

**Szkoła Podstawowa
im. Marszałka Józefa Piłsudskiego
w Marcinkowicach**

**SPRAWOZDANIE
Z OGÓLNOPOLSKIEJ KAMPANII PROFILAKTYCZNEJ
„ZACHOWAJ TRZEŻWY UMYŚL 2019”**

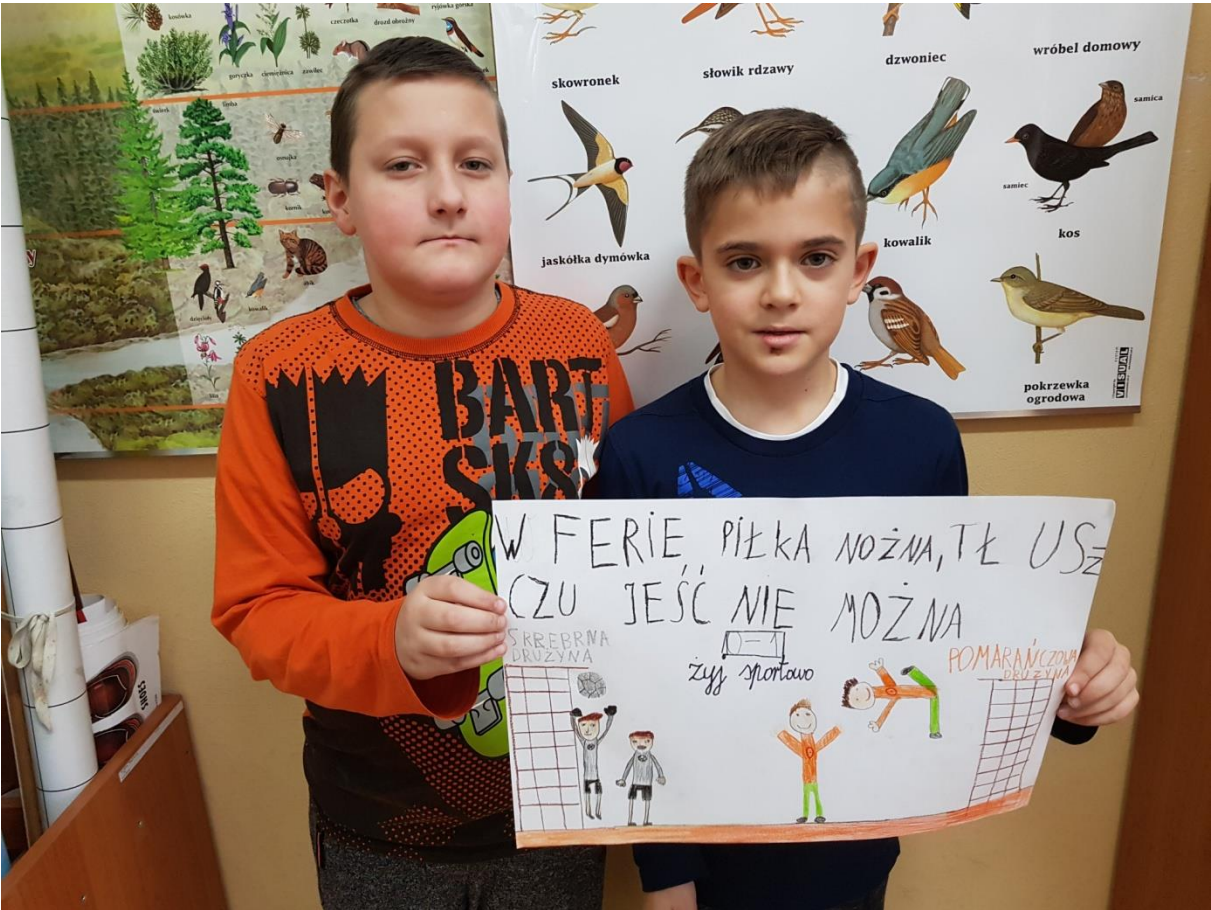
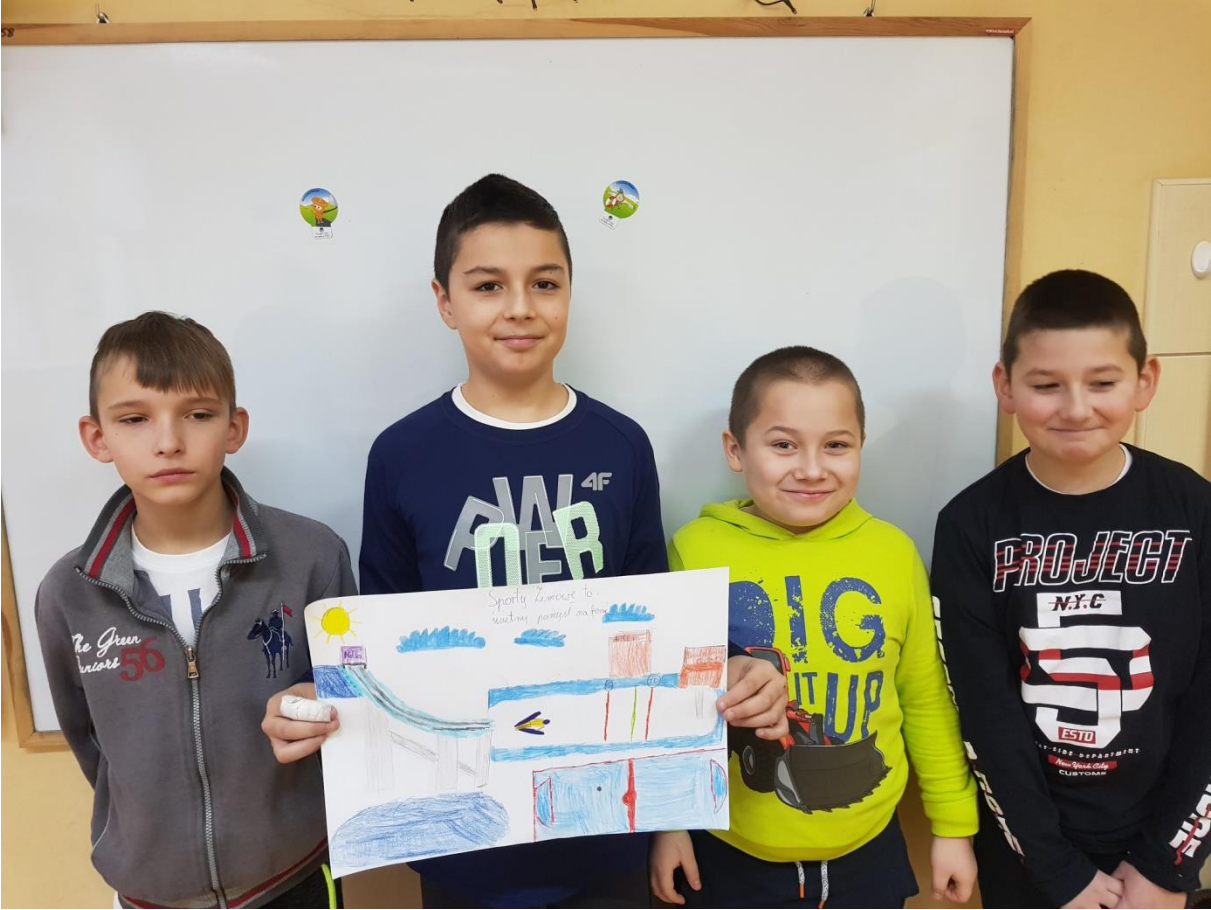


Nasza szkoła już po raz dwunasty uczestniczyła w ogólnopolskiej kampanii profilaktycznej „Zachowaj Trzeźwy Umysł”. Uczniowie, nauczyciele i rodzice zostali poinformowani o głównych założeniach kampanii oraz hasle tegorocznej edycji, które brzmiało „Chce mi się chcieć”. Na korytarzu głównym zawisła gazetka informacyjna z materiałami reklamowymi dla uczniów i rodziców oraz regulaminem konkursu literacko-plastycznego „Ja za 20 lat”.



Jednym z działań w ramach kampanii był udział uczniów starszych klas w ogólnopolskiej „Społecznej diagnozie uczniów 2018”. Badanie było realizowane w styczniu 2019r. za pomocą liczącego 60 pytań kwestionariusza ankiety internetowej (CAWD).

Przed feriami uczniowie klas 4a i 5 realizowali projekt, w ramach którego opracowali plakaty edukacyjne prezentujące różne formy i propozycje spędzenia wolnego czasu na sportowo. Za pomocą rysunków i krótkich tekstów pokazali, że ferie można spędzić ciekawie i aktywnie z kolegami, a nie samotnie przy komputerze. Plakaty zawisły na klasowych gazetkach.



W okresie od 19 stycznia do 3 lutego 2019r. na Stacji Narciarskiej Kokuszka – Ski realizowany był projekt nauki jazdy na nartach „Jeżdżę z głową”. Miał on na celu zagospodarowanie czasu wolnego dzieci, w tym szczególnie zdobycie umiejętności podstaw poprawnej techniki jazdy na nartach z zachowaniem elementarnych zasad bezpieczeństwa, kształtowanie nawyku jazdy w kasku oraz zachęcenie dzieci do aktywnych form spędzania wolnego czasu. W projekcie wzięło udział 144 uczniów z klas 1-4 szkół podstawowych z Gminy Chełmec, w tym 12 uczniów z naszej szkoły, którzy pod opieką p. Ewy Pajor-Wojśław przez trzy kolejne soboty i niedziele jeździli na stok. Realizowany program z całą pewnością zaszczepił wśród uczniów zainteresowanie „białym szaleństwem” i aktywnymi formami spędzania wolnego czasu. Pokazali oni, że chce im się chcieć.



Edukacja prozdrowotna to jeden z elementów programowych kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”, dlatego dnia 27.02.2019. odbyło się spotkanie pani pielęgniarki z uczniami kl. IVa i IVb. Uczniowie przypomnieli sobie zasady zdrowego stylu życia w wieku szkolnym. Otrzymali karty z zasadami zdrowego stylu życia, aby w domach mogli porozmawiać ze swoimi rodzicami, w jaki sposób stosują na co dzień te zasady. W trakcie spotkania uczniowie próbowali określić, czym jest zdrowie (fizyczne, psychiczne i społeczne). Pani pielęgniarka przypominała im o konieczności spożywania pięciu posiłków dziennie w odstępach kilku godzin oraz podkreśliła ważną funkcję zdrowego śniadania.

Poinformowała również, że uczniowie klas czwartych powinni już dokonywać prawidłowych wyborów pokarmów i napojów, aby zdrowo i świadomie odżywiać się.

Uczniowie klasy 8 uczestniczyli w programie profilaktycznym „Archipelag Skarbów”. Zajęcia odbywały się w Szkole Podstawowej w Chełmcu w dniach 9-10 maja 2019r. Oprócz uczniów naszej szkoły brali w nich udział również ósmoklasiści ze szkoły w Chomranicach, Kłęczanach, Rdziostowie i Chełmcu. Dwa czterogodzinne bloki warsztatów w dwa kolejne dni zamieniły grupę młodzieży w poszukiwaczy skarbu, jakim jest głębokie szczęście, trwała miłość i realizacja w życiu własnych pasji i marzeń.

W trakcie warsztatów przekazana była młodzieży wiedza o miłości, seksualności, budowaniu relacji opartych na zaufaniu i szacunku. Nauczyli się, jak radzić sobie z „tygrysami”, które mieszkają w „dżungli”, jaką jest wnętrze człowieka. Otrzymali konkretne wskazówki, jak radzić sobie z pobudzeniem, zakochaniem, ze złością i gniewem. W ramach programu uczniowie poznali najważniejsze prawa rządzące miłością. Omawiane też były takie problemy jak uzależnienie od seksu i pornografii oraz mechanizmy związane z uzależnieniem od alkoholu i narkotyków. Wszystkie te tematy były poruszane z dużą delikatnością i powagą, tak, by nie zranić tych, którzy mają takie doświadczenia, a zarazem przestrzec tych, którzy ich jeszcze nie mają. Ważnym aspektem programu był trening asertywności, w którym uczestnicy mogli ćwiczyć umiejętność przeciwstawiania się negatywnej presji rówieśników. Program „Archipelag Skarbów” obejmował również spotkanie dla rodziców i nauczycieli.



Dużą imprezą, która wymagała wiele aktywności, pomysłowości i współpracy był Dzień Europejski koordynowany przez panie Elżbietę Kulig i Dorotę Szczepanik. Uczniowie klas 4-8 wylosowali jeden z krajów europejskich i mieli przygotować prezentację dotyczącą osobliwości, zabytków, strojów, jedzenia, kultury charakterystycznych dla danego kraju. W czasie Dnia Europejskiego każda grupa opowiadała o swoim kraju, prezentowała stroje regionalne, w formie wystawy przedstawiała ciekawe miasta i zabytki. Smakowicie prezentowały się potrawy przygotowane przez uczniów i rodziców. Niezwykle widowiskowe były też tańce. Stoiska dotyczące krajów były różnorodne, bogate i pomysłowe. Uczniowie udowodnili, że chce się im działać i są kreatywni. Zwycięzcami zostali uczniowie klasy 8.







Dnia 30 maja w naszej szkole odbyła się prelekcja dla uczniów klas I-VIII przeprowadzona przez ratowników z Sądeckiego WOPR-u. Przypomnieli, że należy zadbać o bezpieczeństwo podczas letnich kąpiel. Zapoznali uczniów z ogólnymi zasadami udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej. Spotkanie było dobrą lekcją dla wszystkich uczniów w związku ze zbliżającymi się wakacjami. Młodzież zobaczyła specjalistyczny sprzęt, który ratownicy wykorzystują, udzielając pomocy poszkodowanym. Przekazali przydatną wiedzę i zaprosili młodych na kurs "Młodszego Ratownika WOPR". Dzieci dostały także małe upominki w postaci opasek na rękę z numerem telefonicznym do Sądeckiego WOPR-u.

W ramach projektu edukacyjno-dydaktycznego, uczniowie klas 4, wzięli udział w prelekcji pod tytułem "PIES - MÓJ PRZYJACIEL". Na spotkaniu dnia 3 czerwca uczniowie poznali prawidłowe formy relacji i postawy w kontaktach z psami i innymi zwierzętami oraz metody ochrony przed skutkami ataku psa. Gościem spotkania był pan Marek z Centrum Szkolenia Psów Obronnych w Nowym Sączu wraz z psem rasy owczarek niemiecki o imieniu Dzikus. W czasie spotkania odbył się również pokaz tresury.

Dnia 4 czerwca 2019r. dla naszych uczniów zorganizowany był Dzień Dziecka oraz miał miejsce finał kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”. Tradycyjnie spędziliśmy go na sportowo. Pani Marzena Leśniak, nauczycielka wychowania fizycznego, przygotowała obwód stacyjny. Obejmował on następujące konkurencje: hula hop, żonglerka, rzuty do kosza, odbicia piłką, skoki na skakance. Uczniowi zaliczali poszczególne konkurencje i zbierali punkty. Ci, którzy zebrali najwięcej punktów otrzymali nagrody.



Równoległe ze zmaganiem sportowymi odbywał się grupowy konkurs plastyczny zorganizowany w ramach kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”. Uczniowie, wykonując plakaty, mieli przedstawić aktywne formy spędzania wolnego czasu.



Powstało kilkanaście ciekawych prac, które zostały wyeksponowane na wystawie.





Autorzy najciekawszych plakatów zostali nagrodzeni. Oto lista laureatów konkursu plastycznego:

- Julita Jędraczką i Liliana Sojka z klasy 1
- Magdalena Smajdor i Nina Pociecha z klasy 1
- Milena Pociecha, Natalia Piszczek, Aleksandra Wójcik, Joanna Sasadopoulou z klasy 3
- Karolina Krzyszkowska, Patrycja Chronowska, Julia Malec, Katarzyna Wójs z klasy 4b
- Maja Berezowska i Zuzanna Jurczak z klasy 5.



Odbyła się również loteria fantowa. Pieniądze zebrane ze sprzedaży fantów przeznaczone zostaną na sprzęt sportowy.



W drugiej części uroczystości zespoły dziewczęce wzięły udział w turnieju piłki ręcznej, a dla chłopców zorganizowano turniej piłki nożnej. Dziękujemy koordynatorce Dnia Dziecka: pani Marzenie Leśniak i pani Irenie Szajewskiej.

W ramach kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł” zorganizowany był konkurs literacko-plastyczny pod hasłem „Ja za 20 lat”. W formie plastycznej lub literackiej uczniowie mieli zaprezentować swoje marzenia, własne plany na przyszłość, w jaki sposób te plany można osiągnąć, kim chcieliby być w przyszłości. Zamieszczone poniżej wiersze zostały wysłane do organizatora konkursu.

ZNAKI PRZYSZŁOŚCI

Ja za 20 lat będę
I wszystkie nagrody zdobędę.

Będę dobre życie wieść
I będę wszystkim opowiadała tę powieść.

Świat się trochę zmieni
I wszystkie problemy odmieni.

Wtedy wszystko będzie tajemnicze
I każdy będzie dbał o rzeczy przyrodnicze.

Więc postanowiłam, że ja za 20 lat
Będę piękna jak róży kwiat.

I spełnię też swoje marzenia,
Bo one są nie do odrzucenia.

Patrycja Konar
Klasa 5

MOJE ŻYCIE ZA 20 LAT

Ja za lat dwadzieścia
Będę pełna szczęścia.
Wystrzałowo będę wyglądać
I każdy mi się będzie przyglądać.

W życiu moim coś zmienię
I chętnie się ożenię.

Pokażę każdemu, jak się zwycięża
I będę miała cudownego męża.

Będę dobrze zarabiać w przyszłości,
Bo będę w pełni dojrzałości.
Co weekend spotkania ze znajomymi,
Którzy są ludźmi uprzejmymi.

Praca i nad dziećmi opieka
To obowiązki dorosłego człowieka.
Na pracę po godzinach nie będę się zgadzać
I wszystkim szczerze będę jej odradzać.

Duży, piękny dom będę miała,
Ale nie będę zarozumiała.
Ja w dobrą przyszłość wierzę,
Bo nikt szczęścia mi nie zabierze.

To już nie będzie okres młodości,
Tylko poważne życie dorosłości.
Każdą wolną chwilę poświęcę rodzinie,
Bo nie wiadomo, kiedy me życie minie.

Bożena Konar
Klasa 8

W ŚWIECIE MODY

Mam 11 lat
I mały jest mój świat.
Nauka i szkoła,
Zabawa z przyjaciółmi dookoła.
Marzenia mam duże,
Choć rączki jeszcze nieduże.

Marzę o świecie mody,
By każdemu dodać urody.
Chętnie ubrania szkicuję
I ładne stroje projektuję.
Sukienki i bluzeczki,
Spodnie i kokardeczki.

Chcę być projektantką mody
Nie tylko piosenkarki Dody.
Wymyślam modne stroje,
Wiem, że kiedyś będą moje.
Chcę by każdy ładnie wyglądał
I w szafie moje ubrania miał.

Na razie to tylko rysunki
I moje skromne malunki.
Ubranka dla lalek szyję
I dodatki projektuję.
Potem wielki pokaz mody,
Szyk elegancji i swobody.

Już niedługo pójdę do szkoły,
By uczyć się projektowania i mody.
Nauczę się szycia i wykroju
Modnych dodatków i strojów.
Już niedługo sama będę szyła
I z tego będę żyła.

Potem dom mody założę
I projektantką tam będę.
Będę szczęśliwa i znana,
W świecie mody doceniana.
Już za 20 lat
Taki będzie mój świat.

Agnieszka Szajewska
Klasa 4

Świetną formą aktywności sportowo – edukacyjnej był udział licznej grupy uczniów starszych klas w wyjeździe na Zieloną Szkołę. W tym roku trasa biegła z Marcinkowic do Czarnogóry. W czasie dziewięciodniowej wycieczki uczniowie zobaczyli ciekawe miejsca Belgradu, Szkodry, Kotoru, Mostaru, Medziugorie, Sarajewa. Najwięcej emocji wzbudził oczywiście pobyt nad Morzem Adriatyckim, gdzie zażywali kąpieli wodnych i słonecznych oraz aktywnie spędzali czas.





Dla uczniów wszystkich klas przed wakacjami odbyły się warsztaty z udzielania pierwszej pomocy.

Bardzo cieszymy się, że uczestniczymy w kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”. Tegoroczna edycja uświadomiła uczniom, że drzemią w nich ogromne pokłady pomysłowości, kreatywności, trzeba je tylko uaktywnić. Swoimi licznymi działaniami nasza młodzież udowodniła, że chce jej się chcieć.

Podsumowanie Ogólnopolskiej Kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł”

Dnia 27 listopada 2019r. w Urzędzie Gminy w Chełmcu odbyło się podsumowanie Ogólnopolskiej Kampanii Profilaktycznej „Zachowaj Trzeźwy Umysł” zorganizowanej przez Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych z siedzibą w Poznaniu pod patronatem honorowym Ministra Edukacji Narodowej oraz Ministerstwa Sportu i Turystyki.

Hasło tegorocznej kampanii brzmiało: „*Chce mi się chcieć! - czyli o przeciwdziałaniu wyuczonej bezradności*”. Kampania miała na celu ograniczenie podejmowania przez dzieci i młodzież zachowań ryzykownych, sięgania po substancje psychoaktywne oraz rozbudzenie wśród uczniów motywacji do działania i osiągnięcia celów, rozwijanie talentów, zainteresowań, pasji.

W ramach kampanii uczniowie brali udział w konkursie literacko-plastycznym „Ja za 20 lat”. Wśród dwunastu tysięcy nadesłanych prac wyłoniono z naszej gminy 8 laureatów, którzy otrzymali pamiątkowe dyplomy oraz książki, a od Wójta Gminy Chełmiec Pana Bernarda Stawiarskiego - nagrody w postaci voucherów do sklepu Martes Sport o wartości 150 zł oraz karnety na basen. Wśród laureatów konkursu znalazła się również była uczennica naszej szkoły, **Bożena Konar**. Gratulujemy naszej absolwentce oraz koordynatorowi kampanii, pani Irenie Szajewskiej.





Koordinator kampanii: Irena Szajewska