

Czeczon Zsoltné

Egészségnap a Derkovits Gyula Általános Iskolában

A projekt helyszíne

A Derkovits Gyula Általános Iskola a VI. kerület legszebb részén a Városligeti fasorban helyezkedik el.

Iskolánkban az elmúlt évek során sikerült olyan környezetet létrehozni, melybe szívesen érkeznek, és otthonosan érzik magukat egész nap a gyerekek. Ez a barátságos, meleg hangulatú környezet jelentős hatást gyakorol a gyerekek személyiségének formálódására, egészséges fejlődésére.

Tanulóink szívesen részt vesznek épületeink szépítésében, színes faliújságok, tablók készítésében. Folyosóinkon, alagsorunkban folyamatosan kiállítjuk színvonalas alkotásaikat, (fotók, festmények, egyéb képzőművészeti alkotások) melyek iskolánk öko szemléletét tükrözik.

Iskolánk kertjét folyamatosan fejlesztjük. Örökzöldeket, cserjéket, egynyári és évelő növényeket ültetünk, melyeket a gyerekek bevonásával gondozunk. Az idei tanévben fűszer- és gyógynövénykertet alakítottunk ki.

Udvarunk alkalmas a közös játékokra, meghitt beszélgetésekre, jó idő esetén a szabadban tartott tanítási órákra. (Padok, asztalok, homokozó, sportpálya, fa játszótér). A szabadtéri burkolt felületek gondozottak, pormentesek. Az iskolakert mentes az allergén növényektől.

Megvalósul a szelektív hulladékgyűjtés, ehhez megfelelő gyűjtőedényeink vannak. A veszélyes hulladékok gyűjtése és elhelyezése a helyi hatóság rendelkezése alapján történik.

Folyamatos, egész éven át tartó papírgyűjtési akciót szerveztünk. (Ments meg egy fát! program keretén belül.)

Intézményünkben több mint egy évtizede minden évben megrendezésre kerül az iskolai sportnap, melyet mindig június első szombatján tartunk meg. Ez azért fontos számunkra, mert tanulóink családjukkal és tanáraikkal együtt élvezhetik a sport, a mozgás és a játék örömét. Az elmúlt néhány évben kézműves foglalkozásokkal tettük színesebbé ezt a napot. A programok között friss gyümölcssel, zöldséggel, müzlivel, ásványvízzel szoktuk kínálni a résztvevőket, ezzel is a korszerű táplálkozást szeretnénk népszerűsíteni.

Célunk, hogy a szülők gyerekeikkel együtt tartalmas, közös élményeket éljenek át az iskolán belül, melyekkel alternatívákat mutatunk az egészséges, mozgásban gazdag életmódra.

Az Egészségnap

Előkészítési szakasz

- A pályázat ismertetése munkaértekezlet keretében.
- Felelősök választása a programok sikeres kivitelezése érdekében.
- A programok részletes kidolgozása ütemterv szerint.
- Forgatókönyv készítése az Egészségnap megvalósításához.
- A rendelkezésünkre álló anyagi feltételek feladatonkénti elosztása.
- A programokhoz szükséges tárgyi feltételek megteremtése.

Megvalósítás

- Az Egészségnapot megelőző feladatok, tevékenységek a tanév során.
- Az egészséges életmóddal, a betegségek megelőzésével kapcsolatos közmondások, szólások gyűjtése, illusztrálása, tablókészítés.
- Figyelemfelkeltő plakátok készítése egészségmegőrzésre, betegségek megelőzésére.
- Étrendpiramis készítése.
- Rajzpályázat: Mit egyek, hogy egészséges legyek?
- Szakértők felkérése adott témával kapcsolatban kisebb előadások megtartására korcsoportoknak megfelelően.
- Önismeret fejlesztő interaktív foglalkozások rendezése.
- Szerepjátékok a személyes higiénéről.
- Öröm – bánat térkép készíttetése az iskoláról tanulócsopontonként.

Az Egészségnap lebonyolítása

- A helyszínek előkészítése.
- Zenés bemelegítő torna a sportpályán.
- Az iskola dolgozói és a vállalkozó kedvű szülők által készített ízletes, egészséges reggeli falatok kínálása.
- Programkínálat ismertetése: sorversenyek; ügyességi feladatok a mindennapi életből vett eszközökkel; kosárlabda-, röplabda-, focimérkőzések; ismerkedés az íjászattal; általános egészség állapot felmérés; ötletbörze (tudatos vásárlásra ösztönzés, természetes alapanyagú tisztítószer, kozmetikumok bemutatása) reform konyha bemutató; zöldség-, gyümölcsálatok készítése; hagyományörző kézműves foglalkozás;

láthatatlan világ bemutatása (hogyan „ lát” egy vak gyerek?); interaktív vetélkedők az előkészítő szakaszban megszerzett ismeretek alapján.

- A nap értékelése: A nap folyamán megszerzett zsetonok beváltása ajándékokra, a résztvevő családoknak emléklap átadása. A legtöbb zsetont összegyűjtött családok különdíjat kapnak. A mérkőzések eredményeinek kihirdetése, díjazása.

Befejező szakasz

- Diagram készítése az egészség állapot felmérés alapján.
- A láthatatlan világ élményeinek megjelenítése rajzban, fogalmazásban és drámaórán.
- Hangulatfelmérés a családok körében.
- Pár hónap múlva kérdőív közreadása, hogy történtek-e pozitív változások a családok életvitelében?
- Művészeti kiállítás rendezése (rajz, fotó, kézműves alkotások).
- Iskolai öröm-bánat térkép készítése a csoportok által leadottak alapján.
- Pozitív változtatások az iskola életében és környezetében az öröm-bánat térkép tapasztalatait figyelembe véve.
- Beszámoló készítése, ismertetése munkaértekezleten.
- Elszámolás a pályázaton nyert pénzzel.

Költségvetés

Fénymásolópapírok	5.000 Ft
Kartonok	5.000 Ft
Fotópapír	8.000 Ft
Lamináló fólia	3.000 Ft
Zsírkréta, filctoll, színes ceruza	5.000 Ft
Festékek, ecsetek	5.000 Ft
Ollók, ragasztók	4.000 Ft
Kézműves alapanyagok: agyag, bőrszíjak, kukoricacsuhé, rafia	15.000Ft
Élelmiszerek: zöldségfélék, gyümölcsök, müzli, ásványvíz, teljes kiőrlésű pékáru, tejtermékek, baromfi felvágott, Flora margarin	40.000Ft
Ajándékok, díjak	<u>20.000Ft</u>
összesen:	110.000Ft

Ebből támogatásként igényelt összeg 100.000 Ft, önrész 10.000 Ft