

Raport podsumowujący działania szkoły w ramach projektu Szkoła Promująca Zdrowie.

INFORMACJE OGÓLNE O SZKOLE

Nazwa	Zespół Szkół nr 6 im. Macieja Rataja w Ełku
Adres	ulica M. Kajki 4, 19-300 Ełk
Telefon	87 610-23-62
E - mail	zs6@elk.edu.pl
Strona www	http://www.zs6.elk.edu.pl/
Imię i nazwisko dyrektora	Artur Bońkowski
Imię i nazwisko koordynatora	Iwona Okseniuk
Liderzy	Barbara Zielińska, Elżbieta Steckiewicz, Ewa Gołek
Członkowie	Anna Czyż, Urszula Walas, Ewa Szymkiewicz, Dariusz Kalinowski, Bogumiła Przyborowska, Dorota Popławska, Grażyna Kuligowska, Renata Bielecka, Karolina Bielecka
Data podjęcia uchwały o przystąpieniu do programu	17.06. 2016r.

Zespół Szkół nr 6 im. Macieja Rataja w Ełku jest jednostką organizacyjną Powiatu Ełckiego rozbudowaną i zmodernizowaną do kształcenia zawodowego w obszarze turystyczno-gastronomicznym. W skład zespołu wchodzi Branżowa Szkoła I Stopnia nr 3 (kształcenie w zawodach: kucharz, cukiernik) oraz Technikum nr 4 (kształcenie w zawodach: technik żywienia i usług gastronomicznych, kelner, technik hotelarstwa). W roku szkolnym 2017/2018 kształciło się ogółem 372 uczniów, pracowało 69 nauczycieli oraz 28 pracowników administracji i obsługi.

Szkoła jest rozpoznawana w środowisku lokalnym, kształtując swój pozytywny wizerunek poprzez angażowanie się w szereg przedsięwzięć, imprez i uroczystości opisanych w raporcie.

Zespół Szkół nr 6 im. Macieja Rataja w Ełku jest:

- Szkołą Przedsiębiorczości;
- Szkołą Liderów;
- Szkołą Przyjazną Środowisku;

Zespół Szkół nr 6 im. Macieja Rataja w Ełku otrzymał Statuetkę Warmińsko – Mazurskiej Nagrody Jakości za Doskonałość Zarządzania w kategorii Organizacje Edukacyjne.

SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI ZADAŃ W ZAKRESIE PROMOCJI ZDROWIA W ZESPOLE SZKÓŁ NR 6 IM. MACIEJA RATAJA W EŁKU W ROKU SZKOLNYM 2016/2017.

DZIAŁANIA WSTĘPNE:

Rada pedagogiczna Zespołu Szkół nr 6 im. Macieja Rataja w Ełku w porozumieniu z Radą Rodziców i Samorządem Szkolnym podjęła Uchwałę Nr 441/2016 w dniu 17.06.2016r w sprawie przystąpienia do działań promujących zdrowie.

Na podstawie jednogłośnie akceptacji Rady Pedagogicznej i Rady Rodziców podjęto decyzję do przystąpienia do Programu Wojewódzkiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie.

Zatwierdzono do realizacji plan działań, który uwzględnił wyniki diagnozy stanu i potrzeb społeczności szkolnej.

Powołano zespół do Spraw Promocji Zdrowia w składzie:

Koordinator – Iwona Okseniuk

Liderzy – Barbara Zielińska, Elżbieta Steckiewicz, Ewa Gołek

Członkowie – Urszula Walas, Ewa Szymkiewicz, Renata Bielecka, Dariusz Kalinowski, Anna Czyż, Bogumiła Przyborowska, Dorota Popławska, Grażyna Kuligowska, Karolina Bielecka.

DIAGNOZA STANU WYJŚCIOWEGO

Szkoła promująca zdrowie jest inwestycją nie tylko w zdrowie, ale także w edukację młodego pokolenia. Tylko zdrowy uczeń jest w stanie rozwijać się wszechstronnie i osiągać wysokie wyniki. Jest to szkoła, w której panuje dobra atmosfera i obowiązują zasady współpracy, gdzie zdrowie całej społeczności szkolnej jest podstawowym celem działania. Mając na uwadze powyższe fakty nasza szkoła podejmuje działania, których głównym celem jest realizowanie podstawowych założeń programu Szkół Promujących Zdrowie.

Realizacja programu Szkoły Promującej Zdrowie przebiegała w następujących etapach:

1. Diagnoza, zapoznanie z problemem jak największej liczby osób.
2. Modyfikacja składu zespołu ds. szkoły promującej zdrowie.
3. Przeprowadzenie ankiet wśród uczniów, nauczycieli, rodziców oraz pracowników administracji.
4. Wybór celów priorytetowych.
5. Podejmowanie działań na rzecz promocji zdrowia według wybranych i zatwierdzonych planów: spotkania z zespołem ds. promocji zdrowia, rozmowy, bieżące konsultacje, ankiety przeprowadzane wśród uczniów, rodziców i nauczycieli.
6. Ewaluacja podjętych działań poprzez:
 - ankiety skierowane do uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły, rodziców;
 - rozmowy, wywiady w środowisku lokalnym;
 - udział dzieci w konkursach szkolnych i międzyszkolnych;

- udział społeczności szkolnej w uroczystościach i imprezach szkolnych i lokalnych

7. Sporządzenie raportu z podjętych działań.

Realizując program opieraliśmy się na:

- Koncepcji Pracy Zespołu Szkół Nr 6 w Ełku,
- Programie Wychowawczo- Profilaktycznym Szkoły,
- Opiniach uczniów, rodziców i pracowników szkoły,
- Wynikach z przeprowadzonych ankiet.

Po dołączeniu do Wojewódzkiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie 27 października 2016 roku, w latach 2016/2018 kontynuowaliśmy działania prozdrowotne oparte na diagnozie wstępnej oraz wnioskach z pracy zespołu.

PROBLEMY PRIORYTETOWE:

Problemy priorytetowe, które zostały ustalone w ciągu realizacji programu, wyłonione na podstawie ankiet przeprowadzonych wśród uczniów, nauczycieli, rodziców, pracowników administracji to:

1. Niewłaściwe nawyki żywieniowe uczniów.
2. Niewłaściwy sposób spędzania czasu wolnego przez młodzież.

Hasła, które przyświecały naszym działaniom w poszczególnych latach:

- **„FIT JEST TRENDY”**
- **„ŻYJ ZDROWO I AKTYWNIE”**

We wrześniu 2016 r. przeprowadziliśmy wśród naszej społeczności ankietę, w celu zdiagnozowania problemów, którymi należałoby się zająć. Szczególną uwagę poświęciliśmy atmosferze panującej w szkole i zdrowemu stylowi życia.

Wybierając problem priorytetowy zaniepokoił nas wynik analizy ankiety przeprowadzonej wśród uczniów oraz obserwacja nauczycieli, pracowników szkoły, rozmowy z młodzieżą. Wysoki procent uczniów nie dba o swoje zdrowie (niewłaściwa ilość snu, brak ruchu, niewłaściwe nawyki żywieniowe). 22% badanych uczniów nie uprawia żadnego sportu. Uczniowie mają niewłaściwe nawyki żywieniowe – 88% nie spożywa ryb, 66% nie jada ciemnego pieczywa a 46% nie pije codziennie mleka ani napojów mlecznych. Ponad 60% uczniów nie zna zasad zdrowego odżywiania.

Uczniowie naszej szkoły mają niewłaściwe nawyki żywieniowe

oraz wykazują się małą aktywnością fizyczną, biernie spędzają czas wolny. Nauczyciele i pracownicy szkoły podobnie jak uczniowie czują się w szkole dobrze, ale zdarzają się sytuacje w których pojawia się czynnik stresowy. Na podstawie obserwacji, swobodnych rozmów z uczniami i ich rodzicami, ankiet przeprowadzonych wśród uczniów dotyczących spędzania czasu wolnego stwierdzono, że nasi uczniowie spędzają zbyt wiele czasu przed komputerem, telewizorem(około 30% uczniów najchętniej tak spędza swój wolny czas). Ponad 20% uczniów naszej szkoły – na ćwiczenia fizyczne poświęca w tygodniu mniej niż godzinę. Uczniowie mają wprawdzie pewną wyuczoną bazę wiedzy ogólnej na temat znaczenia ruchu dla zdrowia ale jest ona wiedzą teoretyczną w małym stopniu wykorzystywaną w znaczeniu praktycznym. Większość z nich tłumaczy to brakiem ciekawych zajęć oraz lenistwem. Rodzice uczniów świadomi tego, że ich dzieci mają niewłaściwe nawyki żywieniowe oraz prowadzą mało aktywny tryb życia. Oni sami tak się zachowują, przez co stali się wzorcem dla swoich dzieci. Uważają jednak, że należy podjąć działania zmierzające do zmiany stylu ich życia.

PRZYCZYNY ISTNIENIA PROBLEMÓW

W drodze dyskusji i wyników ankiet ustaliliśmy główne przyczyny istnienia problemów:

- brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów w zakresie sposobów spędzania wolnego czasu,
- niewłaściwe nawyki wyniesione z domu rodzinnego i otoczenia,
- lenistwo (niechęć do aktywności ruchowej),
- brak świadomości na temat wpływu aktywności fizycznej na zdrowie,
- brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów w zakresie produktów żywnościowych niezbędnych dla prawidłowego rozwoju ,
- nieznanomość produktów żywnościowych wartościowych dla organizmu,
- wzorowanie się na reklamach,
- brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów w zakresie produktów żywnościowych niezbędnych dla prawidłowego rozwoju ,
- nieznanomość produktów żywnościowych wartościowych dla organizmu,
- brak świadomości na temat wpływu stylu życia na powstawanie chorób cywilizacyjnych.

PROPOZYCJE ROZWIĄZANIA PROBLEMÓW:

- Zapoznanie uczniów z wynikami przeprowadzonych ankiet i spostrzeżeniami nauczycieli dotyczącymi zauważonych problemów;
- Zapoznanie z planem działań w zakresie promocji zdrowia (zachęcenie do udziału w różnych formach zajęć pozalekcyjnych, konkursach

i zawodach wewnątrzszkolnych, imprezach integracyjnych, plenerowych promujących zdrowy styl życia;

- Poprawienie świadomości i wiedzy młodzieży z zakresu żywności, żywienia poprzez propagowanie zasad racjonalnego żywienia oraz prozdrowotnego stylu życia;
- Uświadomienie młodzieży skutków zdrowotnych wynikających ze złego stylu życia, nieprawidłowego odżywiania i braku aktywności fizycznej
- Propagowanie informacji na temat nadwagi i otyłości wśród ludzi i ich skutkach, jakości zdrowotnej produktów spożywczych, oraz zapobiegania i zwalczania chorób na tle wadliwego żywienia;
- Propagowanie zasad racjonalnego żywienia oraz prozdrowotnego stylu życia w prewencji chorób dietozależnych;
- Wyrobienie umiejętności spędzania czasu wolnego, wartościowania sposobu jego zagospodarowania;
- Uświadomienie uczniom bezpośredniego wpływu stylu życia na wygląd, kształtowanie prawidłowej sylwetki oraz jakości życia w przyszłości.

KRYTERIA SUKCESU/ CELE:

- Wzrośnie świadomość uczniów na temat właściwego spędzania czasu wolnego (zmniejszy się o co najmniej 10 % uczniów, którzy swój czas wolny spędzają przed telewizorem lub komputerem);
- Coraz więcej uczniów spędzać będzie czas wolny aktywnie na świeżym powietrzu;
- Wzrośnie świadomość uczniów na temat zdrowego odżywiania się (co najmniej 70 % uczniów zna i stosuje zasady zdrowego odżywiania),
- Wzrośnie świadomość uczniów na temat skutków złego stylu życia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych ;
- Poprawi się samopoczucie uczniów w szkole, co pozwoli im na uzyskanie lepszych wyników w nauce
- Dzięki działaniom promującym zdrowe odżywianie się uczniowie poznają swoje najczęstsze błędy żywieniowe i będą mogli je wyeliminować zarówno w swoim życiu jak i domowników;
- Młodzież chętniej będzie korzystać z różnych form aktywności ruchowej w szkole oraz aktywniej uczestniczyć w zajęciach pozalekcyjnych;

- W szkole prowadzone są wartościowe programy profilaktyczne dla uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły i rodziców;
- Dzięki atmosferze panującej w szkole uczniowie czują się bezpieczniej;
- Właściwe postawy nauczycieli wpływają na właściwą postawę uczniów.

SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI PROJEKTU

„FIT JEST TRENDY”

Ważniejsze działania podejmowane przez nas:

Rok szkolny 2016/2017

- **Szkolenie na temat założeń i celów projektu Szkoła Promująca Zdrowie** dla nauczycieli, uczniów, rodziców oraz pracowników niepedagogicznych.

- **Pedagogizacja rodziców podczas zebrania .**

Zapoznanie rodziców z nową piramidą zdrowego żywienia oraz przygotowanie degustacji zdrowej żywności(muffinki szpinakowe). Przeprowadzono ankietę ewaluacyjną – 98 % ankietowanych rodziców uznało przydatność spotkania.

Szkolenie przeprowadzone przez panią dietetyk K. Jaszowską na temat problemów żywieniowych nastolatków. Przedstawiona została aspekt nadkonsumpcji, ortoreksji, triady sportsmenek oraz bigoreksji.

- **Udział w targach Warsaw Gastro Show w Nadarzynie .**

Uczniowie mieli możliwość udziału w warsztatach, wykładach, a także pokazach kulinarnych prowadzonych przez znanych kucharzy, m.in. Annę Starmach czy Bartosza Adamskiego. Uczestnicy zasięgnęli dużo ciekawostek dotyczących nowych urządzeń i maszyn gastronomicznych.

- **Udział w konkursach gastronomicznych:**

- udział i organizacja XI edycji konkursu „Smaki Warmii, Mazur oraz Powiśla szansą na sukces” etap regionalny – listopad 2016 r.,
- udział w IX Olimpiadzie Wiedzy Hotelarskiej – styczeń 2017 r.,

- udział w XLI edycji Olimpiady Wiedzy i Umiejętności Rolniczych – kwiecień 2017 r.,
- organizacja i udział w Międzyszkolnym Konkursie „Gotuj z pasją” – maj 2017 r.
- **Organizacja i obsługa imprez okolicznościowych:**
- poczęstunek z okazji *Dnia Edukacji Narodowej* dla pracowników oświaty i Starostwa Powiatowego – 14.10.2016 r.,
- przygotowanie poczęstunku na sesję Rady Powiatu ,
- obsługa XI edycji konkursu „*Smaki Warmii, Mazur oraz Powiśla na stołach Europy*” - 19.11.2016 r.,
- przygotowanie uroczystego obiadu 22.11.2016 r. na konferencję POST,
- przygotowanie poczęstunku (szarlotki, kanapki) i obsługi kelnerskiej na konferencję POST - 22.11.2016 r.,
- przygotowanie i obsługa poczęstunku na konferencję w MODN - 07.12.2016 r.,
- przygotowanie tradycyjnych potraw na Wigilię Powiatową (20.12.2016 r.) ,
- przygotowanie i obsługa uroczystej kolacji Starostwa Powiatowego w Ełku z okazji wizyty *nauczycieli języka polskiego z Białorusi* (07.06.2017 r.).
- **Warsztaty kulinarne dla ełckich placówek oświatowych.**
- 17 i 20 października 2016 odbyły się warsztaty kulinarne dla uczniów Szkoły Podstawowej nr 4 w Ełku; dzieci z klas I i III pod opieką p. Doroty Szcześniak i p. Ewy Cwaliny poznawały różne oblicza szpinaku; dzieci wraz z młodzieżą z klasy II kucharkę przygotowały muffinki szpinakowe na słodko i słono; wszyscy byli zgodni co do tego, że szpinak jest wartościowym i smacznym warzywem; dużo atrakcji dostarczyło dzieciom także wycinanie z warzyw różnych kształtów - róża z marchewki, paprykowe serce czy ogórkowe pierścienie apetycznie zachęciły dzieci do zjedzenia wszystkich przygotowanych warzywnych przekąsek,
- 5 grudnia 2016 r. odbyły się warsztaty z uczniami Szkoły Podstawowej w Gąskach „Tradycje Świąt Bożego Narodzenia pieczenie i dekorowanie pierniczków,
- zorganizowanie zajęć kulinarnych z uczniami Gimnazjum nr 1 w Ełku - głównym celem zajęć było promowanie zdrowego żywienia i przedstawienie różnych obliczy szpinaku,
- warsztaty kulinarne dla uczniów Szkoły Podstawowej nr 3 im. Henryka Sienkiewicza w Ełku - zajęcia poprzedził krótki wykład, poruszający zagadnienia związane z promowaniem zdrowego stylu odżywiania oraz problemy związane ze zrównoważonym rozwojem, w szczególności sprawiedliwym handlem i pokojem na świecie, który stanowi fundament Globalnej Edukacji.
- **Organizacja konkursów gastronomicznych:**

- konkurs kulinarny pt. „Smacznie i zdrowo, czyli najlepsza zupa z nasion roślin strączkowych” ,
- konkurs kulinarny na najlepszą zupę z dyni „Nie taka dynia straszna, jak ją malują” ,
- szkolny konkurs o bezpieczeństwie żywności,
- szkolny konkurs najsmaczniejszy damski deser - „Deser fit” ,
- szkolny konkurs „Zdrowo i kolorowo” na najlepszą przystawkę z warzyw.

Głównym celem konkursów, obok rozwijania umiejętności kulinarnych, było uświadomienie uczniom jak ważny jest zdrowy styl odżywiania.

- **Promowanie zdrowego odżywiania wśród społeczności lokalnej** poprzez:

- przedstawienie w comiesięcznej audycji z cyklu "Szkoła na antenie" istotnych zmian Piramidy Zdrowego Żywienia opublikowanej w 2016 roku przez Instytut Żywności i Żywienia.

- **Pokaz przygotowany przez lokalnych producentów połączony z wykładami na temat zdrowej żywności z inicjatywy Agencji Rynku Rolnego w Olsztynie.**

Swoje produkty prezentowali : Mleczarnia OSM w Olecku, Eko- Piekarnia Wydminy oraz Qraś Wędliny Catering Orzysz. Pokaz połączony był z degustacją wybranych produktów. W spotkaniu udział wzięli uczniowie i nauczyciele szkoły. Wykłady dostarczyły obszernych informacji, które mają zastosowanie na etapie produkcji i wpływają na jakość naszego odżywiania się. Współpraca szkoły z ARR w Olsztynie, a także lokalnymi producentami, wnosi wiele praktycznych treści do realizowanych przez szkołę programów nauczania i jest dla szkoły cennym urozmaiceniem procesu dydaktycznego.

- **Propagowanie zdrowego odżywiania wśród społeczności szkolnej:**

- obchody Światowego Dnia Żywności-przygotowanie plakatów na temat żywności,
- przygotowanie gazetek ściennych o tematyce prozdrowotnej,
- prowadzenie sklepiku szkolnego ze zdrową żywnością „ Owoce i spółka”.

- **Zwiększenie zainteresowania uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych aktywnością fizyczną poprzez:**

- zorganizowanie i prowadzenie zajęć pozalekcyjnych(piłka nożna dziewcząt, piłka nożna chłopców, piłka siatkowa chłopców, piłka koszykowa chłopców, piłka siatkowa dziewcząt, piłka koszykowa dziewcząt),
- zachęcanie i mobilizowanie uczniów do aktywnego udziału w zawodach i turniejach sportowych takich jak:
 - ❖ międzyklasowy turniej piłki nożnej, koszykówki i siatkówki,
 - ❖ biegi przełajowe klas pierwszych,

❖ rozgrywki szkół ponadgimnazjalnych piłki nożnej, piłki siatkowej, koszykówki,

- popularyzacja sportów zimowych (organizowanie wyjść na lodowisko).

• **Zorganizowanie wyjścia do Szkoły Policealnej w Ełku na obchody Światowego Dnia Zdrowia.**

Udział uczniów w obchodach Światowego Dnia zdrowia pozwolił zdobyć informacje na temat z zakresu profilaktyki jamy ustnej, chemii kosmetycznej i farmaceutycznej, terapii zajęciowej, wybranych zabiegów kosmetycznych, masażu, wykonywania leków recepturowych, filcowania oraz językowe oraz dał możliwość zbadania ciśnienia krwi i saturacji oraz obejrzenia preparatów pod mikroskopem. Uczniowie zapoznali się także z ofertą edukacyjną szkoły, co może im pomóc w wyborze dalszej drogi kształcenia.

• **Program informacyjno- szkoleniowym pt. „Stawiam na wołowinę”.** Pomysłodawcą i koordynatorem przedsięwzięcia jest Związek „Polskie mięso”. Cel projektu to objęcie szkoleniem uczniów szkół gastronomicznych z zakresu jakości polskiego mięsa. Spotkanie obejmowało część teoretyczną i praktyczną. Część praktyczna dotyczyła nowoczesnych metod obróbki wołowiny, marynowania, kompozycji smakowych i aranżacji potraw. Program merytorycznie wspiera Akademia Kulinarna Marcina Budynka. Sam mistrz wprowadził młodzież w tajniki przygotowywania wołowiny i wraz ze współpracownikami przeprowadził warsztaty dla 2 grup wybranych uczniów.

• **„Lekcja zdrowia”.**

W ramach promocji zdrowego trybu odżywiania, Oddział Terenowy Agencji Rynku Rolnego w Olsztynie i nasza szkoła, zorganizował dla klasy 3 ze Szkoły Podstawowej nr 9 im. Jana Pawła II w Ełku warsztaty kulinarne dla dzieci pod nazwą „Lekcja zdrowia”. Celem warsztatów było wskazanie dzieciom, które produkty są zdrowe, a których należy bezwzględnie unikać. Do realizacji posłużyła karta pracy z piramidą żywienia i aktywności fizycznej, którą nasi goście musieli samodzielnie ułożyć. Bardzo często pojawia się problem II śniadania - dzieci nie zabierają ze sobą tego posiłku lub jedzą niezdrowe przekąski. Naszym celem było wskazanie, że II śniadanie nie musi być nudne.

• **Przyłączenie się do ogólnopolskiej akcji „ Jak nie czytam jak czytam”.**

Wszyscy uczniowie przynieśli swoje ulubione książki i punktualnie o godz. 10.00 rozpoczęliśmy czytanie w grupach lekcyjnych. W ten sposób chcieliśmy pokazać, że młodzież czyta więcej, niż powszechnie się mówi, ale ma swoje ulubione tytuły i autorów. Czytanie ciekawej książki to miła forma spędzania wolnego czasu. Wykorzystaliśmy też już nowości zakupione w ramach Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa.

• **Warsztaty dla studentów Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy.**

W ramach współpracy ZS nr 6 z Wyższą Szkołą Gospodarki w Bydgoszczy, studenci kierunku Dietetyka i Planowanie Żywienia oraz Żywienie Człowieka odbywali zajęcia

warsztatowe w Centrum Gastronomicznym. Podczas warsztatów mieli możliwość przygotowania potraw z wykorzystaniem otrębów pszennych i żytnich oraz nietypowych połączeń owoców z warzywami przy sporządzaniu surówek i sałatek. Pracowali na nowoczesnym sprzęcie i urządzeniach przy przygotowaniu potraw i napojów kuchni polskiej oraz kuchni różnych narodów.

- **Warsztaty gastronomiczne dla uczniów „Koła Przyrodniczego” ze Szkoły Podstawowej nr 5 im. Marii Konopnickiej.**

Myślą przewodnią warsztatów była jakość i ekologiczny aspekt produktów, z których przyrządzamy potrawy. W Centrum Edukacji Ekologicznej w Ełku dzieci pod czujnym okiem p. Reginy Merchelskiej wyprodukowały wcześniej na potrzeby warsztatów ekologiczną mąkę orkiszową. Było to możliwe dzięki współpracy ze Stowarzyszeniem Społeczno-Artystycznym Kultywator, które udostępniło sprzęt- rowerowy młyn do tej produkcji. Dzieci stworzyły najzdrowszą mąkę na świecie. Po pierwsze razową, czyli z pełnego przemiału, a po drugie wymagało to aktywności fizycznej i spalania ewentualnych zbędnych kalorii.

- **Wolontariat młodzieży i nauczycieli:**

- I Rodzinny Piknik Rowerowy zorganizowany przez Centrum Edukacji Ekologicznej w Ełku i Urząd Miasta Ełku (13.05.2017r.),
- Festyn „FRUTTI DI LAGO czyli kulinarne skarby jezior” zorganizowany przez Centrum Edukacji Ekologicznej w Ełku (28.08.2017r.).

- **Promowanie miasta Ełku podczas zagranicznych staży zawodowych:**

Grupa 60 uczniów i 6 nauczycieli w ramach Programu „Erasmus+” „Z Ełku do Italii” wyjechała w lipcu 2017r. do Spoleto we Włoszech. Podczas odbywania stażu uczniowie dzielili się wiedzą z zakresu sztuki kulinarnej naszego regionu i miasta z włoskimi restauratorami, promując tym samym Ełk wśród tamtejszej społeczności lokalnej.

- **Współpraca ze środowiskiem polonijnym za granicą:**

Cyklicznie od momentu nawiązania współpracy z panią Heleną Borową z „Towarzystwa Przyjaciół Grodna i Wilna”, młodzież z Zespołu Szkół nr 6 w Ełku corocznie zajmuje się przygotowaniem słodkiego poczęstunku oraz obsługą zaproszonych gości na sesję popularnonaukową pod hasłem "Kresy nas łączą" podczas "Jarmarku Kaziuka".

- **Organizacja/udział w akcjach charytatywnych:**

- ogólnopolska akcja „Wymiana Ciepła” (marzec 2017r. - we współpracy z nieformalną grupą „Podwórko”),
- zbiórka odzieży, słodyczy, sprzętu sportowego, itd. na rzecz dzieci z Kibeho w Rwandzie, (kwiecień 2017r).

- **Współpraca nauczycieli z naszej szkoły z szefami kuchni z innych miast:**

- warsztaty dla uczniów, nauczycieli, rodziców pod hasłem: „Wykorzystanie warzyw w daniach polskich” poprowadzili, m. in. Michał Prokuski- szef kuchni hotelu Warszawa w Augustowie, Artur Olechnowicz -szef kuchni hotelu Esperanto w Białymstoku, Michał Wiśniewski-szef kuchni Siedliska Morena(kwiecień 2017r).

- **Integracja międzypokoleniowa:**

- warsztaty bocci prowadzone przez instruktora bocci p. Mirosława Mikiewicza z Ełckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku na terenie szkoły i internatu (luty 2017r.),
- mecz bocci EUTW contra internat – sędziowany przez p. Mirosława Mikiewicza z Ełckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku(marzec 2017r.),
- „NW wędrówka tropem naturalnej pielęgnacji urody” – przewodnik - p. Marcin Reman (znawca ziół) dla młodzieży z internatu oraz osób z grupy Nordic Walking-owy Ełk(maj 2017r.).

- **Integracja z osobami niepełnosprawnymi:**

- warsztaty kulinarne uczniów z podopiecznymi Warsztatów Terapii Zajęciowej w Ełku,
- warsztaty Nordic Walking.

- **"Tydzień Edukacji Globalnej" w Zespole Szkół nr 6 w Ełku.**

Celem tego przedsięwzięcia jest zapoznanie uczniów z zakresem edukacji globalnej, uwrażliwienie ich na współzależności istniejące na świecie.

W ramach tego przedsięwzięcia podjęto szereg działań, m.in.:

- konkurs na najlepszą prezentację multimedialną pt. Nasiona roślin strączkowych,
- konkurs plastyczny "Nie chcemy wojny- razem dla pokoju",
- konkurs kulinarny "Smacznie i zdrowo, czyli najlepsza zupa z nasion roślin strączkowych",
- II edycja konkursu wiedzy o bezpieczeństwie zdrowotnym żywności "Milionerzy",
- test sprawdzający wiedzę z zakresu "Sprawiedliwego handlu",
- warsztaty cukiernicze nt. "Skąd pochodzi czekolada?" dla przedszkolaków Miejskiego przedszkola "Słoneczna Ósemka",
- organizacja przedsięwzięcia pod hasłem "*Nie wyrzucaj!- Daj drugie życie!!!*", która dotyczyła zbiórki: czystych kartek z zeszytów, notesów, bloków z przeznaczeniem na kartkówki, sprawdziany, ulotki, starych pojedynczych naczyń stołowych, sztućców, szklanek, kubków itp. do wykorzystania w pracowniach gastronomicznych.

- **Udział młodzieży w wycieczkach organizowanych przez wychowawców: kuligi, spływy kajakowe, akcji sprzątania świata.**

- **Otrzęsiny klas pierwszych: konkurs na temat zdrowego odżywiania.**

- **Zorganizowanie konkursu na logo Szkoły Promującej Zdrowie.**

- W ramach programu „ARS, czyli jak dbać o miłość” realizowanym w ramach projektu „Profilaktyczny program w zakresie przeciwdziałania uzależnienia od alkoholu i tytoniu i innych środków psychoaktywnych” przeprowadzono zajęcia wychowawcze w wybranych klasach.

- **Organizowanie spotkań edukacyjno-ekologicznych, m.in.:**

- 20.02.2017r.- „Naturalne antybiotyki i adaptogeny” prelekcja p.Marcina Reman-znawcy ziół
- 29.03.2017r.- „O pomaganiu i ekologii” – spotkanie wychowanków internatu i uczniów ZS 6 w Ełku z p. Emilią Borawską – popularyzatorką idei zrównoważonego rozwoju,
- 25.04.2017r.- prelekcja przedstawicielek Narwiańskiego Parku Narodowego,
- 27.04.2017r.- zajęcia terenowe z p.J. Wasilewskim (rozpoznawanie porostów, ocenianie jakości powietrza, poznanie historii Ełku),
- 23.05.2017r. prelekcja pt. „Formy ochrony przyrody w Polsce” (leśniczy Leśnictwa Przykópka p.A.Piela).

- **Wyjścia poza szkołę:**

- 13.02.2017r- wyjście do CEE w Ełku na spotkanie z p. Supergan pt. „Jej wysokość Annapurna”,
- 25.05.2017r- wyjście wychowanek internatu do Ełckiego Centrum Kultury - "B 612"- spektakl Teatru "Delikates" (B 612 to podróż na planetę, na której zamieszkał bezduszny globalizm...).

- **Krzewienie aktywnych form wypoczynku, krajoznawstwa i turystyki aktywnej:**

- Wiosna 2017r- cykl zajęć „Nordic Walking – rekreacja w zgodzie z naturą”, nauka gry w Boccie (internat),
- 19.05.2017r.- wycieczka rowerowa „Tropem pomników przyrody”,
- 22.05.2017r.- „NW wędrówka tropem naturalnej pielęgnacji urody” –przewodnik - p. Marcin Reman (znawca ziół),
- 30.05.2017r.- wycieczka do Biebrzańskiego Parku Narodowego.

- **Szkolny Dzień Bezpieczeństwa Cyfrowego**

15 grudnia 2016 roku w naszej szkole odbył się Szkolny Dzień Bezpieczeństwa Cyfrowego, w ramach realizowanego projektu Cyfrowobezpieczni.pl- Bezpieczna Szkoła Cyfrowa. Zaczęliśmy od spotkania przeznaczonego dla uczniów klas I, II, III technikum o tematyce „Kształtowanie wizerunku w sieci”. Uczniowie wysłuchali pogadanki edukatora

Pana Pawła Grądzkiego oraz obejrzeni film o sekstingu. Następnie odbyły się warsztaty w klasach, w których uczniowie brali czynny udział. Rozmawiali o cyberzagrożeniach w sieci, cyberbezpieczeństwie, o bezpiecznym wizerunku w „fejsiku”. Wykonali Kohoota z wiedzy o prawach autorskich. Edukator zachęcił do korzystania ze strony cyfrowobezpieczni.pl oraz kanałów komunikacyjnych tj. czat i forum dyskusyjne-Stowarzyszenie „ Miasta w Internecie”. Na zakończenie odbyło się Szkolenie Rady Pedagogicznej odnośnie zagadnień cyfrowego bezpieczeństwa w sieci, które będą przekazywane na spotkaniach z rodzicami.

SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI PROJEKTU

„ŻYJ ZDROWO I AKTYWNI”

Ważniejsze działania podejmowane przez nas:

Rok szkolny 2017/2018

- **Udział w konkursach gastronomicznych**
 - VI edycja *Ogólnopolskiego konkursu dla ponadgimnazjalnych szkół gastronomicznych na najlepszy przepis kulinarny wykorzystujący produkty zarejestrowane lub aplikujące o rejestrację jako Chroniona Nazwa Pochodzenia, Chronione Oznaczenie Geograficzne oraz Gwarantowana Tradycyjna Specjalność* – wrzesień 2017 r.,
 - udział i organizacja XII edycji konkursu „Smaki Warmii, Mazur oraz Powiśla szansą na sukces” etap regionalny – listopad 2017 r.,
 - udział w konkursie pt. *Młodość bez uzależnień* – marzec 2018 r.,
 - udział w konkursie „Master Challenge by Scholler” w ramach Targów Expo Mazury w Ostródzie III edycja targów Mazury HoReCa – kwiecień 2018 r.,
 - udział w XLII edycji *Wiedzy i Umiejętności Rolniczych* – kwiecień 2018 r.
- **Organizacja konkursów gastronomicznych**
 - III edycja konkursu kulinarnego na najlepszą zupę z dyni "*Nie taka dynia straszna jak ją malują!!!*" – październik 2017 r.,
 - konkurs szkolny wiedzy o bezpieczeństwie zdrowotnym żywności „*Milionerzy*” III edycja w ramach obchodów dni Edukacji Globalnej w Zespole Szkół nr 6 im. Macieja Rataja w Ełku – listopad 2018 r.,

- konkurs kulinarny „Najlepsza gorąca przystawka z bananem Fair Trade” realizowanego w ramach TEG – listopad 2018 r.,

- Wielkanocny konkurs kulinarny „Polskie potrawy wielkanocne” – marzec 2018 r.

- **Cykliczne zajęcia we współpracy z Warsztatami Terapii Zajęciowej.**

Nasi uczniowie wspólnie z podopiecznymi WTZ brali udział w warsztatach kulinarnych, gdzie przygotowali np. zdrowe, pyszne bułeczki z marchewką oraz cukinią.

- **Podsumowanie projektu ”Z Ełku do Italii” współfinansowanego ze środków Komisji Europejskiej w ramach programu „Erasmus +”**

W ramach programu „Erasmus +” grupa uczniów wyjechała do Włoch w czasie wakacji na dwutygodniowe staże zawodowe. Uczniowie mieli okazję pracować w renomowanych restauracjach i hotelach na terenie miasta Spoleto w prowincji Perugia. Codziennie kształcili się pod okiem najlepszych szefów kuchni i uczyli się gotować od wykwalifikowanych pracowników w branży gastronomicznej. Hotelarze mieli okazję poznać bazę hotelową i warunki zakwaterowania w obiektach cztero- i pięciogwiazdkowych. Otrzymali też renomowane certyfikaty.

- **Zajęcia pozalekcyjne w ramach projektu "Cooking makes fun" dla klasy V**

ze Szkoły Podstawowej nr 4 im. prof. Władysława Szafera w Ełku

Nasi uczniowie brali udział wraz z uczniami Szkoły Podstawowej nr 4 w przygotowaniu potraw i napojów ,doskonaleniu umiejętności posługiwania się językiem angielskim oraz warsztatach dotyczące savoir vivre przy stole.

- **Warsztaty kulinarne dla nauczycieli przedmiotów zawodowych i uczniów „Kuchnia włoska, pasta na różne sposoby.**

Zajęcia prowadził szef jednej z rzymskich restauracji – Enrico Ercoli. Uczestnicy zgłębiali tajniki przygotowywania rzymskich dań, ważne było połączenie składników, kreatywność kulinarna. W trakcie powstawania potraw kucharz dzielił się wiedzą o powstawaniu potraw, tradycjach włoskich oraz szczegółach przygotowania.

- **"Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego"**

Młodzież przygotowała 3 propozycje potraw z kuchni staropolskiej na podstawie książki "Kucharka szlachecka" Marii Marciszewskiej. Dokładne przepisy na te potrawy zastały umieszczone na blogu kulinarnego "Fotokulinarne wariacje" : łazanki z szynką, pierogi mięsne, kurczęta pieczone nadziewane.

- **Prowadzenie warsztatów kulinarnych dla uczniów ełckich placówek oświatowych:**

- warsztaty szkoleniowe dla dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 5 w Ełku- zastosowanie mąki ekologicznej w produkcji pizzerinek,

- zajęcia warsztatowe dla uczniów gimnazjum - Zdrowe Przekąski (klasa II Gimnazjum nr 1 w Ełku),
- zajęcia dla przedszkolaków z Przedszkola Mali Odkrywcy gr. I i II, temat: *Nakrycie stołu do posiłku codziennego*,
- 7.11.2017r. zorganizowanie i opieka nad przebiegiem warsztatów cukierniczych dla młodzieży przeprowadzone przez mistrza cukiernictwa p. Mieczysława Chojnowskiego w ramach projektu Akademia Mistrza dla Szkół .

- **Realizowanie ogólnopolskich projektów i programów:**

- Kapituła Konkursu Certyfikat Szkoła Przyjazna Środowisku powołana przez Warmińsko – Mazurskiego Kuratora Oświaty w Olsztynie w listopadzie 2017r. rekomendowała ZS 6 w Ełku do otrzymania Certyfikatu Szkoła Przyjazna Środowisku, jest on przyznawany szkołom i placówkom aktywnie zaangażowanym w ochronę środowiska, integrującym społeczność szkolną i lokalną wokół inicjatyw na rzecz środowiska przyrodniczego, a także motywującym do poszukiwania nowych i ciekawych rozwiązań w zakresie ekologii, zrównoważonego rozwoju i ochrony środowiska; Szkoła otrzymała **Certyfikat Szkoła Przyjazna Środowisku**,

- zrealizowano i uroczyście podsumowano (15 grudnia 2017) w/w projekt staży zagranicznych „Z Ełku do Italii”,

- zrealizowano projekt „Edukacja globalna. Liderzy edukacji na rzecz rozwoju.” realizowany zgodnie z PP MEN oraz z "Wieloletnim programem współpracy rozwojowej Nowa perspektywa na lata 2016-2020 –CRZ ; odbyło się szereg przedsięwzięć z tematyki Edukacji Globalnej dla uczniów szkół podstawowych i przedszkoli miejskich.

- **Program informacyjno-szkoleniowy mistrza kuchni z Akademii Kulinarnej Marcina Budynka pt. „ Stawiam na drób”.**

Pomysłodawcą i koordynatorem przedsięwzięcia jest Związek „Polskie mięso”. Dodatkowa atrakcja to lekcja u boku doświadczonych mistrzów kuchni, którzy nie szczędzili cennych porad i pochwał. Prezentacja i degustacja dań zakończyły te bardzo interesujące zajęcia. Cel nadrzędny projektu to objęcie szkoleniem uczniów szkół gastronomicznych z zakresu jakości polskiego mięsa. Dla uczestników było to jednocześnie przygotowanie do zbliżających się świąt, gdzie drób jest częstym gościem na polskim stole. Pokazowi towarzyszyła prelekcja zawierająca porady dietetyczne. Dalsza część polegająca na wykonaniu określonych potraw odbyła się w kuchni właściwej, z podziałem na dwie 10 – osobowe grupy.

- **Warsztaty dla uczestników wymiany narodowej w ramach programu Erasmus + „Tradycyjna kuchnia polska”.**

Nasza szkoła gościła uczestników wymiany międzynarodowej w ramach programu Erasmus+. Byli to nauczyciele ze Szkoły Podstawowej w Rękusach /realizatorzy programu/ i przedstawiciele z 6 krajów: Włoch, Bułgarii, Niemiec, Łotwy, Turcji i Rumunii. Warsztaty zostały zorganizowane we współpracy z MODN w Ełku. Temat kulinarnych zmagania to – „Tradycyjna kuchnia polska”. W kuchni przygotowano pierogi z kapustą i grzybami, a w cukierni szarlotkę. Nauczycieli wspierała też grupa uczniów naszej szkoły – asystentów, którzy nie tylko wykazali się umiejętnościami zawodowymi, ale też komunikacją w obcych językach takich jak: niemiecki, włoski czy angielski.

- **Projekt edukacyjny „Kreatywne warsztaty lodowe z Scholler Ice Cream”.**

Celem warsztatów było rozwijanie pasji i zainteresowań uczniów, wspieranie ich w rozwoju osobistym, zwiększenie atrakcyjności i jakości kształcenia w szkole, poszerzanie wiedzy i umiejętności uczniów z zakresu komponowania deserów na bazie lodów „Schöller Ice Cream”. Projekt trwał od 1 lutego do 30 maja 2018 roku. W tym czasie uczniowie, wraz z opiekunami, spotykali się i pracowali nad wypracowaniem autorskich receptur na kreatywny deser lodowy z wykorzystaniem lodów „Schöller Ice Cream”. W ramach projektu uczniowie pojechali na targi Mazury HoReCa - Expo Mazury w Ostródzie.

- **Warsztaty i kampania informacyjna „Wpływ diety na zdrowie i życie” (projekt realizowany w ramach Grantów Powiatu Ełckiego) oraz „Mobilny dietetyk” (w ramach grantów Urzędu Miasta Ełku).**

- Młodzież brała udział w warsztatach dietetycznych prowadzonych przez specjalistę do spraw żywienia połączonych z wykładami na temat chorób dieto-zależnych i dietetyki, Panią K.Jaszkowską (poruszane tematy: żywienie niemowląt, alergie, anemia, celiakia, otyłość, nowa piramida żywienia i aktywności fizycznej, cukrzyca).

- Przeprowadzono warsztaty z zakresu dietetyki dla uczniów ZS6 im. Macieja Rataja, którzy nie brali udziału w projekcie – prowadzone przez uczniów, którzy brali udział w warsztatach i wykładach prowadzonych przez dietetyka.

- Spotkania uczestników projektu z dziećmi i młodzieżą z ełkich przedszkoli i szkół dotyczące zdrowego żywienia i wpływu diety na zdrowie i samopoczucie człowieka, połączone z zabawami ruchowymi i degustacją przykładowych potraw/surowców (Szkoła Podstawowa nr 1 w Ełku, Szkoła Podstawowa nr 4 im. W. Szafera w Ełku, Szkoła Podstawowa nr 5 im. M. Konopnickiej w Ełku, Zespół Szkół Sportowych w Ełku, Miejskie Przedszkole „Mali Odkrywcy”, Miejskie Przedszkole „Świątełko”, Miejskie Przedszkole i Żłobek „EKOLUDKI”, Niepubliczne Katolickie Przedszkole „U Lolka”).

- Przygotowanie artykułów promocyjnych, informacje w mediach -audycja w Radiu Bayer FM.

- Spotkanie podsumowujące projekt na temat zdrowego żywienia i wpływu diety na zdrowie i samopoczucie człowieka, wraz z degustacją przykładowych potraw przeznaczonych dla osób wymagających określonych diet. W spotkaniu wzięli udział: Starostwa Ełcki, Dyrektor Delegatury w Ełku Warmińsko-Mazurskiego Kuratorium Oświaty, Przedstawiciele Urzędu Miasta i Starostwa Powiatowego, Dyrektorzy i nauczyciele z ełckich szkół i przedszkoli zaangażowanych w realizację projektu oraz przedstawiciele Radia 5 i Bayer FM.

• **Zwiększenie zainteresowania uczniów, rodziców, nauczycieli i pracowników niepedagogicznych aktywnością fizyczną poprzez:**

- zorganizowanie i prowadzenie zajęć pozalekcyjnych (piłka nożna dziewcząt, piłka nożna chłopców, piłka siatkowa chłopców, piłka koszykowa chłopców, piłka siatkowa dziewcząt, piłka koszykowa dziewcząt),

- zachęcanie i mobilizowanie uczniów do aktywnego udziału w zawodach i turniejach sportowych takich jak:

- ❖ międzyklasowy turniej piłki nożnej, koszykówki i siatkówki,
- ❖ biegi przełajowe klas pierwszych,
- ❖ rozgrywki szkół ponadgimnazjalnych piłki nożnej, piłki siatkowej, koszykówki,

- popularyzacja sportów zimowych (organizowanie wyjść na lodowisko).

• **Nauczyciele zorganizowali i przeprowadzili dla młodzieży szkolnej zajęcia pozalekcyjne:**

- „Klub miłośników kawy”,
- przygotowujące do egzaminu zawodowego z kwalifikacji T.06 ,
- w ramach projektu "Rok dla Niepodległej. Kuchnia Polska". Zajęcia kulinarne rozwijające zainteresowania młodzieży przygotowywaniem potraw polskiej kuchni,

- w ramach projektu czytelniczo- gastronomicznego „Fotokulinarne wariacje”,

- w ramach grantu edukacyjnego "Mobilny Dietetyk" w związku z realizacją odbyły się zajęcia młodzieży z dietetykiem, spotkania w przedszkolach i szkołach promujących prawidłową Piramidę Zdrowia oraz podsumowanie grantu połączone ze sporządzaniem dań poznanych w trakcie realizacji projektu ,

- w ramach projektu „Śniadanie z Pasją” w ramach Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa w klasie III TH ,

- „Kelner –zawód z przyszłością”.

• **Organizacja i podejmowanie działań w ramach Tygodnia Edukacji Globalnej:**

- współorganizacja kulinarnego konkursu „Najlepsza gorąca przystawka z bananem Fair Trade” realizowanego w ramach TEG (24.11.2017 r.).

- konkurs plastyczny dot. jednego z trzech wybranych *Celów Zrównoważonego Rozwoju*(do wyboru): Koniec z ubóstwem; Równość płci; Czysta i dostępna energia, zbiórka pod hasłem „*Nie wyrzucaj! – Daj drugie życie!!!*”. Dotyczyła ona: zbiórki czystych kartek z zeszytów, notesów, bloków z przeznaczeniem na kartkówki, sprawdziany, ulotki,

- zbiórki starych pojedynczych naczyń stołowych, sztućców, szklanek, kubków itp. do wykorzystania na pracowniach gastronomicznych, zbiórki bawełnianych, starych materiałów przeznaczonych do szycia ściereczek kuchennych na pracownie gastronomiczne,

- konkurs na najlepszy *pomysł na potrawę „resztkową”*, czyli pomysł ponownego wykorzystania produktów spożywczych pozostałych po konsumpcji i podczas produkcji innych potraw. Konkurs miał na celu uświadomienie uczniom problemu ubóstwa na świecie,

- zbiórka ubrań, pościeli, ręczników, środków czystości dla podopiecznych „Noclegowni im. Św. Ojca Pio w Ełku” ,

- zbiórka makulatury.

- **Granty edukacyjne**

- "Mobilny Dietetyk" - w ramach którego odbyły się m.in. spotkania kulinarne w przedszkolach i szkołach podstawowych promujące zasady zdrowego stylu życia;

- „Otwarta Firma” – program ogólnopolski polegający na współpracy z lokalnymi przedsiębiorcami (lekcje pogładowe, wycieczki dydaktyczne do firm, itp);

- „Bankowość jest OK” – program szkolny (realizacja działań z Bankiem Pekao S.A).

- **Dzień Przedsiębiorczości**

Co roku szkoła bierze udział w Dniu Przedsiębiorczości organizowanym przez Fundację Młodzieżowej Przedsiębiorczości pod Patronatem Honorowym Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej, współpracując z lokalnymi pracodawcami, m.in.: Hotel-Restauracja „Rydzewski”, Mazurskie Centrum Bankietowe”, Kuźnia Smaku, Fregata, Stary Spichlerz, Papaja, Dos Patos, Zakłady Mięsne Animex, Gospodarstwo Rybackie.

- **Narodowy Program Rozwoju Czytelnictwa**

- W październiku 2017 r. w naszej szkole odbyło się spotkanie młodzieży klas czwartych z ełckim historykiem, autorem wielu artykułów popularnonaukowych i książek dotyczących historii, głównie regionalnej - dr Andrzejem Mocarskim. Autor przybliżył młodzieży losy osób internowanych z naszego regionu, które zostały opisane w publikacji Ełccy internowani i ich kapelani.

- Zorganizowano spotkania autorskie z p. Anetą Zamojską, dotyczące promocji jej książek: Sekundy do szczęścia i Uśmiech J..

- W czerwcu 2017 ZS nr 6 przyłączył się do akcji zorganizowanej na terenie galerii Brama Mazur i wziął udział w XIV edycji Ogólnopolskiej Akcji Uwalniania Książek, czyli Bookcrossingu. Święto Wolnej Książki było adresowane do wszystkich, którzy lubią czytać i chcą się dzielić książkami z innymi. Uczniowie podczas akcji promowali czytelnictwo nie tylko wśród mieszkańców Ełku, ale również wśród odwiedzających nasze miasto.

- **Ogólnopolski autorski projekt Polskiego Stowarzyszenia Nordic Walking „Z kijami przez Polskę” (projekt współfinansowany przez Ministerstwo Sportu i Turystyki)**

PSNW było partnerem ZS 6 podczas realizacji szkolnego projektu „Nordic Walking – rekreacja w zgodzie z naturą i ciekawa oferta aktywności dla gości hotelowych” (PSNW wypożyczyło młodzieży profesjonalne kijki do Nordic Walking, wszyscy uczestnicy warsztatów otrzymali „Certyfikaty uczestnictw w szkoleniu z zakresu prawidłowej techniki Nordic Walking w ramach projektu z kijami przez Polskę” i "Przewodnik z zakresu prawidłowej techniki nordic walking", szkolna biblioteka została wyposażona w kilka egzemplarzy nowego „Przewodnika z zakresu prawidłowej techniki nordic walking”). W ramach projektu, na przełomie września i października 2017r. w internacie ZS 6 odbyły się „Otwarte Warsztaty Chodzę Prawidłowo”, w których udział wzięli uczniowie ełckich szkół ponadgimnazjalnych.

- **Organizacja/udział w akcjach charytatywnych:**

- zbiórka używanych butów na rzecz dzieci z Zambii czerwiec – wrzesień 2017 w ramach akcji Dobrej Farmy (CEE było koordynatorem akcji w Ełku),

- udział w zbiórce zużytych telefonów komórkowych w ramach autorskiego programu Fundacji Nasza Ziemia (wrzesień – listopad 2017r.), zostały one przekazane na realizację programu „Zielona Stopa Filantropa”, jego nadrzędnym celem jest poprawa efektywności energetycznej placówek służących dzieciom – CEE było koordynatorem akcji w Ełku,

- w czerwcu i wrześniu 2017r. szkoła wspierała CEE w Ełku i Towarzystwo Krajoznawstwa i Turystyki Aktywnej w organizacji III Mikołajkowego Rajdu Rowerowego,

- w ramach akcji przekazano pluszowych zabawek, które zostały rozdane przez „Rowerowych Mikołajów” małym mieszkańcom Ełku 3 grudnia 2017r.,

- w grudniu 2017r. społeczność szkolna i internacka przyłączyła się do akcji Wolontariackiego Ośrodka Wsparcia „I Ty możesz zostać Świętym Mikołajem”,

- przez cały rok 2017 w ZS6 i internacie trwała, m. in. zbiórka plastikowych korków na rzecz niepełnosprawnych dzieci, zbiórka odzieży, która trafiła m.in. do Domu

Samotnej Matki w Ełku, Caritas Diecezji Ełckiej, Domu dla Osób Bezdomnych i Najuboższych Monar-Markot w Ełku i ZSS w Chełchach,

- zbiórka ubrań, pościeli, ręczników, środków czystości dla podopiecznych „Noclegowni im. Św. Ojca Pio w Ełku.

- **Promowanie zdrowego żywienia:**

Uczniowie i nauczyciele szkoły dbają by promocja zdrowego stylu życia mogła dotrzeć też do mieszkańców naszego miasta i okolic. W tym celu przygotowano szereg audycji radiowych we współpracy z Radio Bayer. Fm, m. in.: cykl audycji śniadaniowych w Radio BAYER FM – „Panowie i Panie czas na śniadanie” z cyklu „Do wspólnego gotowania zapraszają uczniowie ZS nr 6 im. M. Rataja w Ełku”.

- **Organizacja i obsługa imprez okolicznościowych.**

- przygotowanie słodkiego poczęstunku i obsługa wojewódzkiego *Dnia Edukacji Narodowej* – ECK w Ełku – 13.10.2017r. ,
- 06.11.2017r. przygotowanie i obsługa wraz z młodzieżą *spotkania z nauczycielami polskimi z Białorusi*, zorganizowanego przez Starostwo Powiatowe i MODN w Ełku,
- Sporządzanie *potraw wigilijnych i obsługa* wraz z młodzieżą spotkania wigilijnego Starostwa Powiatowego w Ełku (grudzień 2017 r.).

EWALUACJA DZIAŁAŃ

W celu dokonania ewaluacji systematycznie prowadzono monitoring realizowanych działań. Do ewaluacji wybrano następujące metody:

- obserwację zachowań uczniów;
- rozmowy wychowawców i nauczycieli z uczniami, rodzicami i pracownikami szkoły;
- analizę dokumentacji szkolnej;
- ankiety dla uczniów i rodziców,
- analizę dokumentacji gromadzonej w okresie przygotowawczym.

Wnioski z przeprowadzonej ewaluacji:

- ✓ Priorytetowy kierunek działań zrealizowano.

✓ Pracownicy szkoły aktywnie uczestniczyli w realizacji zadań dotyczących promocji zdrowia.

✓ Nauczyciele prowadzą dokumentację potwierdzającą realizację działań w zakresie promocji zdrowia.

✓ Cała społeczność szkolna zna założenia i standardy Szkoły Promującej Zdrowie.

✓ Nauczyciele angażują również w działania przedstawicieli środowisk lokalnych.

✓ Nauczyciele swoimi sukcesami, działaniami w ramach promocji zdrowia dzielą się z innymi, zamieszczając informacje na stronie internetowej szkoły oraz portalach społecznościowych.

✓ Większość uczniów dostrzega znaczenie zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej dla zachowania zdrowia (prawie 80% uczniów deklaruje, że zna i stosuje zasady zdrowego odżywiania).

✓ Wzrosła ilość uczniów biorących udział w różnorodnych zajęciach czy też przedsięwzięciach promujących zdrowy styl życia.

✓ Z rozmów z uczniami wynika, że w rodzinach wzrosło zainteresowanie zdrowym stylem życia tj. : zdrowym odżywianiem i podejmowaniem różnych form aktywnego wypoczynku (jazda na rowerze, rolkach, pływanie, bieganie).

✓ Większość uczniów chętnie podejmuje różnorodne formy aktywności fizycznej w szkole i poza nią.

✓ Zmniejszyła się ilość uczniów, którzy najchętniej spędzają swój wolny czas przed komputerem (z 30 % do 15%).

✓ Uczniowie i rodzice pozytywnie oceniają zmiany wprowadzone w szkole w związku z realizacją programu Szkoła Promująca Zdrowie.

✓ Zwiększyła się świadomość rodziców na temat wpływu aktywności fizycznej i właściwego odżywiania na prawidłowy rozwój psychomotoryczny.

✓ Zauważono znaczą poprawę stosunków interpersonalnych między uczniami dzięki licznym akcjom organizowanym na terenie szkoły (konkursy, warsztaty, akcje prozdrowotne itp.)

✓ 40 % nauczycieli, stwierdziło, że uprawia sport codziennie lub 2-3 razy w tygodniu co najmniej przez 15 minut, a tylko 15 % przyznało się że w ogóle nie ćwiczy.

✓ 75 % nauczycieli stwierdziło, że korzysta z porad pielęgniarki szkolnej.

✓ Z rozmów z uczniami wynika, że większość z nich dostrzega znaczenie zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej dla zachowania zdrowia. Wielu z nich zaczęło czytać etykiety na kupowanych produktach.

✓ Ankietowani nauczyciele, którzy nie uczestniczyli w szkoleniach i warsztatach dotyczących zdrowego stylu życia, jako powód podali nieodpowiedni termin lub brak czasu. Nikt z nauczycieli nie stwierdził, że nie był zainteresowany warsztatami

✓ Każdy uczeń miał bezpośredni kontakt z pielęgniarką w celu przeprowadzenia edukacji zdrowotnej.

✓ Zrealizowano wszystkie zaplanowane programy edukacyjne i profilaktyczne umożliwiające realizację założonego celu.

✓ 80% nauczycieli przeprowadziło zaplanowane lekcje wychowawcze na temat „Bulimia i anoreksja” oraz „Czy wiesz, co jesz”. Należy zachęcać nauczycieli do przeprowadzenia lekcji wychowawczych na wskazany temat i podejmowania tematyki zdrowego stylu życia.

✓ Zorganizowano wyjścia młodzieży w ramach lekcji wychowania fizycznego na pobliskie lodowisko.

✓ Uczniowie chętnie brali udział we wszystkich zaplanowanych zawodach i turniejach sportowych.

✓ W każdej klasie w szkole przeprowadzono co najmniej jedną lekcję wychowawczą dotyczącą komunikacji, agresji, wykluczania ucznia z grupy czy innych problemów społecznych.

✓ Ponad 90 % rodziców stwierdziło, że pozyskana wiedza podczas spotkań, prelekcji czy szkoleń była przydatna.

✓ Ponad 90% nauczycieli stwierdziło, że działania podejmowane w szkole, dotyczące zdrowego stylu życia, wpłynęły na zwiększenie ich świadomości związanej z prawidłowym funkcjonowaniem organizmu.

Podsumowanie.

W roku szkolnym 2016/2017 i 2017/2018 zrealizowaliśmy wiele działań dotyczących szeroko rozumianej promocji zdrowia. Obserwując uczniów, przeprowadzając z nimi wywiady, stwierdzamy, że wzrosła ich świadomość na temat zdrowego stylu życia, prawidłowego odżywiania oraz aktywnego spędzania czasu wolnego. W wyniku szkoleń, podjętych działań i samokształcenia wzrósł poziom wiedzy u pracowników i rodziców.

Wnioski do dalszej pracy:

- ✓ Kontynuacja podjętych działań w zakresie zdrowego stylu życia.
- ✓ Promowanie zdrowego stylu życia wśród całej społeczności szkolnej oraz w środowisku lokalnym.
- ✓ Określić kolejny problem priorytetowy i podjąć odpowiednie działania.

