie” w dniu 22 kwietnia 2013 r. odbyły się warsztaty z młodzieżą gimnazjalną pod hasłem: „Naucz się mówić nie”, na których przekazane zostały wiadomości o zachowaniach asertywnych. asertywnych. „Nie dla papierosów”, to temat antynikotynowej prezentacji multimedialnej wskazującej szkodliwość zażywania nikotyny dla życia i zdrowia młodego człowieka. Prezentacja ta pozwoliła na uporządkowanie zdobytych informacji, proponowała sposoby zerwania z nałogiem palenia tytoniu, a także zniechęcała uczniów do sięgania po papierosy. W części warsztatowej celem było rozpoznawanie swoich zachowań w pewnych sytuacjach, które na ogół sprawiają kłopot oraz uświadomienie sobie mechanizmu nacisku grupowego wraz z nauczeniem się sposobów odmawiania.

W dniu 16 maja 2013 r. w ramach realizowanych w naszym Ośrodku programów antynikotynowych po raz kolejny odbyło się spotkanie integracyjne z uczniami z Zespołu Szkół Technicznych w Turku. Celem spotkania było uświadamianie zagrożeń i szkodliwego wpływu palenia na organizm człowieka. Zajęcia rozpoczęły się od ćwiczenia - „Skład dymu tytoniowego” gdzie zadaniem uczniów było wypisanie pięciu składników dymu tytoniowego, a następnie wyszukanie informacji na jego temat w encyklopedii. Drugie postawione przed uczniami ćwiczenie polegało na ułożeniu z rozsypanki wyrazowej antynikotynowego hasła. Ostatnim punktem spotkania było obejrzenie przygotowanej przez nauczycieli prezentacji multimedialnej na temat szkodliwości palenia tytoniu.

W ramach realizacji programu antynikotynowego „Nie pal przy mnie proszę” w dniu 24 maja 2013r. odbyła się wycieczka do apteki Prima w Turku. Udział w niej wzięli uczniowie klas szkoły podstawowej. Tematem przewodnim spotkania było uzyskanie przez uczniów odpowiedzi na pytanie: „Co pomaga nam rzucić palenie?” Podczas wizyty uczniowie mieli wyjątkową okazję porozmawiania z panią farmaceutką o produktach aptecznych, które mogą pomóc w rzuceniu palenia. Pani farmaceutka opowiedziała dzieciom w jaki sposób można rzucić palenie. Pokazała również gumy do żucia i paski Nicorette, które pomagają dorosłym palaczom pożegnać się z okropnym nałogiem, jakim jest sięganie po trujący tytoń. Uczniowie otrzymali także ulotki z produktami wspierającymi walkę z nałogiem.

W dniu 25 maja 2013r. zostały przeprowadzone zajęcia warsztatowe pt; „Dlaczego młody człowiek sięga po papierosa?”. W zajęciach wzięli udział wszyscy uczniowie z klas zasadniczej szkoły zawodowej. Celem warsztatów było uświadamianie zagrożeń i szkodliwego wpływu palenia na organizm człowieka, ukazanie zgubnego wpływu nikotyny, przyczyn sięgania przez dzieci i młodzież po tytoń, skutki palenia oraz składniki dymu tytoniowego. Uczniowie bardzo chętnie i z dużym zaangażowaniem włączali się w dyskusje, wyrażali swoje zdanie. Aktywnie brali udział prowadzonych ćwiczeniach. Podczas zajęć wykazali się dużą wiedzą na temat przyczyn sięgania przez dzieci i młodzież po papierosy.

W ramach obchodów Światowego Dnia Bez Tytoniu dnia 27 maja 2013 roku odbyły się zajęcia warsztatowe podsumowujące realizację programów antynikotynowych. Warsztaty zostały podzielone na dwie części. W pierwszej części wzięli udział wszyscy uczniowie szkoły podstawowej oraz gimnazjum dla dzieci upośledzonych w stopniu umiarkowanym i znacznym. Zadaniem ich było grupowe rozwiązanie quizu oraz pokolorowanie obrazków o tematyce antynikotynowej. Podsumowaniem tych zajęć była prezentacja multimedialna pt.: „Palenie zabija” oraz pytania kontrolne. W części drugiej wzięli udział uczniowie

gimnazjum, szkoły przysposabiającej do pracy oraz zasadniczej szkoły zawodowej. Uczestnicy rozwiązywali quiz dotyczący szkodliwych następstw palenia tytoniu. Następnie wszyscy bawili się przy popularnej grze pt. „Koło fortuny”, która miała na celu sprawdzić i usystematyzować wiedzę uczniów z zakresu czynnego i biernego palenia tytoniu.

W roku szkolnym 2012/2013 w zakresie: dopalacze i inne substancje psychoaktywne zrealizowano różnego typu działania mające na celu uświadomienie społeczności szkolnej szkodliwego wpływ używek na zdrowie i życie ludzkie. W klasach gimnazjalnych oraz szkoły przysposabiającej do pracy odbyła się lekcja profilaktyczna : „Co każdy powinien wiedzieć o dopalaczach”. Uczniowie klas gimnazjum i zasadniczej szkoły zawodowej uczestniczyli w warsztatach: „Żyć mądrze i nie dać szansy nałogom”.

Przez cały rok szkolny, na bieżąco i według potrzeb psycholog, pedagog i wychowawcy klas wspierali rodziców w rozwiązywaniu przez nich trudności wychowawczych z dziećmi, udzielali wszelkiej pomocy rodzicom w sytuacjach zagrożenia uzależnieniem lub uzależnienia ich dziecka, podejmowali działania zapobiegające niepowodzeniom szkolnym, jak również informowali o rodzajach i formach pomocy na najbliższym terenie (adresy osób, placówek, instytucji). Podczas wywiadówki szkolnej psycholog szkolny przedstawiła rodzicom zakres oferowanej pomocy i zaprosiła do współpracy.

#### **W ramach profilaktyki chorób miały miejsce następujące działania:**

Na przełomie października i listopada 2012 roku pielęgniarka szkolna przeprowadziła profilaktyczne zajęcia dla wychowanków naszego Ośrodka pod hasłem: „Jak ustrzec się grypy?”. Omówiła sposoby i metody, dzięki którym można uniknąć zakażenia wirusem grypy. Uczniom klas młodszych zaprezentowała pokaz połączony z pogadanką dotyczącą prawidłowego mycia rąk i prawidłowego korzystania z chusteczek higienicznych.

Na zajęciach dzieci wykonywały prace plastyczne przedstawiające podstawowe zasady higieny. Prace zostały umieszczone na gazetce szkolnej. Młodzież klas gimnazjalnych, szkoły zawodowej i przysposabiającej do pracy wzięła udział w pogadance połączonej z prezentacją multimedialną. W dniu 27 lutego 2013r. pielęgniarka szkolna przeprowadziła pogadankę na temat: „Drogi szerzenia się choroby pasożytniczej- owsicy”, której odbiorcami byli wychowankowie grup wychowawczych naszego Ośrodka. Uczniowie zapoznali się z planszą przedstawiającą drogi i źródła szerzenia się zakażenia owsikiem oraz etapami rozwoju pasożyta. Obrazowe przedstawienie problemu pozwoliło łatwiej zrozumieć omawiany temat. Wspólnie z dziećmi ustalono i omówiono działania profilaktyczne.

Na przełomie lutego i marca 2013 roku pielęgniarka szkolna przeprowadziła dla uczniów naszego Ośrodka zajęcia w ramach profilaktyki chorób zakaźnych. Przedstawiła przyczyny szerzenia się chorób oraz metody zwalczania pasożytów wywołujących te choroby. Dzieci klas młodszych po wysłuchaniu pogadanki wykonały prace plastyczne w formie malowanek obrazujących sposoby unikania zakażeń. Prace umieszczono na gazetce szkolnej. Młodzież klas gimnazjalnych, szkoły zawodowej i szkoły przysposabiającej do pracy uczestniczyła w prezentacji multimedialnej, która zakończyła się dyskusją.

W dniach od 25 marca do 16 kwietnia 2013 roku wychowankowie Ośrodka zostali

wyedukowani w zakresie choroby zębów jaką jest próchnica. Dzieciom szkoły podstawowej, pielęgniarka przybliżyła wiadomości z zakresu podstawowych zasad higieny jamy ustnej, które pozwolą zapobiec próchnicy. Uczniowie w ramach tych zajęć wykonali prace plastyczne kolorując obrazki przedstawiające złe nawyki higieniczne i metody prawidłowego szczotkowania zębów. Uczniowie klas starszych obejrzeni prezentację multimedialną.

W ramach profilaktyki HIV/AIDS Państwowa Inspekcja Sanitarna woj. wielkopolskiego zorganizowała konkurs fotograficzny pod hasłem „MŁODOŚĆ – BEZPIECZEŃSTWO – HIV”. Konkurs skierowany był do uczniów szkół gimnazjalnych. Zadanie konkursowe polegało na wykonaniu fotografii przedstawiającej bezpieczne zachowania chroniące przed zakażeniem HIV zachowując poszanowanie godności człowieka oraz nie wzbudzając agresji i nietolerancji.

Praca ucznia klasy I gimnazjum została doceniona zarówno przez jury szkolne jak i powiatowe zdobywając I miejsce. Jako laureat powiatowego szczebla konkursu uczeń wraz z opiekunem zostali zaproszeni przez Wojewódzką Stację Sanitarno Epidemiologiczną na uroczystość rozstrzygnięcia etapu wojewódzkiego połączonego z galą wręczenia nagród, która odbyła się 27 listopada 2012 r. w Multikinie w Poznaniu. Informacje nt. konkursu, prace nagrodzone przez jury etapu wojewódzkiego jak i wszystkie prace konkursowe można zobaczyć na stronie WSSE Poznań.

W dniu 3 grudnia 2012 r. w Miejskim Domu Kultury w Turku odbyła się gala wręczenia nagród laureatom powiatowego szczebla konkursów zorganizowanych w ramach profilaktyki HIV/AIDS oraz innych projektów prozdrowotnych w czasie której nasz uczeń za zdobycie I miejsca w konkursie fotograficznym „Młodość – Bezpieczeństwo – HIV” został uhonorowany dyplomem oraz atrakcyjnymi nagrodami rzeczowymi.

W grudniu 2012 roku nasi uczniowie wzięli udział w Powiatowej Olimpiadzie Wiedzy na temat HIV/AIDS zorganizowanej przez Zespół Szkół Technicznych w Turku oraz Powiatową Stację Sanitarno – Epidemiologiczną w Turku. Każda szkoła w wewnątrzszkolnym etapie wyłaniała 8 uczniów, którzy przeszli do etapu międzyszkolnego. Etap międzyszkolny odbył się dnia 7 grudnia 2012 roku w Zespole Szkół Technicznych w Turku. Turniej wiedzy polegał na samodzielnym i indywidualnym wypełnianiu arkusza testowego, który został opracowany w oparciu o podaną w regulaminie literaturę i dostosowany dla uczniów szkoły ponadgimnazjalnej. Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy reprezentowały uczennice klasy I zasadniczej szkoły zawodowej.

W maju 2013 roku w ramach Obchodów Dnia Pamięci o Zmarłych na AIDS odbyło się spotkanie z młodzieżą, którego głównymi celami było: dostarczenie wiedzy na temat wirusa HIV i choroby AIDS, promowanie postaw sprzyjających unikaniu zachowań ryzykownych, kształtowanie poczucia odpowiedzialności za siebie i innych, promowanie postawy akceptacji i tolerancji wobec osób zarażonych wirusem HIV i chorych na AIDS oraz wskazanie miejsc, w których można szukać informacji na temat HIV/AIDS. Zajęcia przeprowadzone były metodami aktywizującymi, wykorzystano schematyczne scenki komiksowe i ulotki. Na koniec zajęć uczestnicy wspólnie wykonali plakat promujący postawę tolerancji i akceptacji dla chorych i zakażonych.

Już po raz kolejny w naszym Ośrodku jest realizowany **program edukacyjny**

**„Wybierz Życie - Pierwszy Krok”**. Skierowany jest on do uczniów szkół ponadgimnazjalnych – dziewcząt i chłopców, rodziców uczniów oraz kadry pedagogicznej. Głównym celem tego programu jest zmniejszenie występowania i umieralności na raka szyjki macicy, a także: zwiększenie poziomu wiedzy na temat profilaktyki raka szyjki macicy i roli wirusa HPV w jego powstawaniu, podniesienie świadomości o czynnikach zwiększających ryzyko raka szyjki macicy (profilaktyka pierwotna i wtórna), motywowanie kobiet do regularnego poddawania się badaniom profilaktycznym przez całe życie, dostarczenie informacji o świadczeniodawcach wykonujących badania cytologiczne.

W listopadzie 2012 roku odbyło się spotkanie, na którym uczniowie zostali poinformowani o sposobach realizacji programu w kolejnym roku szkolnym, otrzymali ulotki o programie oraz wskazano im tematyczne strony internetowe. Przedstawione zostały główne cele i założenia programu.

W styczniu 2013 roku przygotowano i wystawiono w holu Ośrodka tablicę informacyjną, dotyczącą problematyki programu oraz konieczności regularnego poddawania się badaniom profilaktycznym. Dnia 18 marca 2013 roku odbyła się prelekcja dla uczniów klas szkoły zawodowej. Koordynatorki programu przedstawiły i omówiły prezentacje multimedialne, dotyczące raka szyjki macicy oraz raka piersi. Celem spotkania było zwiększenie poziomu wiedzy na temat profilaktyki raka piersi i szyjki macicy oraz roli wirusa HPV w jego powstawaniu, a także uświadomienie zagrożenia rakiem piersi i szyjki macicy oraz innych chorób wywoływanych zakażeniem wirusem HPV u młodych ludzi.

Dnia 21 maja 2013 odbyły się zajęcia integracyjne z uczennicami III klasy Technikum Organizacji Usług Gastronomicznych w Turku. Podczas spotkania uczestnicy mieli możliwość obejrzenia filmu edukacyjnego o tematyce raka szyjki macicy i wirusie HPV, prezentacji multimedialnych, uzyskania odpowiedzi na nurtujące ich pytania. Celem zajęć było zachęcanie młodych kobiet do regularnego badania się i dbania o własne zdrowie.

W dniu 27 maja 2013 roku uczennice klas ponadgimnazjalnych odwiedziły gabinet ginekologiczny w miejscowym szpitalu. Pani położna przekazała dziewczętom kilka ważnych informacji dotyczących raka szyjki macicy i wirusa HPV oraz raka piersi. Zachęcała dziewczęta do częstego kontrolowania swojego stanu zdrowia oraz zwróciła uwagę na konieczność wykonywania badania cytologicznego, a także systematyczną kontrolę piersi.

Ponadto W ramach funkcjonującego w naszym Ośrodku „Klubu dla Rodziców” dnia 29 maja 2013 roku przeprowadzone zostało spotkanie z rodzicami pt. „Stop HCV – profilaktyka zakażenia wirusem typu C”. Celem spotkania było zwiększenie wiedzy rodziców na temat zagrożeń i profilaktyki zakażeń wirusem HCV. Zajęcia przeprowadzono w oparciu o prezentację multimedialną połączoną z prelekcją. Prowadząca spotkanie przekazała rodzicom informacje dotyczące diagnostyki, leczenia, a przede wszystkim profilaktyki zakażeń HCV.

W ramach realizacji programu **„Wiem jak dbać o zdrowie”** raz w miesiącu odbywały się zajęcia otwarte dla rodziców i dzieci. Podczas zajęć dzieci wraz z opiekunami poznali codzienne zabiegi higieniczne (mycie rąk, buzi, mycie zębów), przedstawiono bajki o prawidłowym myciu zębów, wykonywano tematyczne karty pracy. Przeprowadzono fluoryzację z udziałem pielęgniarki szkolnej, przygotowano wspólnie zdrowe śniadanie.

W miesiącu styczniu atrakcją było wyjście na boisko szkolne, rzucanie śnieżkami,

lepienie bałwana. Rodzice mogli w bezpośredni i atrakcyjny sposób poznać wypełniane zadania i stosowane metody pracy. Ocenili własne dziecko, jego wiadomości i umiejętności. Ponadto była to przyjemna forma spędzenia czasu wolnego z dzieckiem.

### **Czas wolny naszych wychowanków staramy się zagospodarować ciekawie i aktywnie.**

W dniach 14 – 16 września 2012 roku społeczność szkolna naszego Ośrodka wzięła już po raz kolejny udział w akcji "Sprzątanie Świata" pod hasłem: „Kocham, lubię, szanuję...nie śmieję”. Pod opieką nauczycieli uczniowie wyruszyli na wyznaczone tereny w celu ich posprzątania. W ramach powyższej kampanii odbył się również konkurs plastyczny.

W piątek 28 września 2012 roku po zakończonych zajęciach lekcyjnych spotkaliśmy się w pobliskim lesie na „Święcie Pieczonego Ziemniaka”. Pierwszym punktem spotkania były zajęcia w salce edukacyjnej. Leśnik przedstawił dzieciom ciekawe informacje na temat zwierząt i roślin występujących w naszych lasach. Następnie wyruszyliśmy ścieżką edukacyjną w głąb lasu. Leśnik pokazywał drzewostan w różnych etapach życia, mieszkania niektórych zwierząt np.: budki lęgowe ptaków, mrowiska, norę lisa itp. Uczyliśmy się określać wiek drzew. Gospodarz przygotował konkursy, za udział w których uczniowie otrzymali ciekawą nagrodę. Po powrocie na parking czekały już na wszystkich gorące ziemniaki, które można było zjeść z pysznymi sosami. Piekliśmy w ognisku kiełbaski i odpoczywaliśmy na łonie natury. Po odpoczynku wróciliśmy pieszo, polną drogą do Ośrodka. Dzień był bardzo udany. Pogoda w cudowny sposób sprzyjała aktywnemu spędzeniu czasu na świeżym powietrzu oraz oczywiście integracji uczestników. Wszyscy będziemy ten dzień mile wspominać.

W niedzielę 30 września 2012 roku pięcioro harcerzy z Drużyny Harcerskiej NS „Europejczycy” wraz z opiekunem wystartowało w IV Integracyjnym Rajdzie Turystycznym „Pieczonego Ziemniaka” w Galewie. Dwie trasy: 7- kilometrowa piesza oraz 17-kilometrowa trasa rowerowa sprzyjały integracji i aktywnej formie spędzania wolnego czasu, a na uczestników rajdu dodatkowo czekały ciekawe atrakcje i niespodzianki. Rajd rozpoczął się zbiórką w Galewie (gm. Brudzew), gdzie uczestnicy zostali podzieleni na grupy piesze i rowerowe. Najkrótsza trasa, licząca 7 km, przeznaczona była dla wszystkich uczestników rajdu, poruszających się pieszo. Podczas rajdu wyznaczone były miejsca postojowe na odpoczynek i posiłek. Po drodze można było zebrać dużo grzybów. Słoneczna wrześniowa pogoda sprzyjała wycieczce, a trasa przebiegała wśród pól i łąk oraz lasów. Koniec wyprawy dla wszystkich grup znajdował się na parkingu w Bogdałowie, gdzie na uczestników czekał dyplom, odznaka turystyczna oraz ciepły posiłek. Pracownicy Nadleśnictwa Turek przygotowali kącik edukacyjno-informacyjny oraz konkursy na temat leśnej flory i fauny nagradzane ciekawymi niespodziankami. Niewątpliwą atrakcją, szczególnie dla najmłodszych było pojawienie się motocyklistów z Tureckiej Grupy Motocyklowej „MOTUR”, którzy prezentowali swoje motocykle i pozowali z maluchami do zdjęć.

W dniach 26-28 października odbył się I Jesienny Zlot Drużyn Niepełnosprawnych w Stemplewie, którego uczestnikami było siedmioro wychowanków naszego Ośrodka wraz z instruktorami. Organizatorzy zlotu - Stowarzyszenie „Mamy Wielkie Serca” w Świniach Warckich oraz SOSW im. J. Tuwima w Stemplewie postawili na rozwijanie ekspresji twórczej i kreatywności uczestników spotkania, wdrażanie do zdrowego i aktywnego stylu

życia, przygotowanie do niesienia pomocy poszkodowanym. I Jesienny Złot połączył w sobie trzy imprezy. Dzień rozpoczynający zlot przebiegał pod hasłem „*Dnia Sadu i Jabłka*”. Uczniowie uczestniczyli w warsztatach, których bohaterem było jabłko. Tutaj, między innymi; gotowali kompot z jabłek, przygotowywali kisiel jabłkowy, wyszywali jabłka i wykonywali prace plastyczno-techniczne z jabłkiem związane. Jednakże największą atrakcją była przejażdżka do pobliskiego sadu w wagonikach -jabłkowych skrzynkach holowanych przez traktor. Dużym uznaniem cieszyły się również przejażdżki konne. Kolejny dzień „*Nie panikuj! Ratuj!*” poświęcony był udzielaniu pierwszej pomocy. W programie znalazły się warsztaty umiejętności praktycznych. Uczniowie uczyli się m.in.: właściwego bandażowania, udzielania pierwszej pomocy osobom poszkodowanym. Odbyły się również konkursy i warsztaty plastyczne, quizy wiedzy a pod koniec dnia, oczekiwana przez wszystkich dyskoteka. Ostatni dzień to „*Turniej Rambat*”, czyli turniej wiedzy i sprawności, w którym wszyscy uczestnicy rywalizowali w konkurencjach takich jak: jazda na deskorolce, bieg w workach, toczenie piłki oraz szereg zadań z programu „milion w minutę”.

Dnia 13 lutego 2013r. już po raz czwarty gościliśmy w swych murach psych terapeutów z zaprzyjaźnionej Łódzkiej Fundacji „Ama Canem”. Głównym celem spotkania było stymulowanie rozwoju dziecka poprzez zabawę z psem. W tym roku zajęcia terapeutyczne polegały w głównej mierze na wyzwalaniu spontanicznej aktywności, wielopłaszczyznowym oddziaływaniu psa na zmysły: wzroku, słuchu dotyku, węchu oraz poznawaniu własnego ciała. Nie zabrakło także ćwiczeń utrwalających liczenie, pisanie, znajomość liter oraz współpracę i współdziałanie w grupie.

W dniach od 13 kwietnia do 23 kwietnia 2013 roku wychowankowie ze Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Turku już po raz kolejny uczestniczyli w turnusie rehabilitacyjnym w Jarosławcu. W turnusie brało udział 14 wychowanków, którzy korzystali z zabiegów rehabilitacyjnych, takich jak: hydromasaż, suchy masaż, nagrzewanie lampami sollux, gimnastyki korekcyjnej, inhalacji oraz spacerowali plażą i miastem. Dnia 4 czerwca 2013 r. uczniowie klasy V-VI ZET z Autyzmem odwiedzili Grotę Solną znajdującą się w Turku przy ulicy Sportowej. Dzięki mikroklimatowi panującemu w grocie uczniowie mogli poczuć się jak nad morzem. Powietrze było obfite w pierwiastki jonów wapnia, potasu, magnezu, żelaza, miedzi, selenu i boru, które to mają ogromny wpływ na samopoczucie człowieka. Uczniowie oprócz ćwiczeń oddechowych znaleźli także czas na zabawę w soli.

W dniach 10- 14 czerwca 2013 roku 20 harcerzy z naszego Ośrodka przebywało na biwaku w miejscowości Kaczka k/ Spicimierza. Celem biwaku była popularyzacja idei harcerstwa, nauka poprzez zabawę, ćwiczenie zdobytych na zbiórkach umiejętności. Uczniowie zostali podzieleni na trzy zastępy; „Szyszunie”, „Orły” i „Tygrysy”. Każdy z nich opracował swój totem ułożony z szyszek zdobiący wejście do namiotu, okrzyk oraz dbał o czystość w namiocie. W programie biwaku nie zabrakło codziennych apeli porządkowych, harcerskiego śpiewania, biegów przełajowych po najbliższej okolicy, turniejów piłki siatkowej i nożnej. Biwak był wspaniałą okazją do podsumowania rocznej pracy drużyny, sprawdzianu radzenia sobie w trudnych sytuacjach, wyrabiania w naszych wychowankach

czynności samoobsługowych i samodzielności.

**W naszym Ośrodku prowadzimy działania profilaktyczne z zakresu przeciwdziałania agresji i przemocy.**

Mając na uwadze priorytet Ministra Edukacji Narodowej „*Rok bezpiecznej szkoły*”, w dniach od 18 do 22 lutego 2013 roku w naszym Ośrodku została przeprowadzona akcja informacyjna „*Jestem bezpieczny w szkole, w domu i na drodze*”.

W dniach 18 i 19 lutego została wyświetlona prezentacja multimedialna na temat bezpieczeństwa w szkole, uczniom szkoły podstawowej, gimnazjum, szkoły zawodowej oraz szkoły przysposabiającej do pracy. Uczniowie dowiedzieli się co najbardziej zagraża ich niebezpieczeństwu podczas przerw, poznali zły wpływ biegania, popychania oraz hałasu na ich zdrowie. Przypomnieliśmy regulamin korzystania z placu zabaw i drogę ewakuacyjną obowiązującą na terenie Ośrodka.

Odbyło się również spotkanie z policjantem, który przybliżył wychowankom tematykę bezpieczeństwa w ruchu drogowym. W kolejnym dniu odbyło się spotkanie z przedstawicielem Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Turku, który zapoznał uczniów z tematem bezpieczeństwa w domu. Ponadto przybliżył wnikliwie przyczyny powstawania pożarów oraz w jaki sposób zapobiegać im i chronić się przed nimi. Podsumowując akcję bezpieczeństwa został wyświetlony film o bezpiecznej ewakuacji z budynków oraz odbyły się zajęcia warsztatowe, na których uczniowie swoje wiadomości i umiejętności przedstawili w formie prac plastycznych.

Dnia 13 czerwca 2013 roku wychowankowie naszego Ośrodka uczestniczyli w II Międzyośrodkowym Dniu Bez Przemocy zorganizowanym przez Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy w Słupcy. Impreza odbywała się pod hasłem „*Indiański piknik pokoju*”, a jej celem było promowanie szkoły przyjaznej i bezpiecznej dla dzieci, rodziców i nauczycieli. Przygotowane przez organizatorów rozgrywki i zabawy łączyły przyjemne z pożytecznym. Uczestnicy zostali pasowani na prawowitych Indian, a następnie uczestniczyli w indiańskich warsztatach muzycznych i plastycznych oraz poznawali tajniki zaklęć. Poprzez wspólne zabawy muzyczno – ruchowe wychowankowie rozwijali swoją wrażliwość muzyczną ucząc się tradycyjnych pieśni i tańców indiańskich. Wykonując klasyczne indiańskie ozdoby uczniowie wykazali się pomysłowością i oryginalnością. Na zakończenie spotkania przedstawiciele poszczególnych drużyn zaprezentowali przygotowane wcześniej totemy i okrzyki.

**W ramach aktywności fizycznej nasi wychowankowie biorą udział w zawodach i turniejach sportowych.**

Dnia 19 października 2012 roku w Koninie odbył się VI Regionalny Turniej Olimpiad Specjalnych Badmintona. W Turnieju brało udział sześć sekcji Olimpiad Specjalnych z Rychwała, Koła, Konina i Turku. Celem turnieju była popularyzacja badmintona jako dyscypliny sportu dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, podsumowanie efektów szkoleniowych uzyskanych podczas treningów oraz rozpowszechnienie idei Olimpiad Specjalnych w rejonie Wielkopolski. Nasz Ośrodek

reprezentowało pięciu zawodników. Na początku zawodnicy brali udział w grach obserwowanych, a następnie zostali podzieleni na grupy sprawnościowe. Po zakończonych rozgrywkach w każdej grupie sprawnościowej wyłoniono zwycięzców. W grach pojedynczych nasi wychowankowie zdobyli złoty i brązowy medal.

W dniach od 30 listopada do 2 grudnia 2012 roku uczennica naszego Ośrodka trenująca od trzech lat grę w bowling wspólnie z trenerem i trzema chłopcami z SOSW i WTZ z Konina reprezentowała Region Wielkopolskie – Konin na IV Ogólnopolskim Turnieju Bowlingu Olimpiad Specjalnych pod honorowym patronatem Prezydenta Miasta Pana Ryszarda Grobelnego w Poznaniu. W zawodach tych wzięło udział osiemdziesięciu zawodników Olimpiad Specjalnych z 15 województw. Celem turnieju była popularyzacja bowlingu jako dyscypliny sportu dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, podsumowanie efektów szkoleniowych oraz integracja ze środowiskiem. Pierwszego dnia zawodnicy rozegrali preeliminacje w grach indywidualnych z podziałem na kategorie wiekowe i płeć zawodników. Drugiego dnia zawodów uczestnicy rozegrali w swoich grupach po dwie gry pojedyncze i gry podwójne. Uczennica naszego Ośrodka uplasowała się na IV miejscu. Trzeciego dnia zawodów rozegrano gry podwójne mix, w których nasza wychowanka zdobyła brązowy medal.

Już po raz kolejny w dniu 7 grudnia 2012 r. nasz Ośrodek wspólnie z Warsztatami Terapii Zajęciowej w Turku był współorganizatorem Regionalnego Mityngu w Pływaniu i Tenisie Stołowym Olimpiad Specjalnych pod honorowym patronatem Burmistrza Miasta Turku Zdzisława Czapl. W zawodach wzięło udział 94 specjalnych sportowców z regionu Wielkopolskie – Konin ze Specjalnych Ośrodków Szkolno – Wychowawczych i Warsztatów Terapii Zajęciowej w: Borzęcizkach, Kole, Konarzewie, Koninie, Kaliszu, Rychwale, Pleszewie, Krotoszynie, Ostrowie Wielkopolskim. Celem zawodów była popularyzacja tenisa stołowego i pływania wśród osób z upośledzeniem umysłowym, podsumowanie efektów szkolenia uzyskanych w czasie całorocznych treningów, stworzenie warunków pokazania się w sporcie, możliwości współzawodnictwa, które jest bodźcem i stymulatorem rozwoju fizycznego oraz integracja osób z upośledzeniem umysłowym ze społeczeństwem na zasadach akceptacji i szacunku. W godzinach przedpołudniowych odbyły się preeliminacje w pływaniu i tenisie stołowym, na podstawie których utworzono grupy sprawnościowe, dając możliwość wszystkim zawodnikom rywalizacji zgodnie ze swoimi możliwościami i umiejętnościami. Następnie zawodnicy przystąpili do rywalizacji w grupach z podziałem na płeć i sprawność uczestników. W zawodach wzięło udział 7 naszych wychowanków. Po zakończeniu zawodów ogłoszono wyniki rywalizacji i wręczono medale.

W dniu 7 lutego 2013 roku w miejscowości Kościelec odbył się XI Regionalny Turniej w Tenisie Stołowym PTSS „Sprawni Razem” zorganizowany przez Ośrodek Szkolno –Wychowawczy w Kole. Celem imprezy była popularyzacja sportu wśród młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie oraz integracja ze społecznością lokalną. W turnieju brało udział pięć ośrodków : Konin, Koło, Turek, Słupca oraz Rychwał. Rozgrywki były przeprowadzone w czterech kategoriach. Nasz Ośrodek zajął V miejsce. Turniej Tenisa Stołowego wyłonił reprezentację regionu konińskiego na Wojewódzkie Mistrzostwa w



Tenisie Stołowym.

W dniu 18 marca 2013 roku pod patronatem Starosty Konińskiego oraz Dyrekcji Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego im. Piotra Janaszka w Rychwale odbył się XXI międzyośrodkowy turniej gier i zabaw pod nazwą „**SPORT NA WESOŁO**”. Naszą szkołę reprezentował sześcioro zawodników z gimnazjum. Nauczyciele wychowania fizycznego w Rychwale przygotowali mnóstwo różnych zabaw i gier, wprowadzając również elementy rywalizacji. Dla każdej drużyny były przewidziane nagrody: plakietki, dyplomy oraz piłki do siatkówki.

Dnia 19 kwietnia 2013 roku w Koninie odbył się X Regionalny Dzień Aktywności Motorycznej Olimpiad Specjalnych. W turnieju tym wzięło udział pięcioro wychowanków naszego Ośrodka o najsłabszych umiejętnościach i możliwościach ruchowych. Zawodnicy toczyli z wózka inwalidzkiego kulę do kręgli, rzucali i przyjmowali piłkę, rzucali woreczkami do celu, przeciągali się na ławeczce gimnastycznej i przechodzili po nierównym podłożu. Na zakończenie zawodów każdy z uczestników otrzymał medal i drobny upominek..

W V Regionalnym Mityngu Lekkoatletycznym Olimpiad Specjalnych, który odbył się 7 czerwca 2013 r. w Koninie wzięło udział 10 zawodników z naszego Ośrodka. Celem powyższych zawodów było: propagowanie sportu wśród niepełnosprawnych intelektualnie, podsumowanie całorocznych treningów, rywalizacja z innymi zawodnikami o tym samym poziomie sprawnościowym oraz integracja ze środowiskiem lokalnym. Grupy startowe podzielone były na płeć oraz umiejętności i możliwości sprawnościowe. Nasi uczniowie rywalizowali w biegu na 100 m, 200 m, 400 m, sztafecie 4x100 m, skoku w dal z rozbiegu oraz pchnięciu kulą. Podczas zawodów nasi uczniowie zdobyli aż pięć złotych medali.

### **3. Monitoring podjętych działań.**

Monitoring działań podejmowanych w zakresie promocji zdrowia prowadzony jest systematycznie przez członków zespołu odpowiedzialnych za realizację poszczególnych zagadnień prozdrowotnych wynikających z planu działań. Osoby odpowiedzialne za realizację działań są zobowiązane do dostarczania odpowiedniej dokumentacji (scenariusze zajęć, opisy działań, zdjęcia, scenariusze imprez i uroczystości o charakterze prozdrowotnym i ekologicznym) koordynatorom zespołu. Koordynatorzy na podstawie otrzymanej dokumentacji sporządzają sprawozdania śródroczne i końcowo roczne. Dokumentacja z podjętych działań prowadzona jest przez koordynatorów w formie elektronicznej-strona internetowa oraz gromadzona w formie papierowej. Ponadto systematycznie odbywają się spotkania zespołu ds. promocji zdrowia, na których omawiane są szczegółowo zagadnienia dotyczące podejmowanych działań i sposobu ich realizacji oraz wyciągane wnioski do dalszej pracy.

### **4. Informacja na temat ewaluacji podjętych działań.**

Ewaluacja działań prozdrowotnych została przeprowadzona w oparciu o narzędzia diagnostyczne, którymi były ankiety cząstkowe przeprowadzane podczas realizacji

poszczególnych programów, obserwacje, rozmowy z uczniami, rodzicami, nauczycielami i pracownikami szkoły oraz analiza dokumentacji papierowej i fotograficznej. Ewaluacja przeprowadzona była pod kątem stopnia i efektywności realizacji zaplanowanych zadań.

Z przeprowadzonej ewaluacji wyciągnięto wnioski:

Uczniowie:

- bardzo chętnie uczestniczą w organizowanych przedsięwzięciach,
- interesują się swoim rozwojem i przejawiają większą dbałość o swoje zdrowie,
- świadomie planują swój rozkład dnia, rozumieją i odczuwają rytm pracy i wypoczynku,
- zdobywają systematycznie wiedzę na temat szkodliwości używek,
- znają zasady pierwszej pomocy przedmedycznej,
- zwracają uwagę na to, co spożywają i starają się wybierać zdrową żywność.

Nauczyciele:

- chętnie angażują się w podejmowane działania i nawiązują współpracę z innymi szkołami oraz środowiskiem lokalnym (organizują spotkania integracyjne, wycieczki, warsztaty itp),

Rodzice:

- uczestniczą w organizowanych przez szkołę spotkaniach o tematyce prozdrowotnej (działalność klubu dla rodziców),
- 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 jakości pracy szkoły. Z ewaluacji wynika, że efekty działań są zadowalające, ale kontynuacja ich jest niezbędna po to, by utrwalać i pogłębiać zdobytą wiedzę.

**5. Nasza szkoła/placówka planuje ubiegać się w ciągu najbliższego roku o nadanie Krajowego Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowie: TAK/NIE (właściwe podkreślić).**

Placówki szkolnictwa specjalnego nie mają możliwości przystąpienia do Krajowej Sieci Szkół Promujących Zdrowie z powodu braku narzędzi ewaluacyjnych.