

OPRACOWANIE I WDROŻENIE PROGRAMU DZIAŁAŃ EDUKACYJNYCH, WYCHOWAWCZYCH, OPIEKUŃCZYCH LUB INNYCH ZWIĄZANYCH ODPOWIEDNIO Z OŚWIATĄ, POMOCĄ SPOŁECZNĄ LUB POSTĘPOWANIEM W SPRAWACH NIELETNICH.

Profilaktyka i leczenie chorób na tle wadliwego żywienia (anoreksja, bulimia, otyłość)

W lutym 2012r. opracowałam wraz z nauczycielką biologii Panią Agnieszką Skowrońską projekt dotyczący profilaktyki i leczenia chorób dietozależnych. Projekt ten został zatwierdzony przez Radę Pedagogiczną i systematycznie wdrażany przez 3 lata-okres trwania stażu w trzech etapach: Tydzień zdrowej żywności, Adresatami tego projektu byli uczniowie gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych, wychowawcy, nauczyciele oraz rodzice.

Cele:

- poznanie i promowanie zasad zdrowego żywienia
- zainspirowanie uczniów do właściwych „wyborów” żywieniowych
- zapoznanie z podstawowymi zasadami higieny
- promowanie zdrowego stylu życia poprzez uprawianie sportów
- zapoznanie ze skutkami niewłaściwego odżywiania
- zapoznanie ze sposobami radzenia sobie z problemami na tle wadliwego żywienia
- przeprowadzenie pomiaru masy ciała i określenie BMI – wyselekcjonowanie dzieci i młodzieży otyłej i z niedowagą
- zapoznanie z zasadami układania jadłospisów
- prowadzenie indywidualnych konsultacji dietetycznych dla uczniów i rodziców

W trakcie trwania projektu współpracowaliśmy z :

- Zespołem ds. Promocji zdrowia w Ośrodku
- Pielęgniarką , pracującą w naszym Ośrodku
- Szkolnym klubem filmowym
- Wychowawcami i nauczycielami

- Rodzicami
- Psychologiem i pedagogiem szkolnym

Od 19-23 marca 2012r.odbył się w naszym Ośrodku Tydzień zdrowej żywności.

19.03.2012 „Dzień BMI”

Uczniowie klas gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych sprawdzali swoją masę ciała, wzrost, obliczali wskaźnik BMI i na podstawie tabel i wykresów interpretowali uzyskane wyniki.

20.03.2012” Wieczór filmowy”

Uczniowie klas ponadgimnazjalnych uczestniczyli w pokazie filmów dotyczących skutków złego odżywiania się- anoreksja, bulimia i otyłość. Po obejrzeniu filmów uczniowie chętnie wzięli udział w dyskusji i zadawali mnóstwo pytań dotyczących głównie sposobów uchronienia się przed w/w chorobami oraz w jaki sposób walczyć z nadwagą czy otyłością.

21.03.02012.”Dzień wiosny”

W tym dniu uczniowie klas gimnazjalnych i szkoły podstawowej(nauczanie blokowe) obejrzeni prezentacje multimedialną na temat zdrowego odżywiania oraz filmy dotyczące skutków i chorób diety zależnych. Po omówieniu przez nauczycieli prezentacji, uczniowie rozwiązywali zadania konkursowe i wykonywali plakaty i rysunki dotyczące zdrowego odżywiania i stylu życia. Uczniowie klas ponadgimnazjalnych powyższe zadania wykonywali wraz z wychowawcami klas na godzinach wychowawczych.Na podsumowanie dnia i dla uczczenia pierwszego dnia wiosny wszyscy udali się na spacer wzdłuż jeziora maltańskiego.

22.03.2012. „Zdrowe drugie śniadanie”

W czwartkowy poranek uczniowie klas pierwszych gimnazjum przygotowali dla pozostałych uczniów zdrowe drugie śniadanie. Były to kanapki z pieczywa

razowego z sałatą, ogórkiem, pomidorem, rzodkiewką i żółtym serem oraz owocowe soki i jabłka.

23.03.2012."Podsumowanie projektu"

W tym dniu, na dużej przerwie śniadaniowej zostały ogłoszone wyniki konkursu , rozdane nagrody oraz podsumowano działania projektu.

Od 20-24 maja 2013r. odbył się w naszym Ośrodku Tydzień bezpieczeństwa

- 21.05.2013r odbyła się prezentacja multimedialna dla uczniów, nauczycieli, wychowawców na temat zasad zdrowego odżywiania i chorób związanych z wadliwym żywieniem oraz szkolenie na temat zasad układania jadłospisu dziennego i tygodniowego. Po szkoleniu uczniowie przystąpili do konkursu. Młodzież miała za zadanie wykorzystać poznaną wiedzę w praktyce i opracować tygodniowy jadłospis.
- 22.05.2013r. omówiliśmy z uczniami konkursowe jadłospisy, wyróżniony jadłospis został przekazany Pani Intendentce i zrealizowany w kolejnym tygodniu. Na majowym pikniku Rodzinnym została zorganizowana wystawa prac uczniów-jadłospisów.
- 20-24.05 2013r. Uczniowie klas gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych sprawdzali swoją masę ciała, wzrost, obliczali wskaźnik BMI i na podstawie tabel i wykresów interpretowali uzyskane wyniki
Rok szkolnym 2013/2014 był rokiem zdrowego stylu życia. Wdrożyliśmy następujące działania:
 - indywidualne spotkania z uczniami cierpiącymi na choroby związane ze złym odżywianiem
 - indywidualne spotkania z rodzicami uczniów cierpiącymi na choroby dietozależne
 - Dokonanie pomiaru antropometrycznego wzrostu i masy ciała, omówienie wyników z uczniami, stworzenie raportu
 - Podsumowanie projektu i prezentacja wyników na forum Rady Pedagogicznej

Efekty:

1.Uczniowie znają pojęcie zdrowe odżywianie i coraz lepiej potrafią zastosować tą wiedzę w praktyce poprzez dokonywanie świadomych wyborów żywieniowych. Zaobserwowano, że częściej kupują w sklepiu szkolnym owoce, soki, wodę mineralną, jogurty i desery mleczne niż słodycze

2.Młodzież jest świadoma zagrożeń wynikających ze złego sposobu odżywiania i stylu życia

3.Uczniowie potrafią obliczyć wskaźnik antropometryczny BMI i właściwie go zinterpretować-określić czy ich masa ciała jest prawidłowa

4.Młodzież i rodzice chętnie korzystali z indywidualnych konsultacji w celu wyeliminowania nadwagi, niedowagi oraz pomocy w interpretacji zalecanej przez lekarza diety przy konkretnym schorzeniu.

5.Zainteresowani nauczyciele i wychowawcy, korzystali na lekcjach wychowawczych z materiałów na temat profilaktyki i leczenia chorób dietozależnych, wyrazili pozytywne opinie na jego temat. Zgłaszali, iż tego rodzaju pomoc dydaktyczna usprawnia ich pracę wychowawczą, a zajęcia dla uczniów czyni ciekawszymi

Wszystkie cele projektu zostały zrealizowane. Uczniowie chętnie brali udział we wszystkich zajęciach, wykazywali duże zainteresowanie tematem.

Wdrożenie programu wymiany uczniowskiej z Ośrodkiem dla Dzieci Niestyszących w Poczdamie

Cele programu:

- Nawiązanie współpracy ze szkołą w Poczdamie oraz z międzynarodową organizacją PNWM-Polsko Niemiecka Współpraca Młodzieży w celu uzyskania dofinansowania do przeprowadzanych wymian uczniowskich
- Udział w konferencjach, organizowanych przez PNWM
- Dzielenie się wiedzą i doświadczeniem z nauczycielami z partnerskiej szkoły
- Urzeczywistnianie idei wymiany międzykulturowej- grupa młodzieży z Polski i Niemiec podczas trwania projektu realizuje wspólny program.

- Umożliwienie uczestnikom wzajemne poznanie się i integrację,
- Poznanie realiów społecznych i historyczno-kulturowych kraju partnera
- Uczniowie powinni zyskać umiejętność samodzielnego rozwijania i nawiązanych kontaktów, aby przyczyniać się w ten sposób samemu do trwałej współpracy pomiędzy obydwoma krajami
- Zachęcanie uczniów do komunikowania się w języku obcym

Od 2009-2014 roku cyklicznie w czerwcu odbywały się wymiany uczniowskie, za przebieg których byłam odpowiedzialna. Wybrana klasa szkoły podstawowej lub gimnazjum przez tydzień gościła w naszym Ośrodku klasę ze szkoły w Poczdamie. W kolejnym roku, zespół uczniów wraz z nauczycielami wyjeżdżał do Niemiec. W trakcie tych spotkań młodzież obu szkół miała okazje wspólnie uczestniczyć w lekcjach, zajęciach sportowych, animacjach językowych, warsztatach integracyjnych, wycieczkach dydaktycznych, które miały na celu poznanie historii i kultury danego miasta.

W ramach tego programu od 02-05.11.2011r. brałam udział w **Polsko-Niemieckim Forum dla Organizatorów Pracy z Młodzieżą w Rejonie Przygranicznym**, Spotkanie te miało na celu zarówno objaśnienie procedur składania i rozliczania wniosków o dofinansowanie ze środków PNWM, jak również podniesienie kwalifikacji opiekunów grup młodzieżowych, wymianę doświadczeń między nimi, omówienie problemów występujących w trakcie spotkań oraz wspólne wypracowanie kreatywnych metod pracy z młodzieżą, wykorzystanie animacji językowych w spotkaniach integracyjnych.

Efekty:

- Nawiązanie efektywnej współpracy międzynarodowej
- Uzyskanie dofinansowania na przeprowadzenie spotkań szkół partnerskich
- Uczniowie nawiązali komunikacje i przyjaźń z uczniami z Poczdamu, poznali kulturę niemiecką
- Młodzież jest bardziej zmobilizowana do nauki języków obcych
- Nauczyciele mogli wspólnie obserwować zajęcia lekcyjne, wymienić się doświadczeniami w pracy z uczniem niesłyszącym i słabosłyszącym

- Dzięki uczestnictwie w forum zdobyłam wiedzę na temat: pedagogiki spotkań międzynarodowych, animacji językowych, konstruowania programów wymiany

Wdrażanie projektu „Wolontariat europejski”

Projekt skierowany jest do grup wiekowych: klasy 4-6 szkoły podstawowej oraz klasy I-III gimnazjum

Projekt realizuje następujące cele programu „Młodzież w działaniu”:

- przewyżnianie uprzedzeń i stereotypów zakorzenionych w mentalności młodych ludzi
- przygotowanie młodzieży do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym państw europejskich
- rozwijanie osobowości młodych ludzi
- zwiększanie udziału w życiu społecznym młodzieży z mniejszymi szansami

Cele projektu „Wolontariat Europejski” w OSW dla Dzieci Niestyszających w Poznaniu:

- promowanie zasad tolerancji
- stworzenie możliwości poznawania innych kultur
- propagowanie wiedzy dotyczącej Unii Europejskiej i obywatelstwa europejskiego
- motywowanie wychowanków do nauki języków obcych
- szerzenie idei pracy wolontariackiej
- rozwijanie zainteresowań wychowanków

REALIZACJA PROJEKTU „WOLONTARIAT EUROPEJSKI”

- Ośrodek w realizacji projektu współpracuje ze Stowarzyszeniem „Jeden Świat”, pełniącym funkcję organizacji koordynującej;

- projekt trwa od 1 października do każdego roku szkolnego;
- Ośrodek każdorazowo gości dwóch wolontariuszy;
- każdy wolontariusz pracuje w jednej z dwóch grup: klasach 4-6 szkoły podstawowej lub klasach I-III gimnazjum;
- wolontariusze towarzyszą swojej grupie w codziennych zajęciach oraz wszystkich wydarzeniach klasowych, grupowych i ośrodkowych;
- mają prawo do proponowania tematów oraz form pracy z dziećmi i młodzieżą;
- wszystkie działania podejmują we współpracy z wychowawcami i nauczycielami oraz koordynatorem projektu.

Podjęte działania związane z wdrożeniem projektu:

- Współpracowałam i pomagałam w realizacji projektu głównemu koordynatorowi
- W trakcie spotkań wolontariuszy z Dyrekcją Ośrodka, nauczycielami, uczniami, występowałam w charakterze tłumacza, przygotowywałam dokumentację w j. angielskim
- Pomagałam wolontariuszom w zaklimatyzowaniu się w naszym Ośrodku i mieście
- Przygotowywałam lekcje pokazowe dla wolontariuszy, dzieliłam się z nimi swoją wiedzą i doświadczeniem w pracy z dzieckiem niesłyszącym
- Wspólnie opracowywaliśmy scenariusze zajęć, przygotowywaliśmy karty pracy, pomoce dydaktyczne na lekcje przygotowane przez wolontariuszy
- Aktywnie włączałam wolontariuszy na zajęcia z kółka j. angielskiego, w realizację programu wymiany uczniowskiej z Poczdamem oraz przygotowanie i przeprowadzenie rady samokształceniowej z animacji językowych

Efekty:

- Wraz z wolontariuszami braliśmy udział w programie telewizyjnym „Wielkopolska wspiera wolontariat” dla TVP Poznań
- Poszerzenie oferty zajęć dla uczniów
- Promowanie idei wolontariatu w środowisku lokalnym
- Uczniowie wiedzą co to jest wolontariat i na czym polega praca wolontariusza
- Młodzież poznała kulturę krajów, z których pochodzili wolontariusze
- Uczniowie dążyli do nawiązania kontaktów i przyjaźni z wolontariuszami
- Obecność wolontariuszy na lekcjach j. angielskiego wpłynęła na uczniów mobilizująco, chętniej nawiązywali konwersacje w j. obcym

Wnioski z podjętych działań opisanych i zanalizowanych w § 8 ust. 2 pkt 4a:

1. Projekt Profilaktyka i leczenie chorób na tle wadliwego żywienia wyposażyło uczniów w wiedzę na temat zdrowego odżywiania, którą wykorzystują w praktyce, dokonując przemyślanych wyborów żywieniowych i prowadząc higieniczny tryb życia.
2. Projekt wolontariatu europejskiego oraz wymiany uczniowskiej z Ośrodkiem w Poczdamie przyczynił się do poszerzenia oferty zajęć dla uczniów, promocji Ośrodka w kraju i zagranicą, podniesienia prestiżu szkoły, stał się również okazją do wymiany i dzieleniem się doświadczeniem w pracy z uczniem niesłyszącym.
3. Kontakt z wolontariuszami i uczniami z Poczdamu wpłynął bardzo korzystnie na funkcjonowanie dydaktyczne, społeczne, komunikacyjne naszych uczniów.

Główne cele mojej dalszej pracy:

1. Modyfikowanie i wzbogacanie projektu dotyczącego profilaktyki i leczenia chorób dietozależnych. Zachęcanie do współpracy inne szkoły.
2. Nawiązanie współpracy z Instytutem żywienia człowieka Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu oraz dietetykami z renomowanych gabinetów.
3. Organizowanie spotkań ze znanymi specjalistami z dziedziny żywienia człowieka oraz leczenia chorób dietozależnych-bulimia, anoreksja, cukrzyca, otyłość.
4. Wspieranie działalności sklepiu uczniowskiego w promowaniu zdrowego odżywiania
5. Kontynuowanie pracy w zespołach ds. współpracy z Poczdamem, Łotwą

podpis: