

**RAPORT Z ROCZNEJ DZIAŁALNOŚCI SZKOŁY/PLACÓWKI,
POSIADAJĄCEJ CERTYFIKAT WOJEWÓDZKI SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE
RAPORT ZA OKRES OD 02.09.2019r. DO 26.06.2020r.
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	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Kornela Makuszyńskiego w Turku
Adres	62-700 Turek, ul. Aleja Józefa Piłsudskiego 5
Gmina	Turek
Powiat	turecki
Telefon	063 289 60 61
Adres mailowy szkoły	zpew-turek@wp.pl
Adres mailowy koordynatora	agnieszkaidzikowska12@gmail.com
Strona www	www.zpew-turek.pl
Imię i nazwisko dyrektora	Izabela Piotrowska
Imię i nazwisko koordynatora	Agnieszka Idzikowska, Iwona Andrzejak
Imiona i nazwiska członków szkolnego zespołu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nauczyciele: Izabela Walczak, Izabella Frątczak, Aneta Kubiak, Katarzyna Czerniak, Anna Mikołajczyk, Dagmara Drózdź, Małgorzata Mielczarek, Karolina Piwowarska, Anna Lipińska, Anna Frątczak, Katarzyna Fret, Sylwia Kałużna, Marlena Graczyk, Patrycja Danielewska, Wioletta Paruszevska, Katarzyna Wielkopolan-Janik. 2. Rodzice: Agata Biniek 3. Pracownicy niepedagogiczni: Aldona Grzelak - Kozajda 5. Inne osoby: Teresa Jacaszek – pielęgniarka szkolna
Data otrzymania Certyfikatu Wojewódzkiego Szkoła Promująca Zdrowie	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.

W roku szkolnym 2019/2020 w naszym Ośrodku realizowane były programy edukacyjne, takie jak: Trzymaj Formę, Bądź fit, Program dla szkół promujący wśród dzieci zdrową dietę bogatą w owoce i warzywa oraz produkty mleczne, Program Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce, program „Bieg po zdrowie” oraz Ogólnopolska Kampania Społeczna w zakresie zapobiegania HIV/AIDS, „Wybierz życie – pierwszy krok”, „ARS – jak dbać o miłość”.

W bieżącym roku szkolnym realizowane były działania w ramach programu „Trzymaj Formę”, dzięki którym z roku na rok zwiększa się świadomość młodzieży z zakresu zasad zdrowego stylu życia.

W ramach realizacji tego programu w dniu 28 listopada 2019r. w naszym Ośrodku odbyło się spotkanie warsztatowe z panią dietetyk Anną Durkiewicz pod hasłem: „Zbilansowana dieta nastolatka”, którego celem było poszerzenie wiedzy na temat zbilansowanej diety dla młodzieży. Pani dietetyk zapoznała wszystkich uczniów z tabelą kaloryczną niektórych produktów żywnościowych, zwracając uwagę na dobór w codziennej diecie zdrowych i wartościowych składników. Uczniowie klas Szkoły Przysposabiającej do Pracy, Branżowej Szkoły I Stopnia oraz wybrani uczniowie Szkoły Podstawowej mieli okazję dokonać pomiaru wzrostu i wagi ciała oraz obliczyć – w specjalnie przygotowanym programie – wskaźnik BMI, BMR i CPM. Następnie wychowankowie poznali swoje dzienne zapotrzebowanie kalorii podczas niewielkiej, średniej i dużej aktywności. Okazało się, że większość uczniów naszej szkoły znajduje się w normie wskaźnika BMI, a tylko kilka osób powinno postarać się zmienić nawyki żywieniowe oraz zadbać o kondycję fizyczną, a w szczególności zbudować mięśnie, czy spalić tkankę tłuszczową. Zdobyta wiedza i umiejętności dokonywania pomiarów będą przydatne uczniom poznać lepiej swoją podstawową przemianę materii.

Ponadto w dniu 24 stycznia 2020r. uczniowie klas Gimnazjum, Szkoły Przysposabiającej do Pracy i Szkoły Branżowej wzięli udział w zajęciach pt.: „Chroń planetę – nie marnuj żywności”. Celem warsztatów było uświadomienie uczniom, że marnowanie żywności wpływa na wielowymiarowe, negatywne skutki społeczne, ekonomiczne i ekologiczne. W pierwszej części spotkania wychowankowie obejrzeni prezentację multimedialną, „Nie marnuj! Użyj ponownie – podziel się żywnością”, która dotyczyła planowania przemyślanych zakupów i nie marnowania żywności. Dowiedzieli się też, co najczęściej wyrzucamy w gospodarstwach domowych oraz poznali przyczyny marnowania żywności i skalę tego problemu. Poszerzyli również wiedzę o właściwym sposobie przechowywania produktów spożywczych oraz ekonomicznym dokonywaniu zakupów i przyrządzaniu posiłków. Ponadto wykonali koktajl owocowo-warzywny z niewykorzystanych produktów spożywczych. Wszystkim uczestnikom spotkania bardzo smakował sporządzony napój, a poznane przepisy pokazały, że bez większych nakładów finansowych można sporządzić zdrowy posiłek

W tym roku szkolnym wzięliśmy udział w trzeciej już edycji projektu Olimpiad Specjalnych „Bądź Fit”.

W ramach realizacji tego projektu, w dniu 17 grudnia 2019 roku odbyły się zajęcia warsztatowe pod hasłem: „Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dzieci i młodzieży”, w których uczestniczyli uczniowie klasy czwartej i trzeciej szkoły podstawowej. Celem zajęć było utrwalenie wiedzy na temat zdrowego żywienia i wpływu aktywności fizycznej na rozwój dzieci i młodzieży. Zajęcia zostały poprzedzone pogadanką o zdrowych nawykach żywieniowych oraz wpływie aktywności fizycznej na rozwój dzieci. W części warsztatowej dzieci wykonały piramidę żywienia z wycinków z gazet, układały hasła zachęcające do spożywania owoców i warzyw oraz brały aktywny udział w zabawach takich jak: układanie puzzli oraz rozwiązywanie zagadek tematycznych.

W naszym Ośrodku kontynuujemy realizację programów z edukacji antytytoniowej: „Bieg po zdrowie” oraz „Program ograniczający szkodliwe następstwa palenie tytoniu”. Realizacją programu objęci są wszyscy uczniowie Ośrodka, nauczyciele oraz rodzice.

Dnia 18 grudnia 2019 r. w ramach programu „Bieg po zdrowie” odbyły się zajęcia warsztatowe pod hasłem: „Palenie jest niezdrowe”. Celem spotkania było zebranie od uczniów informacji dotyczących wiedzy na temat palenia papierosów i zachowań prozdrowotnych. Adresatami warsztatów byli uczniowie klas IV szkoły podstawowej. Zajęcia rozpoczęły się od dyskusji dotyczącej palenia papierosów, w czasie której uczniowie

dowiedzieli się o szkodliwości dymu papierosowego oraz co to jest czynne i bierne palenie i jakie są skutki palenia papierosów. W dalszej części zajęć obliczali ile palacz średnio wydaje na papierosy i co innego można byłoby kupić za taką kwotę. Podsumowaniem zajęć było wykonanie pracy plastycznej związanej z tematem.

Ponadto w ramach realizacji tego programu w dniu 21 stycznia 2020 roku odbyły się zajęcia pt. „Jak się nie dać złowić nałogowi?” W zajęciach uczestniczyli uczniowie klas czwartych szkoły podstawowej. Celem zajęć było przekazanie wiedzy na temat zachowań asertywnych. Zajęcia rozpoczęły się od przedstawienia uczniom pojęcia asertywności i przykładów takich zachowań. Następnie wysłuchali opowiadania czytanego przez nauczyciela pt. „Moje kieszonkowe”, które stanowiło podstawę do dyskusji na temat asertywności również w kontaktach z osobami dorosłymi, które palą papierosy w obecności dzieci. Zdobytą wiedzę utrwalił uczniom przeprowadzony na koniec quiz. Powyższe zajęcia pozwoliły zrozumieć uczniom, iż mają prawo do życia w zdrowym otoczeniu i do dbania o swoje zdrowie.

Z uwagi na pandemię Covid 19 dalsze lekcje tematyczne z programu „Bieg po zdrowie realizowane” były drogą online. Głównym celem programu było opóźnienie lub zapobiegnięcie inicjacji tytoniowej wśród dzieci i młodzieży oraz pokazanie atrakcyjności życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego. Zrealizowano następujące działania: Dlaczego jest coraz więcej osób, które nie palą papierosów?, Palenie szkodzi!, Jak to zrobić, żeby nie palić? oraz Jak to zrobić, żeby inni nie palili? Zajęcia miały charakter informacyjny. Podsumowaniem zajęć było wykonanie i przesłanie zdalnie pracy plastycznej. Powyższe zajęcia dostarczyły uczniom wiadomości na temat szkodliwości palenia papierosów oraz ukazały zalety życia bez papierosa. Ponadto przybliżono uczniom, w jaki sposób bronić się przed zachętą oraz presją dotyczącą palenia papierosów. Dzięki zajęciom uczniowie zdobyli wiedzę, jak wzmocnić poczucie odpowiedzialności za zdrowie własne oraz innych, jak również nauczyli się asertywności w zakresie uzależnień. Z realizacją programu zapoznani byli również rodzice.

W dniu 21 listopada 2019 roku w ramach obchodów „Światowego Dnia Rzucania Palenia” odbyły się zajęcia warsztatowe pod hasłem „Nie toń w nikotynie”. Celem zajęć było uświadomienie uczniom negatywnego wpływu nikotyny na zdrowie człowieka oraz uwrażliwienie na szkodliwe oddziaływanie dymu tytoniowego związanego z biernym paleniem. Obchody Światowego Dnia Rzucania Palenia były skierowane do wszystkich uczniów Ośrodka i odbyły się w dwóch grupach wiekowych.

Pierwszą grupą byli uczniowie szkoły podstawowej, dla których zajęcia rozpoczęły się od krótkiego wstępu dotyczącego historii obchodów Światowego Dnia Rzucania Palenia. Następnie poruszone zostały zagadnienia dotyczące skutków palenia papierosów dla czynnych i biernych palaczy. Uczestnicy wykonali prace plastyczne przedstawiające postać człowieka oraz jego najważniejsze narządy wewnętrzne szczególnie narażone na działanie szkodliwych substancji dymu tytoniowego. Wykonane prace przywieszono na głównej tablicy pod hasłem „Nie toń w nikotynie”.

Drugą grupę uczestników zajęć warsztatowych stanowiła młodzież szkoły przysposabiającej do pracy, która pracując w dwóch zespołach miała za zadanie stworzyć plakaty pod hasłem: „Palę papierosy” i „Nie palę papierosów”. Spośród przygotowanych i rozsypanych zdań uczniowie wybierali właściwe hasła, które następnie przyporządkowywali do swoich plakatów. Materiał tekstowy z którym przyszło się im zmierzyć w pełni określał stan zdrowego organizmu ludzkiego oraz organizmu, który pod wpływem palenia tytoniu uległ wyniszczeniu. Młodzież z dużym zaangażowaniem i dokładnością wykonała zadanie, które na zakończenie warsztatów zostało przez nich zaprezentowane.

Obchody Światowego Dnia bez Tytoniu, którego hasłem przewodnim w tym roku

było: „Ochrona młodzieży przed manipulacjami przemysłu tytoniowego” ze względu na pandemię Covid-19 odbyły się droga zdalną. Prosiliśmy o zapoznanie się z informacjami przesłanymi przez Powiatową Stację Sanitarno – Epidemiologiczną oraz opracowanymi przez nauczycieli materiałami edukacyjnymi, które dotyczyły szkodliwości palenia papierosów. Informacje zostały przesłane do uczniów drogą mailową oraz umieszczone na stronie internetowej placówki. W ramach obchodów tego dnia zachęciliśmy uczniów naszej szkoły i rodziców do abstynencji od wszystkich form konsumpcji tytoniu.

„Wiem – nie biorę, jestem bezpieczny”

Dnia 3 grudnia 2019r. odbyły się zajęcia profilaktyczne pod hasłem „Wiem-nie biorę, jestem bezpieczny”. W spotkaniu wzięli udział uczniowie klas Szkoły Przesposabiającej do Pracy, Szkoły Podstawowej oraz Szkoły Branżowej. Głównym celem zajęć było uświadomienie uczniom negatywnych dla naszego organizmu skutków zażywania środków psychoaktywnych, takich jak dopalacze, narkotyki czy inne używki. Przedstawiony został film pt. „Dopalacze – jak to działa” oraz prezentacja, które poszerzyły wiedzę na temat rodzajów, składu oraz oddziaływania tych niebezpiecznych substancji na nasze zdrowie, życie, relacje z innymi, emocje i ogólne samopoczucie. Podczas zajęć omówione zostały również zachowania i sposoby reagowania w sytuacjach styczności z tego rodzaju substancjami. Uczniowie mieli również możliwość sprawdzenia swojej wiedzy oraz wykorzystania pozyskanych podczas zajęć informacji w praktycznej części spotkania.

Program „ARS czyli jak dbać o miłość” realizowany był w naszym Ośrodku już szósty rok.

Dnia 11 grudnia 2019r. uczniowie szkoły przysposabiającej do pracy wzięli udział w spotkaniu z pielęgniarką przychodni „Medicus” w Turku. Głównym celem tego spotkania było dostarczanie wiedzy na temat substancji szkodzących zdrowiu. Spotkanie rozpoczęło się od przedstawienia slajdów dotyczących negatywnego wpływu wszelkiego rodzaju używek na zdrowie człowieka. Pracownica medyczna omówiła problem zażywania substancji psychoaktywnych z perspektywy swojej pracy, podczas której niejednokrotnie musiała udzielać pierwszej pomocy osobom będącym pod wpływem tych groźnych dla życia substancji i przekonywała uczniów, ażeby trzymali się z daleka od używek, a częściej sięgali po owoce i warzywa, które są bardzo zdrowe. Na zakończenie spotkania uczestnicy otrzymali cukierki z zawartością witamin.

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

Dnia 3 grudnia 2019r. odbyły się zajęcia profilaktyczne pod hasłem „Wiem-nie biorę, jestem bezpieczny”, dla uczniów szkoły przysposabiającej do pracy, szkoły podstawowej oraz szkoły branżowej. Głównym celem zajęć było uświadomienie uczniom negatywnych dla naszego organizmu skutków zażywania środków psychoaktywnych, takich jak dopalacze, narkotyki czy inne używki. Przedstawiony został film pt. „Dopalacze – jak to działa” oraz prezentacja, które poszerzyły wiedzę na temat rodzajów, składu oraz oddziaływania tych niebezpiecznych substancji na nasze zdrowie, życie, relacje z innymi, emocje i ogólne samopoczucie. Podczas zajęć zostały omówione zachowania i sposoby reagowania w sytuacjach, kiedy spotykamy się z tego rodzaju substancjami. Uczniowie mieli również możliwość sprawdzenia swojej wiedzy oraz wykorzystania pozyskanych podczas zajęć informacji w praktycznej części spotkania.

Wzajemna współpraca, koleżeńska pomoc i integracja wszystkich uczestników zajęć przyniosła oczekiwane efekty w postaci wzorowo wykonanych zadań.

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

W dniach 13 i 21 listopada 2019 roku pielęgniarka szkolna przeprowadziła spotkania dla wszystkich uczniów Ośrodka na temat „Czego jeszcze nie wiesz o grypie”. Przypomniała objawy choroby i omówiła podstawowe zasady higieny, których należy przestrzegać, aby nie zachorować. Została omówiona również znacząca rola szczepień przeciw grypie. Dnia 2 grudnia 2019 uczniowie naszego Ośrodka w ramach obchodów Światowego Dnia AIDS wzięli udział w happeningu pod hasłem „Stop AIDS”, który rozpoczął się od wspólnego przemarszu naszych wychowanków z uczniami innych szkół. Marsz wyruszył spod budynku Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej, a jego trasa zakończyła się w MDK. Podczas obchodów Światowego Dnia AIDS nastąpiło ogłoszenie wyników za udział w konkursach. Uczeń klasy VIII otrzymał wyróżnienie w konkursie na pracę multimedialną pod hasłem „Uzależnienia sprzyjają HIV”, a uczennica klasy II szkoły branżowej zdobyła II miejsce w konkursie na mem internetowy pod hasłem „Nie daj szansy AIDS”. Laureaci otrzymali nagrody rzeczowe i dyplomy. Następnie wszyscy obecni na obchodach wysłuchali wykładu na temat zagadnień związanych z tematyką HIV/AIDS. Dnia 12 grudnia 2019 roku uczennice klasy I Szkoły Branżowej wzięły udział w XI Powiatowej Olimpiadzie Wiedzy na temat HIV/AIDS zorganizowanej przez Zespół Szkół Technicznych w Turku oraz Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Turku. Wszyscy obecni na olimpiadzie przystąpili do pisania testu, który składał się z 22 pytań. Czas przeznaczony na napisanie testu jaki mieli uczniowie to 30 minut. Następnie uczestnikom został wyświetlony film o tematyce AIDS/HIV, przygotowany przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Turku. Po ogłoszeniu wyników nasza uczennica otrzymała wyróżnienie. Dnia 13 lutego 2020 roku odbyło się spotkanie o tematyce „Bezpieczne Walentynki”, w którym udział wzięli uczniowie klasy ósmej szkoły podstawowej oraz uczniowie szkoły branżowej i przysposabiającej do pracy. Na początku przeprowadzono pogadankę, która poruszała następujące kwestie: czym jest HIV i AIDS, w jaki sposób można zarazić się HIV i AIDS, dlaczego warto wykonać test pod kątem HIV i co należy zrobić, aby uniknąć zarażenia HIV/AIDS. W dalszej części odbyły się warsztaty podsumowujące zdobyte wiadomości na temat HIV i AIDS, co z pewnością przyczyni się do większej świadomości i podejmowania odpowiedzialnych decyzji podczas tegorocznych Walentynek.

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

29 października 2019 roku odbyło się spotkanie organizacyjne z uczniami klas szkoły przysposabiającej do pracy i szkoły branżowej dotyczące realizacji programu profilaktyki raka piersi i raka szyjki macicy. Koordynatorki programu przedstawiły cele, założenia oraz harmonogram działań programu „Wybierz życie – pierwszy krok” na rok szkolny 2019/2020. Poinformowano uczestników spotkania, iż październik jest miesiącem walki z rakiem piersi i Przypomniano, że 15 października obchodzony był Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi, o czym informowała gazetka tematyczna wystawiona w danym dniu w holu naszej placówki. Dnia 16 grudnia 2019 roku odbyła się prelekcja dla uczniów klas Szkoły Branżowej i Szkoły Przysposabiającej do Pracy. 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. Zostały omówione szczegółowo badania profilaktyczne w kierunku wirusa HPV, przedstawiono sposoby badania piersi poczynając od samobadania po rezonans magnetyczny. Na zakończenie prowadzące zwróciły uwagę na konieczność dbania o własne zdrowie, podejmowania działań profilaktycznych, dokonywania właściwych wyborów

i ponoszenia za nie odpowiedzialności.

W miesiącu październiku Roku Szkolnego 2019/2020 nasza szkoła przystąpiła do ogólnopolskiego programu profilaktyczno-edukacyjnego Akademii Czerniaka. Uczestnikami programu byli uczniowie szkoły podstawowej. Głównym celem działań było zwiększenie świadomości wśród społeczności szkolnej na temat czerniaka i jego profilaktyki. Dnia 21 stycznia 2020r. odbyła się projekcja filmu edukacyjnego „**Znamię! Znam je?**”. Na podstawie filmu uczniowie dowiedzieli się, jak prawidłowo sprawdzać skórę poprzez samokontrolę oraz jak wykluczyć wszelkie czynniki ryzyka, aby uchronić się przed czerniakiem. Po obejrzeniu filmu podsumowano zdobyte informacje i zachęcono uczniów do dalszego poszerzania wiedzy na temat czerniaka oraz aktywnego włączania się w kolejne działania. W miesiącu lutym 2020r., uczniowie objęci programem uczestniczyli w grze interaktywnej „Akademia czerniaka”, a w miesiącu marcu 2020r. zostały rozdane ulotki „**Znamię, znasz je? Czyli co musisz wiedzieć o czerniaku skóry**”. Podsumowanie działań odbyło się w sposób zdalny ze względu na pandemię Covid-19.

W miesiącu czerwcu w sposób zdalny zostały przekazane informacje na temat: Jak uchronić się przed zatruciami pokarmowymi oraz Jak ustrzec się przed ukąszeniem kleszcza.

Zostały przekazane następujące informacje:

- Należy nosić odpowiednią odzież ochraniającą całe ciało, najlepiej w jasnych, ale nie jaskrawych kolorach (długie spodnie, wysokie buty i skarpety, koszula z długimi rękawami, nakrycie głowy zakrywające również kark).
- Należy stosować preparaty odstrasżające kleszcze (repelenty).
- Po powrocie z terenów zielonych należy dokładnie obejrzeć skórę całego ciała (kleszcze najczęściej umiejscawiają się na podudziach, pod kolanami, w pachwinach, pod pachami i na karku).
- W przypadku znalezienia kleszcza należy go szybko i umiejętnie usunąć za pomocą odpowiednich narzędzi wraz z dezynfekcją miejsca wkłucia.
- Gdy wokół miejsca wkłucia pojawi się zaczerwienienie (charakterystyczny rumień) należy bezzwłocznie zgłosić się do lekarza.
- Z rozważą i ostrożnością spożywać podczas upałów takie produkty jak lody, ciastka z kremem, które mogą być niewystarczająco schłodzone (źle przechowywane),
- Również groźne dla zdrowia mogą być produkty rozmrożone i ponownie zamrożone jak np. warzywa, ryby, mięso oraz produkty surowe (np. tatar, surowe jajka).
- Ponadto, szczególnie w okresie letnim, jako konsumenci powinniśmy zwracać uwagę na warunki przechowywania żywności w sklepach czy lokalach gastronomicznych.
- Bezwzględnie przestrzegać higieny.

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 ramach kontynuacji ogólnopolskiej akcji „Bezpieczne wakacje”, w naszym Ośrodku obył się konkurs plastyczny pt. „Bezpieczne, nie tylko wakacje”, którym zostali objęci wszyscy chętni uczniowie. Celem konkursu było kształtowanie świadomego przestrzegania zasad bezpieczeństwa, promowanie bezpiecznych form zachowań, doskonalenie różnorodnych form plastycznych oraz rozwijanie zdolności i zainteresowań uczniów. Prace konkursowe poruszały następującą tematykę: bezpieczny pobyt w górach, nad morzem i w lesie, bezpieczne miejsce zamieszkania, bezpieczny Internet, bezpieczna droga do szkoły oraz zagrożenia używkami i przemoc rówieśnicza. Rozstrzygnięcie konkursu odbyło się 30 września 2019 roku. Wszyscy otrzymali dyplomy i

drobne upominki, a zwycięzcy nagrody.

23 września 2019 r. odbyło się spotkanie całej społeczności szkolnej z dzielnicowym i przedstawicielami Zespołu do spraw Nieletnich i Patologii Wydziału Prewencji Komendy Powiatowej Policji w Turku z udziałem maskotki wielkopolskiej Policji Pyrka. Głównym tematem pogadanki było bezpieczeństwo w szkole, w domu i na drodze. W trakcie rozmowy zostały przybliżone zasady bezpieczeństwa podczas zabawy i pracy, przypomniane zostały podstawowe zasady ruchu ze szczególnym uwzględnieniem ruchu rowerowego i pieszego. Uczniowie zostali również uwrażliwieni na konieczność noszenia elementów odblaskowych. Policjanci ponadto przypomnieli numery alarmowe i okoliczności, w jakich się je stosuje. 5 grudnia 2019 r. odbyło się spotkanie uczniów klas szkoły podstawowej dotyczące tematyki zapobiegania zachowaniom agresywnym i przemocowym. Policjanci omówili przyczyny przemocy, zachowania prowokujące, cechy ofiary i agresora, odpowiedzialność prawną osób dopuszczających się przemocy. Z okazji zbliżających się dni wolnych poruszona została również tematyka bezpieczeństwa w czasie wypoczynku oraz podejmowania prób zachowań ryzykownych związanych z eksperymentowaniem z alkoholem, nikotyną lub środkami psychoodurzającymi.

23 stycznia 2020 r. odbyło się spotkanie całej społeczności szkolnej z przedstawicielami Zespołu do spraw Nieletnich i Patologii Wydziału Prewencji Komendy Powiatowej Policji w Turku pod tytułem „Bezpieczeństwo w czasie ferii – bezpieczna podróż, bezpieczny wypoczynek”. Tematem spotkania było bezpieczeństwo podczas wypoczynku feryjnego, wypadki z udziałem niechronionych uczestników ruchu drogowego, konsekwencje używania alkoholu i środków psychoaktywnych, a także inne negatywne zdarzenia z udziałem młodych ludzi. Poruszone zostały również zagadnienia prawidłowego korzystania z mediów społecznościowych, udostępniania swoich danych osobowych, podszywania się pod osoby drugie w Internecie. Wskazano też na zjawisko cyberprzemocy i stalkingu. 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.

Uczniowie w sposób zdalny w miesiącu kwietniu zostali zapoznani z tematem „Bezpieczeństwo w sieci”. Wraz z rozpowszechnieniem Internetu wzrosła liczba osób, które napotykają się na różne niebezpieczeństwa w sieci, dlatego warto zapoznać się z następującymi zasadami bezpieczeństwa w formie opisowej, jak również obejrzeć je klikając na załączony obok każdej z nich link.

Chrońcie swoją prywatność! – Nie podawajcie swoich danych osobowych, takich jak: imię, nazwisko, numer telefonu czy adres domowy. Zadbajcie o swój wizerunek. Jeśli publikujecie w sieci swoje zdjęcia, zadbajcie o to, by widzieli je tylko Wasi znajomi. [youtube.com/watch?v=-1rkVflmsKA](https://www.youtube.com/watch?v=-1rkVflmsKA)

Mówcie jeśli coś jest nie tak! – W sytuacji, kiedy ktoś lub coś Was w Internecie zaniepokoi lub wystraszy, koniecznie opowiedzcie o tym rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej. [youtube.com/watch?v=imLz4TTZ3iw](https://www.youtube.com/watch?v=imLz4TTZ3iw)

Nie ufajcie osobom poznanym w sieci! – Nigdy nie można w 100% zaufać komuś poznanemu w sieci. Nie spotykajcie się z osobami poznanymi w Internecie. O propozycjach spotkania od internetowych znajomych zawsze informujcie rodziców. [youtube.com/watch?v=jXPJgcbc1zQ](https://www.youtube.com/watch?v=jXPJgcbc1zQ)

Szanujcie innych w sieci! – Swoje zdanie wyrażajcie, nie obrażając nikogo. Nie reagujcie agresją na agresję. Pamiętajcie, by traktować innych z szacunkiem. [youtube.com/watch?v=OSb4xcjeF0s](https://www.youtube.com/watch?v=OSb4xcjeF0s)

Korzystajcie z Internetu z umiarem! – Zbyt długie korzystanie z komputera, tabletu czy smartfona może zaszkodzić Waszemu zdrowiu i pogorszyć kontakty ze

znajomymi. [youtube.com/watch?v=vZA1Ik78sbk](https://www.youtube.com/watch?v=vZA1Ik78sbk)

W czerwcu 2020 w sposób zdalny przekazano uczniom najważniejsze zasady bezpieczeństwa w czasie wakacji.

Oto najważniejsze zasady, którymi powinniście się kierować, aby bezpiecznie spędzić wakacje:

1. Zawsze informujcie rodziców, gdzie i z kim przebywacie. Przekażcie im także, o której godzinie zamierzacie wrócić.
2. Noście ze sobą numer telefonu do rodziców.
3. Pamiętajcie o zasadach bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię – przechodźcie na pasach dla pieszych i na zielonym świetle.
4. Do zabawy wybierajcie zawsze miejsca oddalone od jezdni.
5. Zawsze zapinajcie pasy w samochodzie.
6. Nie rozmawiajcie z obcymi.
7. Poinformujcie rodziców, gdyby ktoś Was zaczepiał.
8. Nie oddalajcie się z nieznanymi, nie wsiadajcie z nimi do samochodu.
9. Pamiętajcie o numerach alarmowych w razie potrzeby dzwońcie i wezwijcie pomoc: numer alarmowy – 112, policja – 997, straż pożarna – 998, pogotowie ratunkowe – 997.
10. Kąpcie się tylko w miejscach do tego przeznaczonych, na strzeżonych i bezpiecznych kąpieliskach.
11. Nie wchodźcie do wody bez opieki osoby dorosłej.
12. Nie pływajcie w czasie burzy, mgły, gdy wieje porywisty wiatr.
13. Pamiętajcie o ochronie przed słońcem.
14. Zadbajcie o właściwy ubiór – strój z elementami odblaskowymi, kask ochronny podczas jazdy na rowerze czy odpowiednie buty w czasie wycieczki w góry.
15. Po każdym wyjściu z miejsc zalesionych dokładnie sprawdźcie skórę na obecność kleszczy.
16. Uważajcie na rośliny, na których się znasz. Niektóre jagody, liście czy grzyby są trujące.
17. Podczas spacerów po lesie stosujcie preparaty odpędzające owady i kleszcze.
18. Nie rozpalajcie ogniska w lesie.
19. Nie bawcie się z obcymi zwierzętami.

Wakacje 2020 będą inne niż zwykle, bo wszyscy musimy nauczyć się nowych zasad bezpieczeństwa i wyrobić sobie nawyki, które pomogą nam ochronić się przed koronawirusem. Podróżowanie nadal nie jest w pełni bezpieczne. Wśród najbardziej niebezpiecznych krajów, w których ryzyko zarażenia się koronawirusem jest najwyższe, są m.in. Włochy, Niemcy i Francja. Ale nawet jadąc na wakacje w Polsce, nie można zapomnieć o rygorystycznych zasadach bezpieczeństwa, jak częsta dezynfekcja rąk, zachowanie dystansu społecznego i unikanie zatłoczonych miejsc.

WHO radzi, jak nie zarazić się koronawirusem w podróży:

- zachowuj odstęp co najmniej 1,5 metra od innych osób, a na wszelki wypadek zawsze miej pod ręką maseczkę dla siebie i dziecka (uwaga, na lotniskach, na terenie terminali, oraz w samolotach i pociągach noszenie maseczek jest obowiązkowe)
- unikaj kontaktu z osobami, które kaszlą albo mają gorączkę
- często myj ręce wodą z mydłem albo przemywaj płynem na bazie alkoholu
- nie dotykaj oczu, ust ani nosa
- unikaj dużych skupisk ludzi
- w przestrzeniach wspólnych (na basenie, w restauracji) zachowuj odstęp 1,5 metra od innych ludzi, a jeżeli to niemożliwe, załóż maseczkę ochronną (stoliki muszą być oddalone od siebie o 2 m)
- nad morzem także trzeba zachowywać dystans.

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

W dniach od 2 do 4 października 2019 r. uczniowie naszego Ośrodka wzięli udział w XIX edycji Ogólnopolskiego Turnieju Piłki Nożnej 7-osobowej Olimpiad Specjalnych w miejscowości: Spała i Opoczno. W turnieju udział wzięło ponad 120 piłkarzy z niepełnosprawnością intelektualną z 13 województw. Turniej był największym i jednym z najważniejszych tego typu wydarzeń w Polsce, jeżeli chodzi o zawody sportowe Olimpiad Specjalnych w tym roku. Mecze odbywały się systemem „każdy z każdym”, a rozgrywane były na boiskach w Opocznie. Były one bardzo wyrównane. Zawodnicy walczyli z całych sił i byli na sto procent zaangażowani w grę, wkładając w nią całe swoje serce. Ostatecznie nasza ekipa wygrała jedno spotkanie, zajmując tym samym IV miejsce. Szczególną atrakcją była dla nich możliwość przebywania w Ośrodku Przygotowań Olimpijskich, czyli w miejscu gdzie na co dzień trenują najlepsi sportowcy w Polsce. Warto zaznaczyć, że zawodnicy mogli również skorzystać z programu profilaktyki zdrowia i badań medycznych „Zdrowi Sportowcy”, w ramach którego lekarze specjaliści sprawdzili ich stan zdrowia.

Dnia 24 października 2019 r. na Hali Widowiskowo-Sportowej w Rychwale odbył się XI Regionalny Turniej Badmintona Olimpiad Specjalnych. Celem turnieju była popularyzacja badmintona jako dyscypliny sportu dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, rozwój zespołowego współzawodnictwa i rywalizacji oraz podsumowanie i sprawdzenie efektów szkoleniowych uzyskanych podczas treningów.

W turnieju brały udział zespoły z Koła, Krotoszyna, Rychwała, Konina, Borzęciczek, Kalisza, Konarzewa i Turku. Nasz Ośrodek reprezentowało pięcioro zawodników. Zawodnicy przystąpili do gry w grupach z podziałem na płeć i sprawność uczestników. W grach pojedynczych nasi wychowankowie zdobyli: złoty medal i I miejsce, srebrny medal i II miejsce, brązowy medal i III miejsce.

14 listopada Turku odbyła się impreza integracyjna pod hasłem Miniolimpiada. Celem imprezy była aktywizacja sportowa młodszych dzieci o obniżonej sprawności motorycznej lub psychofizycznej. W zawodach wzięli udział wychowankowie przedszkoli oraz uczniowie naszego Ośrodka. Zawodnicy zachęceni silnym dopingiem swoich kolegów mierzyli się w konkurencjach takich jak: przeciąganie i marsz po ławeczce, rzut piłką, slalom z ominięciem przeszkód, przeciąganie szarfy. Aby uczniowie mogli przez chwilę odpocząć i oderwać się od wielkich emocji, między rozgrywkami odbywały się zabawy integracyjne. Na imprezie nie mogło również zabraknąć specjalnego gościa – Minionka, który często pojawia się na tego

typu spotkaniach.

Na zakończenie wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątkowy medal i wielką piłkę.

Dnia 21 listopada 2019r. w Koninie odbył się VII Regionalny Turniej Bocce Olimpiad Specjalnych Wielkopolskie – Konin. Klub Olimpiad Specjalnych naszego Ośrodka reprezentowało czworo zawodników.

W imprezie uczestniczyło około 90 zawodników z Oddziału Wielkopolskie-Konin, reprezentujących piętnaście Klubów Olimpiad Specjalnych. Celem zawodów była popularyzacja bocce, podsumowanie efektów szkoleniowych uzyskanych w czasie treningów oraz kwalifikacje zawodników do udziału w Ogólnopolskim Turnieju Bocce Olimpiad Specjalnych. Turniej rozgrywano w dwóch kategoriach: grze drużynowej i deblowej. Uczniowie z naszego Ośrodka przywieźli dwa srebrne medale wywalczone przez całą drużynę.

W dniach od 4 do 14 grudnia 2019r. troje zawodników Klubu Olimpiad Specjalnych działającego przy naszym Ośrodku wzięło udział w Zimowym Obozie Sportowym w Zakopanem w Ośrodku Rehabilitacyjno – Wypoczynkowym „Maria”. Celem wyjazdu była nauka i doskonalenie umiejętności w zakresie narciarstwa zjazdowego oraz biegu na raketach śnieżnych w bezpośrednim kontakcie z górską przyrodą. Uczestnicy z radością doskonalili swoje umiejętności, którymi wykazali się podczas rozegranych na obozie regionalnych mityngów. W zawodach narciarskich dla średniozaawansowanych nasz uczeń zdobył III miejsce, z kolei w biegach na raketach śnieżnych zdobyliśmy II i III miejsce.

23 stycznia 2020 roku do hali sportowej Zespołu Szkół w Kościelcu przybyli uczniowie walczyli o mistrzostwo rejonu konińskiego i awans do mistrzostw województwa wielkopolskiego w tenisie stołowym. W zawodach wystartowało łącznie trzydziestu pięciu zawodników, w tym pięcioro z naszego Ośrodka. Swoją sukces życiowy odniosła uczennica szkoły branżowej, zdobywając pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej i awans do mistrzostw wojewódzkich. Najlepsi zawodnicy w poszczególnych kategoriach uhonorowani zostali dyplomami, medalami oraz nagrodami rzeczowymi.

Inne działania prozdrowotne

W październiku odbyło się zorganizowane przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Turku szkolenie dotyczące wychowania zdrowotnego w szkołach oraz najważniejszych problemów zdrowotnych występujących w populacji dzieci i młodzieży. Przedstawicielka Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Turku omówiła zasady organizacji i realizacji projektów w bieżącym roku szkolnym. Przedstawiciele szkół otrzymali materiały promocyjne niezbędne do realizacji projektów i programów.

W niedzielę, 6 października odbył się XVIII Integracyjny Rajd Turystyczny „Pieczonego Ziemniaka”, zorganizowany przez Oddział PTTK w Turku, Miasto Turek i Nadleśnictwo Turek, w którym udział wzięli uczniowie naszego Ośrodka wraz ze swoimi rodzicami i nauczycielami. Celem rajdu było: propagowanie czynnego wypoczynku, popularyzacja turystyki kwalifikowanej pieszej i rowerowej, upowszechnianie turystyki rodzinnej oraz turystyki dla wszystkich, wspólne spędzenie czasu na świeżym powietrzu, integracja środowiska społecznego poprzez poznanie się i realizację zadań rajdowych, poznawanie okolic i środowiska naturalnego naszego regionu, miłe chwile w dobrym towarzystwie. Uczestnicy otrzymali dyplomy i certyfikaty uczestnictwa.

W 2020 roku hasłem przewodnim Światowego Dnia Zdrowia było wsparcie pielęgniarek i położnych. Praca pielęgniarek i położnych jest służbą życiu i zdrowiu ludzkiemu, każdego dnia są gotowi do poświęceń niosąc pomoc każdemu człowiekowi bez względu na rasę, wyznanie religijne, narodowość, poglądy polityczne, stan majątkowy i inne różnice. Stoją na pierwszej linii walki z COVID – 19 zapewniając wysokiej jakości, pełne szacunku leczenie i opiekę. Okażmy szacunek pielęgniarkom, położnym i innym pracownikom służby zdrowia i

podziękujemy im za ogromny wkład pracy w tym trudnym dla nas wszystkich czasie. Taki apel został przekazany wszystkim uczniom w sposób zdalny.

Z okazji Światowego Dnia Ziemi w sposób zdalny przekazaliśmy uczniom najważniejsze informacje dotyczące tego dnia. W tym roku Światowy Dzień Ziemi obchodzony jest pod hasłem: Działanie na rzecz klimatu. To wyjątkowe święto znane jest również pod nazwą Międzynarodowy Dzień Ziemi. +Obchodzenie go ma na celu dbanie o środowisko, a także głoszenie postaw ekologicznych i wdrażanie ich w życie społeczeństwa. Zdecydowanie jest to najbardziej ekologiczne święto całego świata. Ludzie jednoczą się ze sobą i chcą ratować naszą planetę. Ten dzień szczególnie obchodzony jest w szkołach. Pedagodzy przygotowują specjalny materiał związany z tym tematem. Organizowane są olimpiady przyrodnicze, konkursy, spacer rekreacyjny lub taki, podczas którego uczniowie dbając o planetę zbierają śmieci. W niektórych miejscach ludzie sadzą drzewka. Na koniec mamy dla Was kilka ciekawostek ze świata, które związane są z Dniem Ziemi: w 2012 roku w Chinach, podczas Dnia Ziemi ponad 100 tys. Osób, aby zaoszczędzić paliwo i zadbać o środowisko jeździło rowerami; w 2020 roku będziemy obchodzić Święto Ziemi po raz pięćdziesiąty; w 30. rocznicę obchodów Międzynarodowego Święta Ziemi ambasadorem akcji został aktor Leonardo DiCaprio; w 2009 roku Zgromadzenie Ogólne ONZ ogłosiło 22 kwietnia Międzynarodowym Dniem Matki Ziemi, a jego pierwsze obchody miały miejsce w 2010 roku. Ponadto uczniowie otrzymali linki z filmami dotyczącymi dziejów Ziemi, eko – zadania na cały rok oraz instrukcję wykonania kwiatka – Ziemia.

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 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 i bezpieczeństwo, - zdobywają systematycznie wiedzę na temat szkodliwości używek, - 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. Rodzice: - uczestniczą w

organizowanych przez szkołę spotkaniach o tematyce prozdrowotnej, - 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.

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)