

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,  
POSIADAJĄCEJ CERTYFIKAT WOJEWÓDZKI SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE  
RAPORT ZA OKRES OD 03.09.2018r. DO 19.06.2019r.  
INFORMACJE PODSTAWOWE O SZKOLE/PLACÓWCE:**

<b>Pełna nazwa szkoły/placówki</b>	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Kornela Makuszyńskiego w Turku
W przypadku zespołu szkół proszę wpisać, której szkoły dotyczy raport	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Kornela Makuszyńskiego w Turku
<b>Adres</b>	62-700 Turek, ul. Aleja Józefa Piłsudskiego 5
<b>Gmina</b>	Turek
<b>Powiat</b>	turecki
<b>Telefon</b>	063 289 60 61
<b>Adres mailowy szkoły</b>	zpew-turek@wp.pl
<b>Adres mailowy koordynatora</b>	agnieszkaidzikowska12@gmail.com
<b>Strona www</b>	www.zpew-turek.pl
<b>Imię i nazwisko dyrektora</b>	Izabela Piotrowska
<b>Imię i nazwisko koordynatora</b>	Agnieszka Idzikowska, Iwona Andrzejak
<b>Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu</b>	1. Nauczyciele: Izabela Walczak, Izabella Frątczak, Aneta Kubiak, Katarzyna Czerniak, Anna Frankowska, Dagmara Dróżdź, Małgorzata Mielczarek, Karolina Piwowarska, Anna Lipińska, Anna Frątczak, Ewelina Pieszak, Magdalena Kalinowska, Marlena Graczyk, Wioletta Paruszevska, Katarzyna Wielkopolan-Janik. 2. Rodzice: Anna Taborek 3. Pracownicy niepedagogiczni: Aldona Grzelak - Kozajda 5. Inne osoby: Teresa Jacaszek – pielęgniarka szkolna
<b>Data otrzymania Certyfikatu Wojewódzkiego Szkoła Promująca Zdrowie</b>	9 czerwiec 2009 rok 30 listopad 2019 (odnowienie certyfikatu)

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

*Plan działań stanowi załącznik.*

## 2. Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.

### **Sprawozdanie z realizacji podjętych działań.**

W naszym Ośrodku realizowane były programy edukacyjne, takie jak: Trzymaj Formę, Program dla szkół promujący wśród dzieci zdrową dietę bogatą w owoce i warzywa oraz produkty mleczne, 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, „Wybierz życie – pierwszy krok”, „ARS – jak dbać o miłość”.

Kontynuujemy realizację Programu dla szkół promującego wśród dzieci zdrową dietę bogatą w owoce i warzywa oraz produkty mleczne. Celem programu jest zmiana nawyków żywieniowych dzieci poprzez zwiększenie udziału owoców i warzyw w ich codziennej diecie oraz propagowanie zdrowego odżywiania poprzez działania o charakterze edukacyjnym. Program realizowany jest w klasach I – III szkoły podstawowej. Dzieci uczestniczą w działaniach edukacyjnych, które informują o zaletach spożywania owoców i warzyw oraz produktów mlecznych.

W miesiącu listopadzie w ramach „Programu dla szkół” ogłoszony został konkurs plastyczny dla uczniów klas I-II-III-IV szkoły podstawowej pt.: „Zdrowie w kolorach tęczy”, którego celem było utrwalenie wiedzy na temat zdrowych nawyków żywieniowych. Zadaniem uczestników było wykonanie różnymi technikami prac plastycznych o tematyce prozdrowotnej. Wszystkie prace zostały nagrodzone i wywieszono na korytarzu szkolnym.

W dniu 11 grudnia 2018 roku w naszej placówce odbyły się zajęcia warsztatowe pt. „Sposoby na przechowywanie – czyli jak można przedłużyć życie produktów” dla uczniów szkoły podstawowej. Celem zajęć było upowszechnienie wiedzy na temat jak przeciwdziałać marnotrawieniu żywności, jak przechowywać i przygotowywać żywność oraz jak postępować z odpadami spożywczymi i kuchennymi. Zajęcia rozpoczęły się pogadanką tematyczną, a w dalszej części uczniowie wzięli udział w zajęciach warsztatowych zakończonych wymianą spostrzeżeń.

Dnia 28 lutego 2019 roku uczniowie klas szkoły podstawowej wzięli udział w zajęciach warsztatowych pod hasłem: „Tęcza witamin- czyli gdzie mieszkają witaminy”, których celem było zapoznanie z rolą witamin oraz innych składników odżywczych potrzebnych do życia i wzrostu ludzkiego organizmu. Podczas zajęć dzieci bliżej zapoznały się z pojęciem „witaminy”, ich występowania i funkcji w organizmie człowieka, dowiedziały się również, że należy spożywać pięć porcji warzyw i owoców w ciągu dnia. W części praktycznej odgadywały zagadki, których rozwiązaniem były nazwy owoców i warzyw, grupowały owoce i warzywa oraz kolorowały ilustracje ze swoim ulubionym owocem lub warzywem.

W dniu 29 marca 2019 roku uczniowie klasy III Szkoły Podstawowej Zespołu Edukacyjno-

Terapeutycznego uczestniczyli w zajęciach pt. „Ogródek na parapecie”, których celem było promowanie zdrowego stylu życia wśród najmłodszych uczniów naszej szkoły. Zajęcia zostały poprzedzone pogadanką o potrzebach roślin, a następnie dzieci posadziły rzeżuchę, szczypiorek, owies, cebulkę, groch i fasolę. Uczniowie mogli nauczyć się jak pielęgnować rośliny oraz zapoznać się z etapami ich wzrostu.

W dniu 17 czerwca 2019 roku odbyły się zajęcia, na których uczniowie klas trzecich szkoły podstawowej i szkoły podstawowej Zespołu Edukacyjno-Terapeutycznego wraz z wychowawcami zorganizowali wspólne przygotowanie pełnowartościowego, zdrowego i pożywnego śniadania. Celem spotkania było zwiększenie świadomości na temat zdrowego odżywiania i roli śniadania w diecie każdego dziecka. Zajęcia zostały poprzedzone pogadanką o zdrowych nawykach żywieniowych, o tym jak komponować posiłki, jak łączyć smaki i jakie produkty należy jeść, aby być zdrowym. W czasie zajęć dzieci uczyły się kultury spożywania posiłków oraz rozwinęły swoją kreatywność i wyobraźnię kulinarną.

**W roku szkolnym 2018/2019 realizowano szereg działań w ramach programu „Trzymaj Formę”.**

Dnia 19 listopada 2018r. odbyło się spotkanie z panią dietetyk Anną Durkiewicz, która przeprowadziła zajęcia pod nazwą zdrowe drugie śniadanie. Celem spotkania było pokazanie uczniom oraz ich rodzicom jak powinno wyglądać i z jakich produktów składać się drugie śniadanie. Zebrani obejrzeli prezentację multimedialną, a następnie wykonali kilka propozycji zdrowego drugiego śniadania. Były to między innymi: tortilla pełnoziarnista z serkiem szynką i warzywami, kanapki z chleba pełnoziarnistego z serem żółtym i warzywami, jogurt naturalny z suszonymi owocami i orzechami.

W dniu 30 listopada 2018 roku odbyły się zajęcia kolejne kulinarne z udziałem uczniów i rodziców, których celem było propagowanie zasad zdrowego odżywiania ze szczególnym uwzględnieniem spożywania drugiego śniadania, jako podstawowego posiłku w ciągu dnia. Po krótkiej pogadance uczestnicy przygotowali smaczne, zdrowe i kolorowe kanapki.

Dnia 26 lutego 2019 uczniowie klas trzecich Szkoły Przystosowującej do Pracy wraz z opiekunami uczestniczyli w zajęciach na siłowni OSiR-u w Turku. Celem wyprawy było przede wszystkim rozwijanie zainteresowań sportem, aktywnym i zdrowym sposobem spędzania czasu wolnego oraz dobra zabawa. Podczas spotkania z trenerem, panem Marcinem Hartmanem uczniowie dowiedzieli się o dużym znaczeniu ruchu dla zdrowia – zarówno fizycznego, jak i psychicznego. Przekonali się, iż aktywność ruchowa to wysiłek fizyczny umożliwiający wspaniałą zabawę, ale także ważny element zdrowego stylu życia. Bogaty wybór sprzętu, salka pełna rowerków spinningowych, bieżni to tylko jedno z wielu atrakcji przygotowanych przez trenera. Młodzież pod okiem pana Marcina miała możliwość skorzystania ze sprzętu sportowego oraz przyborów do ćwiczeń wzmacniających ciało. Chłopcy z ogromnym zaangażowaniem brali udział w przygotowanych specjalnie dla nich ćwiczeniach wysiłkowych, a dziewczynki uczestniczyły w grach i zabawach sportowych. Na zakończenie wszyscy razem udali się na spacer po obiekcie zapoznając się z innymi atrakcjami sportowymi.

7 maja 2019r. wychowankowie Zespołu Placówek Edukacyjno-Wychowawczych wzięli udział w zajęciach pt.: „Jak nie marnować żywności”. Celem warsztatów było uświadomienie uczniom, że marnowanie żywności wywiera wielowymiarowe, negatywne skutki społeczne, ekonomiczne i ekologiczne. Zajęcia poprzedzone zostały prezentacją multimedialną, która

dotyczyła planowania przemyślanych zakupów i nie marnowania żywności. Oraz właściwych sposobów przechowywania produktów spożywczych i ekonomicznym dokonywaniu zakupów. Po części teoretycznej wychowankowie przystąpili do zajęć praktycznych, podczas których wykonali sałatki z resztek produktów, które spożyli na zakończenie zajęć.

Dnia 9 maja 2019 roku grupa uczniów szkoły podstawowej uczestniczyła w wycieczce do grotty solnej znajdującej się na krytej pływalni w Turku. Głównym celem wycieczki było zachęcenie dzieci do dbałości o własne zdrowie, wskazanie profilaktyki zapobiegania chorobom oraz poznanie właściwości leczniczych soli. Podczas pobytu w grocie dzieci wykonywały ćwiczenia gimnastyczne, oddechowe, relaksacyjne oraz wypoczywały na fotelach, obserwując kolorowe światła znajdujące się na solnych ścianach. Mogły poczuć się jak na plaży, zanurzając stopy w piasku i czerpiąc zdrowotne właściwości panującego tam mikroklimatu. Pobyt w grocie solnej był dla uczniów nowym, ciekawym doświadczeniem i wywołał w nich pozytywne emocje.

**Wzięliśmy udział w drugiej już edycji projektu Olimpiad Specjalnych „Bądź Fit”.** Podobnie jak w ubiegłym roku, w ciągu ośmiotygodniowego programu odbywały się zajęcia rozwijające cztery podstawowe filary życia: emocje – samopoczucie, aktywność fizyczna, zdrowa dieta oraz aktywność społeczna. Od 1 października 2018 wybrani uczniowie wraz z rodzicami realizowali wyznaczone przez trenerów zadania. Na początku października odbyło się spotkanie z rodzicami i zawodnikami, na którym szczegółowo przedstawiono plan treningów, uczestnikom rozdano bidony z wodą, broszurki i inne gadzety oraz koszulki z logo Olimpiad Specjalnych. Opiekunowie naszych wychowanków bardzo chętnie przystąpili do działania, wspierając tym samym trenerów poprzez dokonywanie pomiaru np. ciśnienia krwi oraz masy ciała ale przede wszystkim aktywnie uczestnicząc w treningach i innych działaniach, tak aby podopieczni mieli dobre wzory do naśladowania.

W dniu 9 lutego 2019 zawodnicy naszego Ośrodka zostali zaproszeni do Centrum Rekreacji Fart w Woli Podłężnej koło Konina, gdzie odbyło się podsumowanie projektu, zorganizowane przez Oddział Olimpiad Specjalnych Wielkopolskie Konin. W czasie spotkania wszyscy obejrzelni prezentację ze zmaganiem treningowymi oraz innymi działaniami zdrowotnymi, jakie odbyły się w trakcie trwania projektu, następnie wykonali ćwiczenia pod okiem trenera oraz uczestniczyli w rozgrywkach bowlingu. Na koniec każdy z uczestników otrzymał medal za udział w rozgrywkach sportowych.

**W naszym Ośrodku kontynuujemy realizację 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 oraz rodzice.**

W dniu 15 listopada 2018 roku w ramach obchodów „Światowego Dnia Rzucania Palenia” w naszym Ośrodku odbyły się zajęcia pod hasłem „Włącz myślenie – rzuć PALENIE”. Celem zajęć było poszerzenie wśród uczniów wiedzy na temat szkodliwości dymu tytoniowego powstającego podczas palenia papierosów, a także wykształcenie w sobie postawy antynikotynowej. Zajęcia miały charakter nie tylko informacyjny, ale przede wszystkim warsztatowo – zadaniowy. Uczniowie wysłuchali najważniejszych informacji dotyczących składu dymu tytoniowego, po czym przystąpili do części praktycznej, która polegała na rozważaniu skutków palenia papierosów. W dalszej części spotkania uczestnicy za pomocą

węchu rozpoznawali różne zapachy (perfumy, mydło, odświeżacz powietrza, pasta do butów z zapachem niedopałków papierosów znajdujących się w popielnicze) i pokazywali gestami i mimiką swoje samopoczucie w momencie wąchania zapachów przyjemnych i nieprzyjemnych. Zadaniem wieńczącym warsztaty było rozpoznanie i uporządkowanie uczuć, jakie mogą towarzyszyć osobie podejmującej trud rzucania papierosów.

Dnia 20 grudnia 2018 roku wśród uczniów starszych klas szkoły podstawowej przeprowadzone zostały zajęcia warsztatowe pod hasłem: „Palenie jest niezdrowe”. Celem spotkania było uzyskanie przez uczniów wiedzy dotyczącej zachowań prozdrowotnych, jak również omówienie szkodliwego składu dymu tytoniowego i jego wpływu na stan zdrowia człowieka. Lekcja odbyła się w formie ćwiczeń i dyskusji wzmacniających aktywne uczestnictwo uczniów. Spotkanie rozpoczęła wspólna rozmowa dotycząca ogólnie rozumianego palenia papierosów, po zakończonej dyskusji nauczyciel odczytał krótką historyjkę Natalki i Kuby, która była wstępem do ankiety pt: „Co wiecie o paleniu”. W dalszej części zajęć nastąpiła prezentacja plakatu przedstawiającego podstawowe informacje o działaniu nikotyny i innych substancji zawartych w papierosie. Uczniowie omówili znane im dotychczas skutki palenia tytoniu oraz poznali koszty jakie palacz ponosi podczas zakupu papierosów, zastanawiały się co można kupić za otrzymaną kwotę. Uczniowie wzięli też udział w zabawie polegającej na segregowaniu zdrowych i niezdrowych zachowań oraz uzasadnianiu swoich wyborów. Aktywny udział podczas zajęć motywował do tego, aby zdobytą wiedzę i umiejętności stosować w codziennym życiu.

W dniu 2 stycznia 2019 roku odbyły się zajęcia warsztatowe pod hasłem: „Wpływ palenia papierosów na organizm człowieka”. Zajęcia skierowane były do uczniów klas szkoły przysposabiającej do pracy i szkoły branżowej, których głównym celem było wykształcenie postaw zobowiązujących się do niepalenia i ponoszenia odpowiedzialności za własne zdrowie. Spotkanie rozpoczęła koordynator programu, która wprowadziła uczniów w profilaktykę uzależnień. Kolejnym etapem zajęć było zapoznanie uczniów z planszą pt. „Wpływ składników dymu tytoniowego na organizm człowieka”. Chętni uczniowie odczytywali nazwy składników dymu tytoniowego oraz ich niebezpieczną zawartość. Prowadząca zwróciła uwagę na zagrożenia dla zdrowia wynikające z tzw. „biernego palenia”. W dalszej części spotkania uczniowie podzieleni na grupy umieszczali na planszy informacje wskazujące zagrożenia i niebezpieczeństwa w odniesieniu do układu oddechowego, krwionośnego, pokarmowego i nerwowego. Zadaniem uczniów było wyszukanie odpowiednich informacji i prawidłowe umieszczenie ich na planszy. Po skończeniu zadania przedstawiciele grup zaprezentowali efekty pracy. Na zakończenie uczniowie kolorowali rysunki, wyszczególniając każdą z tych części organizmu, na którą negatywnie wpływają składniki dymu tytoniowego. Spotkanie zakończyło się podsumowaniem wiedzy.

W dniu 27 maja 2019 roku odbyły się zajęcia warsztatowe pt. „Bierne palenie papierosów” dla uczniów szkoły ponadgimnazjalnej, których celem było uświadomienie konsekwencji związanych z paleniem papierosów oraz zwrócenie uwagi na moralny aspekt palenia papierosów w obecności osób niepalących. Spotkanie rozpoczęła wspólna rozmowa dotycząca palenia papierosów, w której uczniowie mieli za zadanie udzielić odpowiedzi na

kilka pytań: Dlaczego niektórzy ludzie palą papierosy?, Czy w waszych domach pali się papierosy?, Czym jest bierne palenie?, Jak chronić niepalących przed paleniem biernym?. Uczniowie wykazywali zainteresowanie poruszaną tematyką i aktywnie uczestniczyli w dyskusji. W dalszej części spotkania uczniowie zostali zapoznani z Ustawą antynikotynową o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych, sposobami i metodami ochrony niepalących przed palącymi. Kolejnym etapem zajęć było wykonanie przez uczniów plakatów pt. „Skutki biernego palenia papierosów”, „Korzyści płynące z niepalenia, promowanie zdrowego trybu życia”. Po zakończeniu zadania liderzy poszczególnych grup prezentowali wykonane prace. Spotkanie zakończyło się podsumowaniem zdobytej wiedzy.

Uczniowie klas gimnazjalnych uczestniczyli w dniu 29 maja 2019 w warsztatowym spotkaniu antynikotynowym, którego celem było zwiększenie wiedzy na temat szkodliwości dymu papierosowego oraz zrozumienie, że palenie szkodzi zarówno palącym, jak i niepalącym osobom.

Wstępna część warsztatów, to poszukiwanie odpowiedzi na pytania: Jak palenie wpływa na organizm człowieka?, Dlaczego ludzie palą, chociaż wiedzą, że palenie szkodzi?, Dlaczego trudno jest przestać palić?. Po zakończonej dyskusji uczniowie w formie quizu starali się usystematyzować i podsumować najważniejsze informacje na temat papierosów. Kolejnym zadaniem było wspólne sporządzenie listy najczęściej spotykanych chorób odytoniowych oraz omówienie ich objawów. Na zakończenie zajęć uczniowie rozwiązywali krzyżówkę antynikotynową, której hasło brzmiało: PAPIEROS. Uczestnicy warsztatów chętnie brali udział w przygotowanych dla nich zadaniach i wykazali się sporą wiedzą z wcześniejszych spotkań organizowanych na terenie placówki.

Dnia 30 maja 2019 roku uczniowie naszego Ośrodka wraz z koordynatorami programów antynikotynowych uczestniczyli w spotkaniu integracyjnym w Zespole Szkół Technicznych w Turku, którego celem było uświadomienie uczniom negatywnego wpływu nikotyny na zdrowie człowieka oraz konsekwencji w postaci wywołanych chorób. Po krótkiej pogadance uczestnicy pracowali w czteroosobowych zespołach dopasowując nazwy związków chemicznych występujących w papierosach do ich definicji, zastosowania w przemyśle chemicznym oraz chorób jakie powodują. Drugim zadaniem była praca z szablonem człowieka oraz wyszukanie w Internecie informacji jakie choroby są związane tylko z układem oddechowym i chorobami płuc. Po każdym zadaniu wykonanym w grupach następowała wspólna dyskusja, prezentowanie i porównywanie odpowiedzi. Kolejną częścią warsztatów był quiz, w którym uczestnicy mieli za zadanie odpowiedzieć na pytania dotyczące statystyk palenia. Ostatnie zadanie polegało na ułożeniu puzzli przedstawiających obrazek z hasłem „zakaz palenia”. Podsumowaniem warsztatów była dyskusja na temat narażania swojego życia i zdrowia przez nałóg palenia oraz spojrzenie przez wzgląd ekonomiczny.

Również w dniu 30 maja 2019 w naszym Ośrodku odbyły się zajęcia antynikotynowe poświęcone obchodom Światowego Dnia Bez Tytoniu pod hasłem „Tytoń i zdrowie płuc”. Celem spotkania było zwiększenie świadomości uczniów na temat negatywnego wpływu

tytoniu na płuca człowieka, począwszy od chorób układu oddechowego, a skończywszy na chorobach nowotworowych. Problem palenia papierosów wśród młodych ludzi jest ciągle aktualny. Niestety zaczynają oni eksperymentować już w bardzo młodym wieku, dlatego też obchody Dnia bez Tytoniu koordynatorzy programów antynikotynowych rozpoczęli pogadanką z uczniami oraz podsumowaniem wszystkich działań zrealizowanych w bieżącym roku szkolnym, a dotyczących oczywiście zapobiegania nałogowi nikotynowemu wśród młodzieży szkolnej. Metodą burzy mózgów wyliczano choroby od tytoniowe, które w negatywny sposób oddziałują na ludzki organizm. Dzięki przygotowanym zdjęciom można było naocznie zobaczyć jak wyglądają niektóre choroby spowodowane paleniem. Następnie uczniowie obejrżeli kilkunastominutowy filmik pod tytułem „Nie spal się na starcie”, który ukazuje problemy, z jakimi muszą borykać się nałogowi palacze, takie jak: utrata zdrowia, zła kondycja czy negatywny wpływ na otoczenie. Film był swoistego rodzaju apelem do młodych ludzi ukazującym, że papierosy są substancją silnie uzależniającą mogącą zniszczyć nie tylko zdrowie, ale również marzenia i talenty.

W ramach realizacji programu „Nie pal przy mnie proszę” uczniowie klas 1 -3 Szkoły Podstawowej naszego Ośrodka wzięli udział w przygotowanych dla nich prelekcjach, zadaniach i spotkaniach. W dniu 31 stycznia 2019 roku odbyło się spotkanie pod hasłem „Co to jest zdrowie”, które pomogło uświadomić uczniom jak bardzo ważne jest zdrowie, jak należy o nie dbać oraz jak negatywny wpływ ma nikotyna. Zajęcia rozpoczęły się od integracji grup klasowych poprzez zabawę „Otwarty krąg”, po której uczniowie wysłuchali najważniejszych informacji dotyczących zdrowia, czynników wpływających na jego właściwe funkcjonowanie, piramidy zdrowia oraz zagrożeń powodowanych przez biernie wdychanie dymu nikotynowego przez dziecko. W dalszej części spotkania odbyły się warsztaty zadaniowe, podczas których uczniowie przywieszali do „drzewka zdrowia” znajdującego się na tablicy, liście z zagadnieniami dotyczącymi zdrowego trybu życia i zbilansowanej diety. Następnie wyklejały bibułą i filcem wiewiórkę Wiki, towarzyszkę całego programu, która będzie z nimi na każdym kolejnym spotkaniu. Na tak przygotowaną planszę z wiewiórką Wiki dzieci przenieśli liście z hasłami zdrowotnymi z drzewka zdrowia. Zadanie to miało na celu usystematyzowanie wiadomości, a mianowicie jakie są pozytywne aspekty i czynniki wpływające na właściwą kondycję, formę oraz zdrowe funkcjonowanie naszego organizmu. Ostatnim etapem zajęć pokolorowanie obrazków oraz dopasowanie do nich właściwych nazw z rozsypanki wyrazowej. Na zakończenie spotkania uczniowie siedząc wygodnie wykonali ćwiczenia oddechowe.

W dniu 20 maja 2019 roku dla uczniów klas Szkoły Podstawowej I-III naszego Ośrodka odbyło się spotkanie pod hasłem „Dorośli nie trujcie dzieci !!! – czyli co robić gdy moje zdrowie jest zagrożone?”. Celem spotkania było uwrażliwienie dzieci na szkodliwe oddziaływanie dymu papierosowego związane z biernym paleniem oraz wykształcenie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach, gdy inni ludzie przy nich palą. Zajęcia rozpoczęły się zabawą integracyjną pt. „Wszyscy są, witam was”, po której przeprowadzono krótką pogadankę dotyczącą szkodliwości palenia tytoniu dla zdrowia i sposobów radzenia sobie z paleniem biernym. Następnie dzieci obejrzały film edukacyjny „Skutki palenia papierosów”, który zawierał nazwy chorób spowodowanych paleniem i wskazywał uszkodzony narząd w organizmie człowieka. Po obejrzeniu filmu uczestnicy utrwalili wiadomości w formie zajęć

warsztatowych. Na zakończenie uczniowie pokolorowali szablon znaczków „Nie pal przy mnie, proszę”, które nakleili na kolorową kartę z transparentem i wraz z nauczycielem przemaszewowały wokół boiska szkolnego powtarzając hasło programu „ Nie pal przy mnie proszę”.

**Program „ARS czyli jak dbać o miłość” realizowany był w naszym Ośrodku już po raz piąty.**

Dnia 29 października 2018 roku w odbyła się pogadanka na temat substancji psychoaktywnych. Uczniowie odświeżyli sobie pamięć odnośnie wpływu na organizm takich substancji jak: alkohol, papierosy, narkotyki i dopalacze. Przyjrzeni się bliżej skutkom zażywania tych niebezpiecznych używek. Zwrócili uwagę na zmiany w wyglądzie człowieka i sposobie zachowania. Istotnym wątkiem spotkania był wpływ substancji psychoaktywnych na miłość i relacje z najbliższymi. Uczniowie zauważyli, że te groźne używki uniemożliwiają znalezienie drugiej połowy, zrywają więzi między kochającymi się ludźmi i doprowadzają do rozpadu rodziny, jak również zabierają przyjaciół. A dzieje się tak, ponieważ uzależnienie od alkoholu, tytoniu czy narkotyków przesłania cały świat i uniemożliwia logiczne myślenie. Jest złodziejem czasu i niszczy najważniejsze wartości w życiu człowieka. W drugiej części spotkania uczniowie wypełnili ankiety podsumowujące i utrwalające skutki zażywania substancji psychoaktywnych.

W dniu 13 marca 2019r. odbyło się drugie spotkanie dla uczniów Szkoły Przesposabiającej do Pracy i Branżowej Szkoły I Stopnia, podczas którego uczestnicy przeanalizowali negatywny wpływ substancji psychoaktywnych, takich jak alkohol, tytoń, narkotyki, na zdrowie fizyczne i psychiczne człowieka oraz jego zachowanie. Przyjrzeni się także wpływowi tych środków na rozwój i zdrowie płodu oraz narodzonego dziecka. Określili wskaźniki dla poczucia szczęścia i jego braku. Zrozumieli, że zachowanie szkodzące naszemu zdrowiu i zachowaniu bardzo negatywnie wpływa na poczucie szczęścia zarówno naszego własnego, jak i naszych najbliższych. Dzięki udziałowi w tym programie młodzież naszego Ośrodka wie, że tylko dbając o miłość w zdrowy sposób i prowadząc higieniczny tryb życia, może być szczęśliwa i dzielić to szczęście z najbliższymi. W ten sposób młodzi ludzie przygotowują się do odpowiedzialnego traktowania swojej rodziny.

**Kolejny rok nasza placówka bierze udział w programie profilaktycznym dotyczącym substancji psychoaktywnych, jakimi są dopalacze.**

Na przełomie listopada i grudnia 2018r. odbyły się w naszym Ośrodku warsztaty z zakresu profilaktyki uzależnień „Wiem – nie biorę! Jestem bezpieczny”. Podczas zajęć uczniowie przyglądali się różnym produktom, następnie dzielili je na kategorie: produkty spożywcze, leki, kosmetyki oraz produkty których nie należy spożywać pod żadnym pozorem. Wśród tych ostatnich znalazły się produkty bez etykiet, nie opisane, symbolizujące niebezpieczne substancje psychoaktywne, jakimi są dopalacze. Uczniowie szybko poradzili sobie przy segregacji. Ważnym aspektem było zwrócenie uwagi na opis produktów, przeznaczenie i datę ważności. Podopieczni bardzo dobrze orientowali się w tym, iż nie należy przyjmować żadnych substancji, które nie są opisane i których pochodzenia nie znają. Podjęto także wątek uzależnienia od dopalaczy, podano kilkanaście skutków zażycia tego typu substancji.

Ponadto dnia 20 lutego 2019 roku odbył się warsztat w ramach profilaktyki dopalaczy pod



hasłem: „Nie daj się uzależnić”. Celem spotkania było utrwalenie wiadomości dotyczących tych niebezpiecznych substancji psychoaktywnych, czym są i dlaczego stanowią takie zagrożenie. Uczniowie podzieleni na grupy samodzielnie dokonywali wyboru, jakie są możliwe konsekwencje psychologiczne, fizyczne oraz społeczne zażywania dopalaczy. Omówiono również problem uzależnienia i zwrócono uwagę na fałszywych przyjaciół oferujących niebezpieczne środki oraz zaproponowano sposoby unikania tego typu sytuacji. Wszyscy uczniowie wykazali duże zaangażowanie w pracę. Zgodnie stwierdzili, że dopalacze to wróg, którego należy unikać. Warsztat przeznaczony był dla uczniów klas: 7 i 8 Szkoły Podstawowej, 3 Gimnazjum, Szkoły Przysposabiającej do Pracy oraz Branżowej Szkoły I stopnia.

### **W ramach profilaktyki chorób zakaźnych i nowotworowych realizowane były programy „Wybierz życie – pierwszy krok” i Ogólnopolska Kampania Społeczna w zakresie zapobiegania HIV/AIDS**

W listopadzie 2018 roku odbyły się spotkania dla uczniów szkoły podstawowej, gimnazjum i szkoły ponadgimnazjalnej pod hasłem „GrypoOdporni”. Uczniowie nabyli umiejętność odróżniania przeziębienia od choroby wirusowej jaką jest grypa oraz utrwaliли podstawowe zasady higieny osobistej, które pozwalają ograniczyć transmisję wirusa pomiędzy chorymi. Ponadto najmłodszym dzieciom zaprezentowano technikę skutecznego mycia rąk, a młodzieży najskuteczniejsze metody wzmacniające układ odpornościowy.

W miesiącu lutym i marcu 2019 zostały przeprowadzone pogadanki na temat „Nie daj się grypie” skierowane do wszystkich wychowanków Ośrodka, które miały na celu utrwalenie poznanych wcześniej wiadomości.

Dnia 4 grudnia 2018 roku uczniowie naszej placówki wzięli udział w obchodach Światowego Dnia AIDS w MDK w Turku, podczas których obejrzeni filmy tematyczne i wysłuchali prelekcji certyfikowanego instruktora terapii uzależnień Stowarzyszenia MONAR, poznając historię założenia organizacji niosącej pomoc osobom uzależnionym od narkotyków i chorym na AIDS. Przystąpili również do konkursu, którego zadaniem było wykonanie plakatu pt. „Uzależnienia sprzyjają HIV”.

Dnia 12 grudnia 2018 roku odbyły się zajęcia pt. „Zrób test na HIV”, w których udział wzięły uczennice: klasy VIII szkoły podstawowej, II gimnazjum i szkoły przysposabiającej do pracy. Celem zajęć było uświadomienie o konieczności wykonywania badań na obecność wirusa HIV. Podczas spotkania omówiono też inne choroby przenoszone drogą płciową: rzeżączkę, kiłę, chlamydiozę, HPV, HSV oraz wykonano plakaty z hasłami promującymi potrzebę wykonywania badań na obecność wirusa HIV w czasie ciąży. Tego samego dnia uczniowie szkoły ponadgimnazjalnej wzięli udział w X Powiatowej Olimpiadzie Wiedzy na temat HIV i AIDS zorganizowanej przez ZST w Turku oraz Powiatową Stację Sanitarno – Epidemiologiczną w Turku.

Dnia 11 lutego 2019 odbyło się spotkanie o tematyce „Walentynki bez HIV”, którego celem było utrwalenie informacji na temat HIV i AIDS. Uczestnikom przekazano wiedzę na temat możliwości uniknięcia zakażenia wirusem HIV w związku ze zbliżającymi się Walentynkami.

21 maja 2019 roku w związku z obchodami Międzynarodowego Dnia Pamięci o Zmarłych na AIDS miało miejsce spotkanie, na którym uczczono pamięć tych, którzy odeszli z powodu

zachorowań, ale również zwrócono uwagę na potrzebę pomocy osobom żyjącym z HIV i chorym na AIDS.

**W roku szkolnym 2018/2019 realizowaliśmy działania w ramach programu edukacyjnego „Wybierz Życie - Pierwszy Krok”.**

15 października 2018 w związku z Europejskim Dniem Walki z Rakiem Piersi na korytarzu szkolnym umieszczono gazetkę tematyczną dotyczącą profilaktyki raka piersi, która zawierała Zasady Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem oraz dane statystyczne dotyczące częstotliwości zachorowań i stopnia umieralności na nowotwory piersi w Polsce i Europie. Zawarte informacje miały na celu uwrażliwienie kobiet na istotę problemu chorób nowotworowych piersi. W dniu 19 grudnia 2018 roku, odbyło się spotkanie z młodzieżą, którego celem było zwiększenie poziomu wiedzy na temat wirusa HPV, raka szyjki macicy i raka piersi. Został przedstawiony film edukacyjny oraz prezentacja multimedialna pt. „Między nami kobietami”.

W marcu 2019 roku zorganizowano zajęcia, których głównym celem było nabycie umiejętności prawidłowego samobadania piersi oraz uświadomienie konieczności i częstotliwości wykonywania badań profilaktycznych takich jak: cytologia, badanie ginekologiczne i usg narządów rodnych.

**Podejmujemy też inne działania promujące zdrowie.**

Dnia 30 listopada 2018 roku koordynatorki promocji zdrowia uczestniczyły w XIV Konferencji Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie i IV Konferencji Naukowej Pracowni Edukacji Zdrowotnej Wydziału Studiów Edukacyjnych UAM, pt.: „O różnych drogach doskonalenia zdrowia nauczycieli i pedagogów w teorii, praktyce edukacyjnej i doświadczeniu osobistym”, której organizatorem było Kuratorium Oświaty w Poznaniu i Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Podczas konferencji wręczono Certyfikaty Szkół Promujących Zdrowie, dzięki którym szkoły zostały włączone do Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie. Nasz Ośrodek po raz drugi otrzymał Certyfikat.

W dniach od 6 do 10 maja 2019 obchodzony był w naszym Ośrodku Tydzień Promocji Zdrowia, który rozpoczął się apelem z okazji Światowego Dnia Zdrowia pod hasłem „Powszechne ubezpieczenia zdrowotne”. Uczniowie poznali klasyfikację, rodzaje i zasady, na jakich działają poszczególne rodzaje ubezpieczeń oraz podstawy prawne ubezpieczeń zdrowotnych, ich zakres i sposoby ubezpieczania się. We wtorek odbyły się zajęcia pod hasłem „Nie marnuj jedzenia. Myśl ekologicznie!”, na których uczniowie dowiedzieli się, że należy właściwie planować zakupy, odpowiednio je przechowywać i sprawdzać termin przydatności artykułów do spożycia. Utrwalono również zasady przyrządzania i przechowywania żywności, omówiono czym są Banki Żywności i przygotowano zdrowe sałatki. Dzień 8 maja 2019r. został zorganizowany pod hasłem „Eko – pomysł na aktywność sportową” i rozpoczął się zajęciami jogi pod okiem wykwalifikowanego instruktora. Uczestnicy spotkania dowiedzieli się, że joga wpływa na harmonijny rozwój ciała, zwiększa jego elastyczność, wydolność układu oddechowego i układu krążenia oraz pozwala skorygować wady postawy. Dzięki ćwiczeniom łatwiej skupić uwagę, osiągnąć świadomość własnego ciała, pobudzić wyobraźnię i rozwinąć kreatywność, a także wyciszyć się i

zrelaksować. Kolejnym działaniem w tym dniu, były ćwiczenia z trenerką fitness, które miały na celu rozwijanie zainteresowań sportem, aktywnym i zdrowym sposobem spędzania czasu. Starsi wychowankowie pod okiem trenerów mieli możliwość skorzystania ze sprzętu sportowego oraz przyborów wzmacniających ciało, a grupa młodszych dzieci przebywała na krytej pływalni pod okiem ratownika. Na zakończenie wszyscy skorzystali ze zdrowotnych walorów grotu solnej. Tego samego dnia odwiedziliśmy też Muzeum Miasta Turku, by obejrzeć wyjątkową, interaktywną wystawę pt. „Na zdrowie”. Uczniowie przyjrzeni się modelom piramidy żywieniowej, układu pokarmowego oraz budowy serca. Mogli poznać swój wskaźnik BMI, zbadać wzrok, równowagę, posłuchać pracy serca zdrowego i chorego człowieka. Dzięki specjalnym aplikacjom mogli sprawdzić poziom swojej koncentracji, ilość dostarczanych wraz z pożywieniem kalorii, a nawet dowiedzieć się, jak będą wyglądali w wieku 60 lat. Największym zainteresowaniem cieszyły się alkoholowe i narkotyczne, które pozwoliły doświadczyć jak niebezpieczne jest zażywanie substancji psychoaktywnych. W czwartek, 9 maja w „Eko-klinice urody” uczennice naszego Ośrodka miały okazję poczuć się jak w prawdziwym Spa, gdzie poznały zastosowanie naturalnych składników w produktach kosmetycznych i wypróbowały ich działanie na sobie. Wyjaśniono im, czym są maseczki do twarzy i peelingi oraz dlaczego powinny być wykonywane z naturalnych składników, takich jak miód, mleko, awokado, sok z cytryny, cukier brązowy, sól morską czy kawa. 10 maja odbył się apel podsumowujący Tydzień Promocji Zdrowia połączony z obchodami Światowego Dnia Ziemi, którego hasło brzmiało „Ochrona zagrożonych gatunków”. Uczniowie przedstawili korzyści wynikające z zachowań proekologicznych i dbałości o środowisko naturalne. Następnie koordynatorki ds. promocji zdrowia przedstawiły prezentację multimedialną i omówiły działania zrealizowane w czasie całego tygodnia. Podsumowany został również konkurs pt. „Zrób coś z niczego”. Prace konkursowe zostały wykonane z surowców wtórnych i były bardzo pomysłowe, a wśród nich: wózek dziecięcy, laptop, liczydło matematyczne, lampa, kapelusz, strój sportowy, zegar, kompozycje kwiatowe, zabawki i inne.

W dniu 28 maja 2019 roku już ósmy raz uczestniczyliśmy w Powiatowej Konferencji Szkół Promujących Zdrowie, która tym razem odbyła się w Szkole Podstawowej nr 1 w Tuku. W tym roku konferencja poświęcona była tematowi udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej. O tym, jak udzielić pierwszej pomocy drugiej osobie mówił podczas swojego wystąpienia lek. med. Alfred Rajczyk, dyrektor Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Turku. Część praktyczną konferencji poprowadzili ratownicy medyczni z Fundacji Złota Godzina.

**W naszym Ośrodku prowadzimy działania profilaktyczne z zakresu bezpieczeństwa oraz przeciwdziałania agresji i przemocy.** W miesiącu wrześniu we wszystkich klasach przeprowadzono pogadanki na temat zasad bezpiecznego przebywania na terenie placówki, a w październiku próbny alarm przeciwpożarowy.

W październiku 2018 roku odbyło się spotkanie całej społeczności szkolnej z przedstawicielem Zespołu do spraw Nietletnich i Patologii Wydziału Prewencji Komendy Powiatowej Policji w Turku. Celem spotkania było uwrażliwienie dzieci i młodzieży na potrzebę ochrony swojej prywatności i danych osobowych. Zwrócono też uwagę na zjawisko cyberprzemocy i stalkingu.

W grudniu 2018 roku odbyło się spotkanie całej społeczności szkolnej z dzielnicowym, które uatrakcyjniono Pyrkiem – maskotką Wielkopolskiej Policji. Tematem pogadanki było bezpieczeństwo podczas przerwy świątecznej oraz zbliżających się ferii zimowych. Na zakończenie w celu poprawy bezpieczeństwa wszystkim uczniom rozdano odblaskowe bransoletki.

W dniach 7 – 8 stycznia 2019 roku zostało zorganizowane przedsięwzięcie pt. „*Szkolne Dni Bez Przemocy*”, którego głównym celem było uświadomienie uczniom, czym jest przemoc, jakie niesie za sobą konsekwencje i jak sobie radzić w sytuacjach agresywnych. Zajęcia były skierowane do wszystkich uczniów Ośrodka. W pierwszym dniu wychowankom została przedstawiona prezentacja, dzięki której dowiedzieli się, czym jest przemoc i jakie są jej rodzaje oraz, kim są: sprawca, ofiara i świadek. Drugiego dnia zajęcia miały formę warsztatów i zostały przeprowadzone przez panie z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Turku.

Dnia 5 marca 2019r. odbyło się spotkanie całej społeczności szkolnej z dzielnicowym, którego tematem były zachowania społecznie nieakceptowane, hierarchia ich konsekwencji oraz formy obrony przed wpływem postaw demoralizacyjnych. Omówione zostały nie tylko prawa, ale także obowiązki uczniów oraz zagadnienia tolerancji. Na spotkaniu w miesiącu czerwcu zostały omówione następujące zagadnienia: bezpieczeństwo podczas wypoczynku nad wodą, wypadki z udziałem niechronionych uczestników ruchu drogowego, używanie alkoholu, narkotyków, dopalaczy, a także inne negatywne zdarzenia z udziałem młodych ludzi. Poruszone zostało również zagadnienie bezpiecznego korzystania z mediów społecznościowych i zagrożeń z nim związanych zwłaszcza cyberprzemocy.

W dniu 13 czerwca 2019 r. odbyła się wycieczka na Komendę Powiatową Policji w Turku dla uczniów klasy trzeciej i ósmej szkoły podstawowej. Głównym jej celem było zapoznanie z pracą policjantów, zwiedzenie budynku komendy i przypomnienie ważnych zasad bezpieczeństwa.

**W ramach akcji „Bezpieczne wakacje”** w dniu 13 czerwca 2019 roku w świetlicy szkolnej odbył się pokaz multimedialny i zajęcia warsztatowe dla wszystkich uczniów Ośrodka, na których uczestnicy poznali zagrożenia, z jakimi mogą się spotkać w czasie wakacji. Na zajęciach poruszono tematy dotyczące bezpieczeństwa w domu, podczas podróży, nad wodą, w górach, w lesie itp. Zwrócono również uwagę na cyberprzemoc i zagrożenia płynące z Internetu. Przypomniano także zasady ruchu drogowego i omówiono bezpieczeństwo na drodze dotyczące zarówno pieszych, jak i rowerzystów. Uczniowie dowiedzieli się, gdzie w razie różnych zagrożeń szukać pomocy oraz przypomnieli sobie numery telefonów alarmowych. Ponadto w placówce realizowany jest Program Wychowawczo – Profilaktyczny, w ramach którego odbywają się systematycznie działania dotyczące bezpieczeństwa, a wśród nich: pogadanki, prelekcje, prezentacje multimedialne, zajęcia warsztatowe, projekcje filmów, konkursy oraz apele porządkowe.

**W naszym Ośrodku dużą wagę przywiązujemy do sprawności fizycznej naszych wychowanków, dlatego też bierzemy udział w licznych zabawach, turniejach i zawodach sportowych.**

W tym roku szkolnym włączyliśmy się w obchody Europejskiego Tygodnia Sportu. Tak też 26 września 2018 roku wychowankowie naszej szkoły wspólnie z uczestnikami Warsztatu Terapii Zajęciowej pojechali na integracyjny rajd rowerowy leśnymi drogami naszego

nadleśnictwa, a 28 września wzięli udział w biciu rekordu Miasta Turek w aerobiku grupowym. Celem powyższych działań było promowanie zdrowego stylu życia, aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu oraz popularyzowanie aerobiku, jako atrakcyjnej formy spędzania czasu wolnego i ustanowienie nowego rekordu.

18 października 2018 roku uczniowie z naszej placówki wzięli udział w IV Regionalnym Dniu Młodego Sportowca w Koninie. Głównym celem zawodów było rozwijanie sprawności motorycznej i koordynacji wzrokowo-ruchowej u młodych sportowców, którzy mogli zaprezentować swoje umiejętności sportowe takie jak: strzały w bramkę, rzuty do kosza, przejście przez tunel, pokonanie toru przeszkód, prowadzenie piłki po wyznaczonym torze, zabawy w basenie i hop-skoki na dmuchawcach.

W październiku 2018 roku w Bydgoszczy wychowanek naszego Ośrodka, który zdobył złoty medal w kolarstwie podczas Ogólnopolskich Letnich Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Katowicach, w czerwcu 2018 roku wzięł udział w obozie przygotowawczym przed Światowymi Letnimi Igrzyskami Olimpiad Specjalnych w Abu Dhabi. 14 marca 2019 w Abu Dhabi rozpoczęły się Igrzyska, na których wychowanek Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego zdobył Złoty Medal w kolarstwie na dystansie 2 km i srebro na 1000 m.

15 listopada 2018 roku na sali gimnastycznej Zespołu Szkół Technicznych w Turku odbyła się Mini Olimpiada, w której wzięły udział dzieci z naszego Ośrodka oraz Przedszkoli z Turku. Celem Olimpiady oprócz dobrej zabawy było zaaranżowanie warunków dzieciom o słabszej kondycji psychofizycznej, stworzenie możliwości prezentacji swoich umiejętności i współzawodnictwa, a także promowanie idei sportu i aktywności fizycznej wśród najmłodszych. Zawodnicy zmierzili się ze sobą pokonując kolejno trzy tory przeszkód.

Dnia 21 listopada 2018 roku na terenie Kręgielni Czwórkabowling w Kole odbyła się druga tura XI Regionalnego Turnieju Bowlingu Olimpiad Specjalnych. Celem zawodów była popularyzacja bowlingu, jako dyscypliny sportu dla osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz rozpowszechnienie idei Olimpiad Specjalnych w regionie

W dniach od 4 do 14 grudnia 2018 roku czworo zawodników Olimpiad Specjalnych z naszego Ośrodka uczestniczyło w zimowym obozie sportowym w Zakopanem. Celem wyjazdu była nauka i doskonalenie umiejętności w zakresie narciarstwa zjazdowego oraz biegu na raketach śnieżnych w bezpośrednim kontakcie z górską przyrodą. Uczestnicy obozu z radością szlifowali swoje techniczne umiejętności na nartach i raketach śnieżnych na stoku w Białce Tatrzańskiej. Poza sportowymi zajęciami w programie obozu były także turystyczne i rekreacyjne atrakcje.

Dnia 1 lutego 2019 roku w sali widowiskowo-kinowej „Mieszko” w Koźminie Wielkopolskim odbyła się część oficjalna IX Gali Sportowca Olimpiad Specjalnych Oddziału Regionalnego Olimpiady Specjalne Wielkopolskie – Konin, w której uczestniczyli uczniowie z naszego Ośrodka. Celem uroczystości było podsumowanie osiągnięć sportowych i wyróżnienie najaktywniejszych sportowców. Po zakończeniu części oficjalnej wszyscy udaliśmy się na bal, którego gospodarzem był Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Borzęcizkach.

Dużym sukcesem zakończyły się zmagania naszych wychowanków w XVIII Regionalnym

Turnieju Tenisa Stołowego „Sprawni – Razem”, który odbył się 7 lutego 2019 roku w Kościelcu. Reprezentacja naszego Ośrodka po bardzo dobrych występach indywidualnych zajęła I miejsce w klasyfikacji drużynowej.

W dniu 28 marca 2019 roku w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Rychwale odbyły się zmagania sportowe pod nazwą „Sport na wesoło”. Zawody polegały na wykonywaniu na czas poszczególnych konkurencji, np. rzuty woreczkami do celu, kozłowanie piłki koszykowej w pełnym biegu, „gąsienica” czyli przechodzenie przez długi tunel na czworakach, czy jazda na deskorolce w pozycji leżącej na brzuchu itp. Najważniejsza była miła sportowa zabawa, integracja dzieci i młodzieży z różnych środowisk szkolnych, a także propagowanie i popularyzowanie aktywnego i zdrowego stylu życia.

W kwietniu 2019 roku w Koninie odbył się XVI Regionalny Dzień Treningowy Programu Treningu Aktywności Motorycznej Olimpiad Specjalnych. Tego typu impreza sportowa organizowana jest dla osób, które nie mogą uczestniczyć w oficjalnych treningach i zawodach sportowych Olimpiad Specjalnych, gdyż posiadają dużą niepełnosprawność ruchową oraz ograniczoną sprawność. Nasi zawodnicy zmagali się w konkurencjach: pokonywanie ławeczki gimnastycznej w leżeniu przodem, przejście i omijanie przeszkód na dystansie 2 metrów, kopnięcie piłki do bramki, rzut do celu w towarzystwie trenerów, rodziców oraz wolontariuszy.

Dnia 16 maja 2019 roku nasi wychowankowie wzięli udział w VIII Regionalnym Mityngu Lekkoatletycznym Olimpiad Specjalnych w Kaliszu, w takich konkurencjach jak: skok w dal, pchnięcie kulą, rzut piłeczką palantową, biegi na różnych dystansach. Zasłużone medale oraz gratulacje odebrali z rąk kandydata na europośła pana Leszka Millera.

Dnia 22 maja 2019 roku na Obieckie Jarocin Sport część pierwsza dla rowerów trójkołowych. odbył się VI Regionalny Mityng Kolarski Olimpiad Specjalnych - część pierwsza dla rowerów trójkołowych. Dla zawodników ustawiono konkurencje na trzech dystansach: jazda na czas na rowerze trójkołowym: 100 m i 400 m oraz jazda na czas na rowerze biegowym: 100 m. Zawodnik z naszego klubu na rowerze trójkołowym przejechał dwa dystanse na 100 m i 400 m. W obu konkurencjach zdobył II miejsce i srebrny medal.

W dniach od 7 do 9 czerwca 2019 roku odbył się XII Ogólnopolski Dzień Treningowy Programu Aktywności Motorycznej. Program Treningu Aktywności Motorycznej to oficjalny program sportowo-rehabilitacyjny Olimpiad Specjalnych skierowany do osób, które z powodu swojej niepełnosprawności intelektualnej i towarzyszących jej złożonych niepełnosprawności fizycznych nie są w stanie trenować i startować w dyscyplinach sportu uprawianych w Olimpiadach Specjalnych. W halowych zmaganiach wziął udział nasz wychowanek, który przez dwa dni zawodów demonstrował swoje umiejętności ruchowe w konkurencjach takich jak: rzut do celu, przeciąganie się po ławeczce w pozycji leżenia przodem, przejście przez przeszkody na dystansie 2 m. Wspaniale poradził sobie ze wszystkimi konkurencjami.

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

Monitoring działań podejmowanych w zakresie promocji zdrowia prowadzony jest systematycznie przez członków zespołu odpowiedzialnych za realizację poszczególnych zadań 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) 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 częściowe 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 placówka w dalszej kolejności podejmie działania aby uzyskać Krajowy Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie.

6. **Opis stopnia przygotowania do wystąpienia z wnioskiem o nadanie Krajowego Certyfikatu Szkoła Promująca Zdrowie** (wypełniają tylko te szkoły/placówki, które należą do Wielkopolskiej Sieci SzPZ dwa lata lub więcej).

Podpis Dyrektora:

Podpis koordynatora szkolnego:

.....

.....

.....

(miejsowość)

.....

(data)