

Úvod

V dnešní době, kdy se lidský život podle celosvětových statistik prodlužuje, paradoxně vidíme, že na člověka jako bytost, číhá hodně nástrah. Mnozí z nás přijali za své, takový životní styl, který je určován tempem, rychlostí a kvantem informací. Na jedince je vyvíjen psychický tlak na materiální a dokonce na samotné fyzické přežití. Není divu, že takový to životní styl se primárně odráží a ovlivňuje psychické a fyzické zdraví člověka. Velice často používáme termín civilizační choroby a příliš nad ním nepřemýšlíme, ale jen do té doby, než nějakou chorobu poznáme sami na sobě. Bohužel, často jsou již změny na našem organismu nevratné. Dnes jsou k dispozici poznatky, podle nichž na mnohých poruchách a onemocněních mají značný podíl subjektivní činitelé. Jsme-li si sami některými poruchami zdraví vinni, máme i oprávněnou naději, že se můžeme toutéž cestou naopak postarat o život ve zdraví, jak nejvíce je to možné. Vůči nemocem, zhoršování zdravotního stavu, pocitům nepohody a zkracování plnohodnotného života nejsme úplně bezmocní. Člověk může pozitivně ovlivnit své zdraví tím, že je zařadí mezi své prvořadě hodnoty, změnou postojů k sobě, pozitivním citovým naladěním a myšlením, vytvářením vztahů s lidmi na základě důvěry a úcty, osvojením dovedností řešit problémy a zvládat stres, dodržováním životosprávy respektující vyvážené všechny druhy jeho potřeb.

Nabízí se otázka, kde začít s nějakou kvalitativní změnou. Samozřejmě, že člověk je tvárný od dětství a na vývoji a formování dítěte má veliký vliv nejen rodina, ale i instituce a tou nejdůležitější bývá škola.

Inventář školy podporující zdraví

Světová zdravotnická organizace pro Evropu za spoluúčasti Rady Evropy a Komise evropských společenství stanovila pro školy zařazené do evropské sítě škol podporujících zdraví 12 kritérií.

Škola, která byla přijata do evropské sítě těchto škol, souhlasí, že bude pracovat podle těchto kritérií:

1. Aktivní podpora sebeúcty všech žáků tím, že škola ukáže, že každý může přispět k jejímu rozvoji.
2. Vývoj dobrých vztahů mezi učiteli a zaměstnanci na jedné straně a žáky na straně druhé a mezi žáky navzájem.
3. Objasňování společenských záměrů školy žákům a učitelům.
4. Poskytování stimulačních podnětů všem žákům velkou nabídkou aktivit.
5. Využívání každé příležitosti ke zlepšení životního prostředí školy.
6. Rozvoj dobrých vztahů mezi školou, rodinou a obcí.
7. Rozvoj dobrých vztahů mezi nižším a vyšším stupněm školy k plánování souvislé zdravotní výchovy.
8. Aktivní podpora zdraví a dobrého životního pocitu učitelů a zaměstnanců.
9. Zřetel k úloze učitelů a zaměstnanců v otázkách souvisejících se zdravím.
10. Zřetel k doplňkové úloze školního stravování ve zdravotní výchově.
11. Uplatnění speciálních služeb dostupných v obci při poradenství a k podpoře zdravotní výchovy.
12. Rozvoj vzdělávacího potenciálu školních zdravotnických služeb, které jdou za obvyklé postupy, k aktivní podpoře zdravotní výchovy.

Obsah programu podpory zdraví ve škole

První pilíř: Pohoda prostředí

1. Pohoda věcného prostředí
2. Pohoda sociálního prostředí
3. Pohoda organizačního prostředí

Druhý pilíř: Zdravé učení

4. Smysluplnost
5. Možnost výběru a přiměřenost
6. Spoluúčast a spolupráce
7. Motivující hodnocení

Třetí pilíř: Otevřené partnerství

8. Škola jako model demokratického společenství
9. Škola jako kulturní a vzdělávací středisko obce

Představení školy a projektu podpory zdraví

Město Karviná bývá velice často a oprávněně spojováno s těžbou uhlí, haldami a odkalovacími nádržemi. Nic z toho neprospívá životnímu prostředí. Nutno přiznat, že v posledních létech i zde dochází k jistému pokroku. Samotné město Karviná je zařazeno do Sítě zdravých měst.

Naše škola nesousedí s žádnou šachtou, ani jiným průmyslovým podnikem, ale je klasickou sídlištní pavilónovou školou. Postavena byla v roce 1984 na okraji sídliště. Přestože do lesoparku není daleko, ze školy je výhled jen na okolní panelové domy. S počtem 550 žáků patříme k větším školám ve městě. Ve 22 třídách učí 34 učitelů. Ve školní družině jsou 3 oddělení se 75 dětmi. Provoz školy zajišťuje 8 provozních a 7 zaměstnanců školní jídelny.

Výuka probíhá podle vzdělávacího programu Základní škola. Jsme škola, která se specializuje na rozšířenou výuku cizích jazyků. Již od první třídy mají děti možnost navštěvovat volitelný předmět anglický jazyk v rozsahu dvou hodin týdně. Na rozdíl od ostatních škol nám učební plán pro třídy s rozšířenou výukou jazyků dává možnost pokračovat ve výuce cizího jazyka ve třetím ročníku a od šestého přibírají žáci druhý cizí jazyk. Ve školním roce 2004/2005 si žáci mohli vybrat z nabídky čtyř cizích jazyků a to anglického, německého, francouzského a ruského jazyka. Nejvíce žáků volilo anglický jazyk. V šestém ročníku třídy s rozšířenou výukou jazyků si žáci zvolili jako druhý jazyk francouzštinu, němčinu nebo ruštinu. .

V loňském školním roce se nepodařilo nabídnout našim žákům certifikaci znalostí cizího jazyka. Pro žáky se snažíme každý rok zorganizovat výukové zájezdy do Rakouska, Německa, Francie nebo Anglie, kde vždy navštívujeme základní školu.

Chtěli bychom prohloubit a pokračovat již v navázané partnerské spolupráci se školou s Polska. Také bychom chtěli obnovit kontakty se školou ve Vídni.

V novém školním roce bychom tyto kontakty chtěli rozšířit .

Náš ekologický kroužek se v minulých letech účastnil expedice do Chorvatska a Norska, kde se účastnil mezinárodních ekologických her. Před dvěma lety jsme na naší škole organizovali mezinárodní ekologickou soutěž GLOBE Games.

Myšlenka účasti školy v projektu Podpory zdraví není výsledkem okamžitého rozhodnutí, ale postupným seznamováním a pronikáním do filozofie podpory zdraví. Přesto, že jsme o existenci škol podporujících zdraví věděli od počátku vytvoření sítě, vždyť sousední škola byla jedním z prvních členů, o samotném projektu jsme začali reálně uvažovat už v roce 2002.

Proč vůbec jsme se rozhodli jít do tohoto projektu? Na slovíčko zdraví slyší hodně lidí, ale horší to bylo s představou o samotné realizaci. Padaly i poznámky typu: „ To budeme dělat o přestávce kotrmelce nebo co?“ Po nějakém čase, kdy se zájemci seznámili s Rukověti projektu Zdravá škola, přicházeli s názorem, že hodně věcí, které byly popisovány v publikaci dělají a na naší škole jsou samozřejmostí. Odtud je už krok k hlubší analýze života školy a k vyústění v písemném Projektu podpory zdraví.

Analýza školy z hlediska podpory zdraví

Při analýze jsme postupovali podle jednotlivých zásad podpory zdraví. Využívali jsme poznatků z denního života školy, z připomínek a námětů rodičů v rámci třídních schůzek i při jednání se Sdružením rodičů školy. Poznatky jsme získali i z výsledků anket žáků.

1. Pohoda prostředí

1.1. Pohoda věcného prostředí

Obecným cílem je postupné, ale soustavné zkvalitňování materiálních podmínek školy, které by odpovídalo rostoucím nárokům kvalitního vzdělávání.

Údržba budovy a investiční akce

Podařilo se:

- Velkými náklady a moderní technologií opravit střechy na všech pavilónech školy.
- Rekonstrukce sociálních zařízení.
- Instalovat automatickou regulaci topení.
- K malování prostor školy používat barevných odstínů.
- Vyměnit zasklení atrií novými plastovými rámy s termoskly. Tato velká investiční akce zásadně přispěla k pohodě věcného prostředí.
- Provést částečnou rekonstrukci rozvodu teplé užitkové vody v areálu tělocvičen.
- Renovovat parkety v jedné z tělocvičen a vyměnit část skleněných výplní za plastová okna, zprovoznit klimatizaci.
- Výměna zatím části oken na v průčelí budovy

O co dále usilujeme:

- Rekonstruovat rozvod teplé užitkové vody.

- V souladu s předpisy zabezpečit správné osvětlení učeben
- Vyměnit skleněné meziokenní výplně za vyzdívku.
- Instalaci akustické izolace ve školní jídelně
- Rekonstruovat podlahu i v druhé tělocvičně.
- Vyměnit další část skleněné výplně stěn školní tělocvičny.
- Opravit sokl a fasádu školy.
- Pokračovat ve výměně oken a zateplit fasádu
- Realizovat připravenou počítačovou regulaci tepla v každé třídě a učebně.
- Po letech znovu zrekonstruovat školní hřiště.

Problémy:

- Soustavné praskání a pohyb budovy školy.
- I přes nátěry velice špatný stav oken (špatná technologie).
- Velké množství oken – vyměňovat lze pouze po etapách

Vybavení školy

Podařilo se:

- Vybudovat dvě počítačové učebny včetně připojení na Internet.
- vést agendu školy elektronickou formou.
- Vytvořit prezentaci školy na internetových stránkách.
- Renovovat školní lavice a židle.
- Otevřít školní bufet.
- Vybudovat malou posilovnu.
- Rekonstruovat učebnu přírodopisu.
- Rekonstruovat učebnu fyziky a chemie.
- Vybudovat a rekonstruovat 4 jazykové učebny.
- Instalovat žaluzie do většiny učeben a tříd.
- Pro počítačové učebny a síť zrekonstruovat elektrické rozvody podle nejnovějších předpisů a norem.
- Vybudovat moderní učebnu zeměpisu a dějepisu.
- Vybudovat celoškolskou počítačovou síť LAN.

O co dále usilujeme:

- O to, aby všechny třídy a učebny byly vybaveny moderním a bezpečným nábytkem takové velikosti, která by odpovídala potřebám jednotlivých žáků.
- Znovu zprovoznit a vybavit místnost žakovské rady, popřípadě redakce školního časopisu a rozhlasu.
- Instalovat žaluzie i do zbývajících tříd a kabinetů.
- Postupně vybavit i potřebným nábytkem kabinetu
- Vybavovat učebny nejnovější audiovizuální technikou

Problémy:

- Problémy s obnovou výpočetní techniky.
- Ze školy se stává z důvodů financí pohřebiště starých PC.
- Hlavně na druhém stupni nevyhovující stav nábytku ve třídách.

Učební pomůcky a učebnice

Požizováním účelných pomůcek a vhodným výběrem učebnic z ucelených řad, chceme zajistit podmínky pro možnost opravdu kvalitní práce učitelů i žáků.

Podařilo se:

- Zajistit do každé odborné pracovny projekční techniku, včetně školní knihovny a školní družiny.
- Ve všech třídách prvního stupně jsou radiomagnetofony s CD přehrávačem
- V rámci možností do jednotlivých kabinetů byla zakoupeny nové potřebné pomůcky.
- Vybavit učebnu hudební výchovy nahrávkami na CD.
- Rozšířit knižní fond školy o encyklopedickou, moderní

pedagogickou a odbornou literaturu.

- Pravidelný odběr odborných časopisů pro zeměpis, tělesnou výchovu, přírodopis, fyziku, výtvarnou výchovu.
- Moderně vybavit dvě učebny výpočetní techniky včetně připojení na Internet s jedinečným přihlašováním do školní počítačové sítě.
- Zajistit dostatečné množství výukových programů.
- V učebně výtvarné výchovy byla instalována keramická pec.
- Učebna hudební výchovy byla vybavena novým elektrickým klávesovým nástrojem.
- V rámci ekologického projektu Globe zajistit pro práci žáků nejmodernější měřicí techniku.

O co dále usilujeme:

- Zajistit pro všechny žáky vhodné učebnice včetně atlasů světa, nových matematicko fyzikálních-tabulek a pravidel českého jazyka.
- V jazykových učebnách mít k dispozici dostatečné množství slovníků.
- Soustavně doplňovat knižní fond školy.
- Rozšiřovat školní počítačovou síť do jednotlivých učeben, kabinetů i tříd.
- Jednotlivé třídy 1. stupně vybavit projekční technikou.
- Školní videotéku přizpůsobit tak, aby její využití a získání požadované kazety bylo snadné.
- O další doplňování školy výukovými programy.
- Dle požadavků jednotlivých kabinetů doplňovat vybavení o nové, ale účelné a potřebné pomůcky.
- Školní knihovnu přebudovat na informační centrum.
- Vybavit učebnu Hv novým funkčním nábytkem.

Problémy:

- Nedaří se uspokojovat všechny požadavky na nové učebnice

- Nedaří se vždy sladit i názory na pořízení nových učebnic.
- Není určena osoba s jednoznačnou zodpovědností za objednávání učebnic.
- Pomůcky a vybavení se pořizuje nárazovitě většinou v posledním měsíci kalendářního roku.

Exteriéry a interiéry školy:

Vzhled a estetika interiéru a exteriéru školy je to první podle čeho si člověk udělá první úsudek.

Podářilo se:

- Vybudovat víceúčelový sportovní areál s hřištěm na míčové hry s umělým povrchem, s bicrosovou dráhou, malým skateparkem a horolezeckou stěnou.
- Po ročním používání odhlučnit miniskatepark.
- Změnit filozofii v oplocení areálu školy a na tomto základě zhotovit nový plot.
- Instalovat do venkovních atrií stoly na stolní tenis
- Udržet ve venkovních atriích zeleň.
- Zajistit kvalitní květinovou výzdobu školy.
- Vyzdobit estetickým způsobem prostory školy.

O co dále usilujeme:

- O plnou funkčnost i ostatních částí školního hřiště
- O položení umělého povrchu na školním hřišti v části technických disciplín.
- Rekonstruovat zatravnění fotbalového hřiště.
- O vybudování kvalitnějšího oplocení, kolem hřiště s umělým povrchem.
- Reklamovat a vyměnit část umělého povrchu hřiště.
- Pokračovat s výsadbou keřů a stromů v areálu školy.
- Udržení a další rozšíření květinové výzdoby školy.

- Obnovit některé části dlouhodobé výzdoby školy.
- Vybudovat chodník k přístupu do tělocvičny ze strany sídliště.

Problémy:

- Nedaří se udržet zeleň v prostoru před vstupem do školy (ničení ze stran sídliště)
- Nedaří se plně chránit sportovní areál školy před vandalstvím
- Nedaří se udržovat v kvalitním a bezpečném stavu běžeckou dráhu a část hřiště pro technické disciplíny.
- Venčení psů v areálu školního hřiště.
- Sekání trávy na velmi velkém zatravněném a prudce svažitém areálu školy.
- Nepodařilo se znovu založit školní pozemek pro pěstitelství

1.2. Pohoda sociálního prostředí

Obecným cílem je soustavné zkvalitňování vztahů, které by měly být vyjádřeny vzájemnou úctou, důvěrou, snášenlivostí, otevřeností a schopností spolupráce a pomoci druhému.

Vztah žák - učitel

Podařilo se:

- Byl zpracován nový školní řád školy.
- Funguje žákovská rada, která se podílí na organizování života školy.
- Zástupci tříd se účastní pravidelných schůzek s ředitelem školy, kde diskutují o důležitých otázkách života školy.
- Žákovská rada úzce spolupracuje se Sdružením rodičů školy.
- Snažíme se vést žáky, aby se nebáli říci svůj názor a na třídnických hodinách otevřeně hovořili o problémech třídy,

školy. Učíme je slušnému a taktnímu jednání.

- K informovanosti žáku slouží velká nástěnka žákovské rady, kde získávají informace o aktuálním životě školy.
- Dalším způsobem kultivace vztahu učitel-žák, je vydávání školního časopisu Borováček a pravidelné rozhlasové relace.
- Úspěšní reprezentanti školy v soutěžích a olympiádách jsou přijati u ředitele školy a oceněni na slavnostním shromáždění.
- Zapojit se do projektu Kalibro, a získat informace ve vztahu rodič – škola, žák škola – učitel a učitel – škola.

O co dále usilujeme:

- Stále kultivovat vzájemnou komunikaci mezi učitelem a žákem.
- Využít výsledky výzkumu Kalibro ke zlepšení atmosféry ve školním kolektivu.
- Na začátku školního roku se domlouvat na třídnických hodinách na jednoduchých neformálních pravidlech pro práci ve třídě.
- Získat důvěru žáků, aby ve zvláště kritických situacích byli schopni využít schránku důvěry.
- Na začátku každého školního roku, aktivněji zapojit rodiče do plánování života třídy a školy.
- Zvyšovat pocit hrdosti na svoji školu.
- Častěji ke konzultacím o prospěchu a chování dítěte s rodiči zvát samotného žáka, který má možnost se k hodnocení vyjádřit.
- Individuálnímu přístupu k jednotlivým žákům, aby každý z nich měl možnost zažít úspěch.
- Na pracovních poradách se zabývat metodami řešení jednotlivých problémů v chování žáků, a tak se seznámit s vhodnými postupy a technikami používanými učiteli.
- Začleňovat a učit se používat sebehodnocení žáků a naučit tomu samotné žáky.

Problémy:

- Reakce na nevhodné chování žáků jsou mnohdy rozdílné.
- Setkáváme se s nevhodným chováním žáků k dospělým a vulgárním vyjadřováním.
- Pozdravit, slušně požádat, poděkovat jsou pravidla, která stále někteří žáci nemají za vlastní.
- Vůle ke spolupráci a pomoci není na všech úrovních vždy samozřejmostí.
- Jsou žáci, kteří mají obavy z některých předmětů, učitelů i jiných žáků.
- Máme rezervy v komunikaci .

Vztah žák – žák

Podařilo se:

- Zapojit žakovskou radu do organizování soutěží a zábavných akcí pro své spolužáky.
- Za průběh soutěží a akcí odpovídají jednotlivé třídy, které tuto akci organizují.
- Na slavnostním shromáždění všech žáků školy, jsou oceňováni nejlepší reprezentanti školy, mimo jiné i potleskem spolužáků.
- Podporujeme přátelské vztahy v jednotlivých třídách.

O co dále usilujeme:

- Vést žáky k respektování dohodnutých pravidel chování, k toleranci k ostatním dětem, k jejich názorům i postojům.
- Používat metod kooperativního učení a tím vést děti ke spolupráci.
- Do práce žakovské rady zapojit i žáky s nižších ročníků a učit je komunikovat.
- Stále pracovat na odstranění projevů špatného chování žáků k mladším spolužákům.

- Řešit kázeňské a jiné problémy společně v kolektivu třídy a těmto problémům předcházet.
- Učit žáky obhajovat a argumentovat vhodnou formou svůj názor, ale zároveň poslouchat a uvažovat nad názory druhých.
- Učit žáky vzájemnému hodnocení a kontrole jednání a chování.

Problémy:

- Někteří žáci stojí mimo kolektiv třídy.
- Velká koncentrace žáků vyšších a nižších ročníků v šatnách u školní jídelny.
- Existují žáci, kteří nemají v sobě osobní odpovědnost za estetičnost a funkčnost školního prostředí.
- V některých třídách nejsou vztahy mezi žáky optimální. V případě neúspěchu jednotlivce přichází od některých jednotlivců posměch.

Vztah učitel – učitel

Chtěli bychom stále vytvářet podmínky, které umožní osobní, profesní rozvoj pracovníků školy a podporovat jejich seberealizaci.

Podářilo se:

- Promýšlíme potřeby školy, celoroční plán.
- Plánovat další vzdělávání pedagogických pracovníků.
- Průběžně rozšiřujeme učitelskou knihovnu o pedagogickou literaturu i literaturu z blízkých oborů.
- Podporovat morálně i finančně nejrůznější formy dalšího vzdělávání.
- Upevňovat jistotu zaměstnanců, že mají ve škole oporu v případě problémových situací, pokud budou jednat v souladu s dohodnutými normami školy.
- Provést SVOT analýzu a vyhodnotit ji v celém pedagogickém kolektivu. Poukázat na slabiny i na klady.

O co dále usilujeme:

- O převzetí metodickými orgány většího dílu zodpovědnosti za obsah a formy výuky, zvláště při tvorbě ŠVP.
- O předávání si vzájemných zkušeností i v širším okruhu než pouze v metodických orgánech.
- Naopak podporovat výměnu zkušeností i mezi jednotlivými pracovníky školy.(vzájemné zhlednutí hodin atd.)
- Na vyšší úroveň přenést vzájemnou komunikaci o výuce mezi učiteli prvního a druhého stupně.
- Podporovat ve všech směrech kariérní růst pedagogů.
- Podporovat pocit hrdosti na kvalitní tradice školy a pocit i osobní zodpovědnosti za udržení a rozvíjení dobrého jména školy.
- V činnosti metodických orgánů preferovat opravdové předávání zkušeností a zapisovat pouze to co je skutečně nutné.

Problémy:

- Rezervy ve vzájemné komunikaci mezi pracovníky školy.
- Ne vždy jsou vztahy mezi některými pracovníky školy, které by mohly být příkladné
- Pocit psychické vyčerpanosti.
- Velká nemocnost pracovníků školy.

1.3. Pohoda organizačního prostředí

Režim školy je chápán jako soubor pravidel a norem chování, které dovolí každodenní práci školy.

Podařilo se:

- Žáci přicházejí do školy v 7⁴⁵, vyučování začíná v 8 hodin.
- Nezačínat vyučování nultou hodinou.
- Snížit na minimum počet hodin odpoledního vyučování.

- Výuka probíhá v kmenových třídách.
- Sestavit rozvrh hodin tak, aby v maximální možné míře se odborné předměty vyučovaly v učebnách.
- Při sestavování rozvrhu bereme na zřetel náročnost a charakter jednotlivých předmětů.
- Žáci mají možnost během vyučování odejít na WC, mohou se napít.
- V hodinách jsou zařazovány relaxační chvílky, vybrání žáci sedí na balančních polštářcích.
- Žáci mají o přestávkách volnost pohybu, vyjma míst bez pedagogického dozoru.
- V případě příznivého počasí je otevřeno venkovní atrium, kde žáci mohou trávit přestávky.
- O přestávkách mají žáci k dispozici basketbalové koše, stoly na stolní tenis.
- Po dohodě se správcem počítačové učebny, mohou ji o přestávce využívat.
- Žáci i zaměstnanci mají k dispozici školní bufet.
- Pro zájemce jsou ve školní jídelně na velkou přestávku připravovány přesnídávkové svačinky.
- Na škole pracují zájmové kroužků a volnočasové aktivity dětí.

O co dále usilujeme:

- Vybudovat ve více třídách a na chodbách relaxační a odpočinkové koutky.
- Snížit hluk ve školní jídelně i hluk na chodbách o přestávkách.
- Naučit žáky pohybovat se po škole rozvážně bez běhání.
- Umožnit pobyt o přestávkách ve venkovních atriích i pro žáky nižších ročníků.
- Stále rozšiřovat a modernizovat informační systém školy.
- Ve vyučování střídat různé metody a formy práce žáků.
- Častěji používat v práci třídy projektovou výuku.
- O včasné příchody učitelů do hodin.

- Nepřekračovat, ale ani nezkracovat délku vyučovací hodiny některými učiteli.
- Více využívat malé relaxační místnosti učiteli.

Problémy:

- Ve školní jídelně i v šatně dochází v některých dnech k velké koncentraci žáků.
- Při dozorech na chodbách i ve školní jídelně nepůsobíme vždy na žáky jednotně.
- Učitelé mají málo příležitostí k relaxaci a odpočinku během dne.
- Mnoho žáků navštěvuje kroužky a ZUŠ a nemají mnohdy dostatek klidu a času na oběd vzhledem k brzkému začátku těchto aktivit.
- Školní jídelna je vlivem velkého počtu strávníků opravdu hlučná.
- V souvislosti s hraním stolního tenisu o přestávkách, přicházejí někteří žáci pozdě do hodin a nejsou připraveni.
- Při sestavování rozvrhu, zvláště na druhém stupni, je obtížné a někdy nemožné vyhovět všem pedagogicko-psychologickým požadavkům.
- Bohužel se stále setkáváme s ničením školního majetku, s nevhodným používáním hygienických potřeb.
- Některým žáků chybí elementární sebekontrola, kde odhodit papírek, slupku s ovoce nebo co s nedojedenou svačinou.

Zdravá výživa

Správné stravovací návyky jsou jedním z hlavních činitelů, který ovlivňuje dlouhodobé zdraví.

Podařilo se:

- Škola má vlastní dobře fungující jídelnu, která se snaží vařit zdravě.

- Školní jídelna byla vybavena novými konvektomaty, novým kotlem, novými ohřívacími lázněmi a dalšími nástroji a spotřebiči. Většina pracovních stolů a dřezů je zhotovena z nerezového plechu.
- Školní jídelna byla rekonstruována podle nových hygienických norem.
- Ke zvýšení kvality stravování nesporně přispěl i nový elektronický objednávkový systém, kde mají všichni možnost vybrat si 3 x týdně ze dvou jídel.
- Rozšířila se nabídka ovoce a zeleniny ve školní jídelně.
- Žáci mají možnost si ve školní jídelně objednat svačinky včetně pitného režimu.
- K zajištění pitného režimu slouží i školní bufet .
- Všichni žáci mají možnost odebírat školní mléko.
- Ve vyučování jsou žáci vedeni ke zdravé výživě a k osobní hygieně, převážně v předmětech rodinná výchova, občanská výchova přírodopis, prvouka a vedení domácnosti.

O co dále usilujeme:

- Působit na majitele školního bufetu na razantní rozšíření a pestrost sortimentu.
- Důsledněji propagovat zásady zdravé výživy a ovlivňovat rodiče ke změnám stravovacích návyků dětí. Využít i školních nástěnek.
- Rozšířit možnost volby oběda na celý týden.
- Využívat ve skladbě jídelníčku i netradičních surovin.
- Dbát důsledněji na věkový rozdíl žáků při výdeji stravy.(množství)
- Do jídelníčku častěji zařazovat zeleninové saláty.
- Na chodbě instalovat studánky s pramenitou vodou.
- Rekonstruovat klimatizační systém ve školní kuchyni a jídelně.

Problémy:

- Někteří žáci přicházejí do školy bez snídaně a prvním jídlem bývá svačina a stále častěji až oběd.

- Někteří žáci mají špatné stravovací návyky, jsou v jídle vybíraví a snědí jen to co jim chutná.
- Často se projevuje i nevhodné zacházení s ovocem a zeleninou, které jsou podávány jako doplněk hlavního jídla.

Pohybové aktivity

Chuť do pohybu a pohybových aktivit je jednou ze základních potřeb zdravého dítěte.

Podářilo se:

- Ve škole jsou dvě dobře vybavené tělocvičny a školní hřiště, což umožňuje při výuce TV mít dostatečný prostor i dostatečné vybavení sportovními potřebami.
- Do vyučování, zejména na prvním stupni, jsou zařazovány tělovýchovné a relaxační chvílky.
- Na škole pracuje několik sportovních zájmových kroužků. Žák každého ročníku má možnost navštěvovat nějaký sportovní kroužek.
- Škola se každoročně účastní mnoha sportovních soutěží a olympiád. V tomto odvětví patříme mezi nejlepší ve městě a na prvních místech se umísťujeme i vyšších kolech těchto soutěží.
- Nabídka sportovních aktivit pro žáky se objevuje i ve volitelných předmětech.
- Sportovní aktivity organizuje i žákovská rada ve spolupráci se Sdružením rodičů školy.

O co dále usilujeme:

- Aby bylo samozřejmostí zařazování tělovýchovných a relaxačních chviliek i ve vyučovacích hodinách na druhém stupni.
- O zefektivnění některých hodin TV zvláště na 1. stupni.
- Stále jsou rezervy ve využití celého areálu školního hřiště i pro zájmové sportovní útvary.

- Rozšířit spolupráci se sportovními oddíly města.
- Ve spolupráci s atletický oddílem rozšířit nabídku nepovinných předmětů o tělesnou výchovu se zaměřením na atletiku.
- Podporovat pravidelné sportování zaměstnanců školy a častěji organizovat společná sportovní odpoledne.

Problémy:

- Ne všichni žáci vidí v pohybu radost.
- V poslední době se setkáváme s tím, že někteří žáci se snaží vyhnout pohybu v hodinách TV.
- Máme stále rezervy v komplexním a efektivním využití celého sportovního areálu školy.

2. Zdravé učení

2.1. Smysluplnost výuky

O smysluplném učení můžeme hovořit tehdy, když děti samy cítí potřebu se dovědět něco nového, vyřešit problém, vypořádat se zážitky z běžného života.

Podářilo se:

- Všichni učitelé působící na škole mají potřebnou odbornou i pedagogickou způsobilost.
- Někteří učitelé využívají nové formy a metody práce (výukové projekty, dramatická výchova).
- Čtvrtým rokem využíváme v prvních třídách metodu genetického čtení.

- Někteří učitelé se vzdělávají v oblasti nových forem a metod práce.
- Žáci školy své vědomosti využívají i v olympiádách, kde prokazují tradičně dobré výsledky.
- Zejména výborných výsledků dosahují v MO, FO, ChO, Dopravní soutěži mladých cyklistů, v ekologických soutěžích, výtvarných a sportovních soutěžích.
- Do výuky jsou zváni odborníci z Úřadu práce, Okresní hygienické stanice, Policie České republiky.
- Celý rok spolupracujeme s Regionální knihovnou v Karviné.
- K výuce využíváme exkurzí a vycházek.
- V některých třídách si žáci s učiteli zakládají portfolia svých prací a výkonů.

O co dále usilujeme:

- Využít rezervy ve využívání informačních ve škole (knihovna, Internet, časopisy)
- Naučit se používat při vyučování postupů kooperativního učení.
- Vyzkoušet zadávání takových úkolů, v nichž jsou žáci na sobě vzájemně závislí.
- Využít potenciálu profesní odbornosti rodičů a bývalých žáků k besedám.
- Mít více na zřeteli smysluplné propojení jednotlivých předmětů.
- Dále využívat ve výuce exkurzí a vycházek, ale organizovat je více systematicky a plánovitě.
- Ve výuce stále častěji využívat metody umožňující přímou zkušenost žáků.
- Umožňovat žákům (zvláště 1. stupně) častěji osvojovat si učivo prostřednictvím dlouhodobějších tématických projektů.
- Ke schopnostem žáků přistupovat individuálně.
- Používat úlohy v nichž žáci uplatňují základní myšlenkové operace (analýzu, syntézu, indukci, dedukci)
- Každý učitel by měl mít zásobu kvalitních metod a forem

výchovně vzdělávací práce, z nichž by vybíral v dané okamžiku tu nejvhodnější ke splnění daného cíle.

- Zakládání portfolií i v dalších třídách.

Problémy:

- Mnozí z nás učitelů mají malé zkušenosti s projektovým vyučováním, skupinovou prací žáků, s kooperativním učením a týmovou prací.
- Skupinovou práci brzdí v některých třídách i vysoký počet žáků.

2.2. Možnost výběru, přiměřenost

Podařilo se:

- Žáci společně s rodiči mají možnost výběru zda, se v první třídě budou učit anglický jazyk.
- Mají možnost se učit anglický jazyk od třetí třídy.
- V tradiční třídě začínají s jazykem ve 4. ročníku a mají možnost volbu mezi německým a anglickým jazykem.
- Ve 6. ročníku tříd s rozšířenou výukou jazyků mají žáci možnost výběru druhého cizího jazyka a to francouzštinu, němčinu a ruštinu.
- Ve 7. až 9. třídách mají žáci možnost vybrat si v každém ročníku dva volitelné předměty. (obvykle 7 předmětů)
- Využíváme i možnosti zájmu o nepovinné předměty.
- Žáci mají možnost volby z více než 30 zájmových útvarů a volnočasových aktivit.
- Jednou z možností je i práce v žákovské radě.
- Učitelé mají možnost volby uspořádání učiva, volby vyučovacích metod a částečně i obsahu učiva.
- Učitelé věnují péči talentovaným žákům a připravují je na olympiády a soutěže.

- V početných třídách jsou děleny hodiny M a Čj, v prvních třídách jednu hodinu dělíme vždy.
- Ve škole je věnována péče dětem se specifickými vývojovými poruchami učení. Je využívána i reedukace.

O co dále usilujeme:

- V co největší míře respektovat při zadávání úkolů členění podle náročnosti a individuálních schopností dětí.
- Zvýšit znalosti učitelů o stylech a typech učení.
- Věnovat na druhém stupni více pozornosti a individuální pomoci žákům se specifickými poruchami učení, a to nejen v jazycích.
- Věnovat více pozornosti práci s odbornou literaturou.
- Obohatit nabídku volitelných a nepovinných předmětů o předměty esteticko-výchovné.

Problémy:

- Stále se objevují výkladové vyučovací hodiny.
- Nevyužíváme vždy možnost výběru rozšiřujícího učiva rychleji postupujícím dětem.
- Není doceněna možnost vyjádření se ze strany rodičů a dětí k výběru obsahu a forem výuky.

Prevence sociálně patologických jevů

Využívání všech prostředků k předcházení sociálně patologických jevů u našich žáků je důležitou součástí výchovně vzdělávací činnosti, která přímo ovlivňuje zdravý životní styl. Žákům je tím dávána možnost správného výběru.

Podářilo se:

- Na pracovních poradách se věnujeme problematice kázně a

prevence

- Žáci jsou systematicky informováni o nebezpečí drog, kouření, pití alkoholu, šikany.
- Je zřízena nástěnka s tematikou prevence a schránka důvěry.
- Podpořit soustavné vzdělávání metodika prevence.
- Každoročně vytváříme preventivní program školy.
- Pro žáky pravidelně organizujeme besedy týkající se prevence a rozšiřování jejich právního vědomí.
- Zúčastnili jsme se i pilotní soutěže o právním vědomí žáků.
- Žáci se úspěšně účastní i jiných soutěží se zaměřením na prevenci.
- Umožnit velkému počtu žáků trávit volný čas aktivně podle svých zájmů (zájmové kroužky).
- Pravidelně jsou zpracovávány projekty, které slouží k financování preventivních aktivit.
- Využít anonymního průzkumu mezi žáky, zaměřeného na sociálně patologické jevy.

O co dále usilujeme:

- Dále vzdělávat učitele v problematice šikany a dalších sociálně patologických jevů.
- O pozvání pana Dr. Michala Koláře na naši školu s tématem přednášky o šikaně.
- Rozšířit prevenci o peer programy.
- Rozšířit a aktualizovat srozumitelný způsob postupu řešení krizových situací na škole, jako jsou drogy, včetně podezření na požívání, distribuce na škole a šikana.
- Systematicky využívat anketního šetření mezi žáky naší školy.
- Vybírat si ty nejlepší a vhodné besedy o problémech sociálně patologických jevů.
- Sjednotit a zavést přehlednou evidenci závadových jevů na naší škole.

Problémy:

- Škola nemá, ani do školy nedochází školní psycholog.
- Poměrně malá možnost relaxace žáků i učitelů o přestávkách.
- Chybí koutky, ve kterých by byly stolní hry, knihy a časopisy.
- Ne všichni si uvědomujeme plnou šíři a složitost problému sociálně patologických jevů.
- Setkáváme se někdy ze strany rodičů s názorem, že je to problém doby a prevence je hlavně na straně školy.

Zájmové kroužky a ostatní volnočasové aktivity

Naším cílem je nabízet žákům trávení volného času smysluplně podle jejich zájmů prostřednictvím nabízených aktivit.

Podařilo se:

- Nabízet dětem nejrůznější kroužky sportovní, hudební (flétna, kytara, zpěv), výtvarně keramické, šachový, výpočetní techniky.
- Dále na škole pracuje rozhlasový a redakční kroužek, který vydává školní časopis.
- Velice dobře pracuje ekologický kroužek, jehož někteří zástupci školu reprezentovali i v zahraničí.
- Žáci mají možnost využívat Internet.
- Žákovská rada organizuje každý měsíc nějakou sportovní nebo uměleckou soutěž.
- Na škole rozvíjí činnost sportovní oddíly házené, atletiky, tenisu, bojových umění, kopané, sportovního rybářství. V těchto oddílech aktivně pracují i žáci naší školy.
- Ve spolupráci se Sdružením rodičů školy organizujeme akce, jako mikulášské bruslení, drakiádu, plave celá škola, dětský den na škole, školní karneval, diskotéku aj.
- Na škole pořádáme soutěž okresního kola v konverzaci v Aj, Archimediádě, pro školy města sportovní soutěže v košíkové a míčovém sedmiboji.

- Hudební kroužky každý rok prezentují svou práci na koncertě nazvaném „Koncert nejen pro rodiče“.

O co dále usilujeme:

- Průběžnou agitací mezi rodiči získávat vedoucí kroužků z jejich řad.
- Vytvořit podmínky, aby část nákladů na některé kroužky platili rodiče.
- Stále získávat peníze na financování kroužků z projektů Fondu volného času a z dalších grantů.
- Více prezentovat výsledky své práce na školních výstavkách a to hlavně keramických kroužků.
- Znovu obnovit činnost dramatického kroužku.

Problémy:

- O některé aktivity je velký zájem a nemůžeme z kapacitních důvodů všechny uspokojit.
- Kroužky začínají většinou po ukončení školy, případně některé před vyučováním.
- Je stále těžší získávat prostředky na financování těchto aktivit.

2.3. Spoluúčast a spolupráce

Témata spoluúčasti a spolupráce nejsou vždy chápána v plném rozsahu, ale právě škola podporující zdraví jejich umožněním dává najevo, že respektuje a uznává všechny, kdo v ní žijí pracují a přicházejí do ní.

Podařilo se:

- V některých předmětech je uplatňována skupinová práce.
- Uspořádání některých tříd umožňuje spolupráci a komunikaci žáků mezi sebou a učitelem.

- Základním kamenem činnosti žákovské rady je právě spolupráce navzájem mezi sebou, s učiteli, vedením školy a Sdružením rodičů.
- Na spolupráci je založena i činnost hudebních, ekologických, aj. kroužků.

O co dále usilujeme:

- Rozvíjet týmovou spolupráci mezi učiteli při řešení úkolů a problémů. Zde máme ještě značné rezervy.
- Vyzkoušet častěji skupinové a kooperativní učení ve více třídách a předmětech.
- Vyzkoušet uspořádání i ostatních tříd, zvláště v nižších ročnících tak, aby umožňovalo vzájemnou spolupráci při řešení úkolů a problémů.
- Ve větší míře využívat diskuse a kladení otázek ze strany žáků a přímého poznání ve vyučování. Nepředávat jen nezpochybnitelné informace.

Problémy:

- Při organizaci vyučování nevyužíváme vždy dostatečně komunikaci a spolupráci dětí za podpory učitele, mnohdy se jedná o klasické frontální vyučování.
- Máme rezervy ve využívání stávajícího dostupného vybavení (encyklopedie, odborné knihy, výukové programy, Internet, didaktická technika, ale i učebnice).
- Nemáme všichni dostatek zkušeností a znalostí zejména z oblasti kooperativního učení.
- Ve třídách chybí vybavení ke změnám a skupinové práci.

2.4. Motivující hodnocení

Škola by měla při hodnocení brát v úvahu především pokroky a možnosti dítěte a zajistit dostatek uznání všem dětem, ale i všem

pracovníkům.

Podářilo se:

- Někteří učitelé dávají žákům možnost napravit neúspěch nebo nepříznivé hodnocení.
- Žáci jsou oceňováni za reprezentaci školy, přípravu školních akcí, práci pro kolektiv i za výborné výsledky školní práce.
- V případě souhlasu rodičů využíváme širšího slovního hodnocení žáků se specifickými poruchami učení.
- V některých třídách využívat hodnocení vývoje žáka portfolií.
- K hodnocení naší práce využíváme profesionálně připravené testy Kalibro.
- K hodnocení práce školy využíváme i ankety žáků 9. ročníku v posledním dnech školního roku.

O co dále usilujeme:

- Realistickým, srozumitelným a povzbuzujícím způsobem hodnotit práci žáků, aby byli hodnocením motivováni k dosažení svých osobních cílů.
- Zvážit možnost slovního hodnocení na prvním stupni ve výchovných předmětech.
- K stávajícímu hodnocení v nižších ročnících využít i slovního hodnocení v deníčku nebo formou dopisu.

Problémy:

- Chybí nám nové poznatky z oblasti evaluace a motivace.
- Ne všichni věnujeme pozornost tomu, že každý žák potřebuje zažít úspěch a uznání.
- Někdy nedokážeme kladně ocenit individuální pokrok žáka.
- Setkáváme se u žáků s nezájmem „o všechno“ - o výuku a školu

vůbec.

- Ne vždy jsou žáci chráněni před posměchem spolužáků.
- Chybí ucelená vnitřní směrnice pro hodnocení a klasifikaci žáků.

3. Otevřené partnerství

3.1. Škola jako demokratické společenství

Škola by měla být institucí založenou na demokratických principech, kterými jsou zejména : svoboda a odpovědnost, uznávání pravidel a spravedlnost.

Podařilo se:

- Většina tříd má svoji samosprávu, popřípadě alespoň žáky pověřené výkonem určité funkce.
- Ve škole pracuje žákovská rada, která se podílí na životě školy.
- Jsou jednoznačně dána práva a povinnosti žáků učitelů a rodičů.
- Vedení školy podporuje využití nových přístupů k výuce a netradiční formy práce učitelů.
- Rodiče se mohou zúčastnit vyučování.
- Rodiče získávají informace o činnosti školy prostřednictvím školního časopisu, internetových stránek školy a na pravidelných schůzkách.

O co dále usilujeme:

- K evaluaci školy více využívat dotazníků a anket pro rodiče, žáky i zaměstnance.
- Naučit se přijímat žáky, jako rovnocenné partnery v cestě za vytýčeným cílem.
- Aby v první řadě členové žákovské rady uměli jednat, vyjadřovat své názory, zaujímat postoje k různým problémům a navrhnout

jejich řešení a přijímat odpovědnost za dílčí úkoly.

- Aby vedoucí metodických sdružení více participovali na vedení a řízení školy.
- Stéle optimalizovat pracovní podmínky učitelů i ostatních zaměstnanců
- K neformálním vztahům s rodiči více využít vzájemné sportovní zápasy, školní plesy, karneval, dětský den na školním hřišti aj.

Problémy:

- Část žáků si pojem demokratický přístup ve škole představuje, že mohou dělat vše bez dodržování vnitřních pravidel.
- Někteří žáci necítí osobní odpovědnost za své skutky.
- Ne vždy se daří řešit pedagogům problémy a úkoly ve větším týmu. Často spolupráce končí ve dvojici nebo úkol vyřeší jedinec.
- Rodiče málo využívají možnosti účastnit se vyučování.
- Někteří z nás učitelů považují přítomnost rodiče ve vyučování za zbytečnou a rodiče neberou jako partnera ve výchovném procesu.
- Setkáváme se někdy i s rodiči silně nekritickými k chování a výkonům svých dětí.

3.2. Škola – kulturní a vzdělávací středisko obce.

Škola usiluje o to, aby se v zájmu a udržení demokratického charakteru zpřístupnila veřejnosti, obci, jejím organizacím a tím se stala přirozeným kulturním a vzdělávacím střediskem obce.

Podářilo se:

- Vybudovali jsme víceúčelový sportovní areál, který je přístupný veřejnosti.
- Naše dvě tělocvičny jsou denně využívány v odpoledních hodinách veřejností, sportovními oddíly, podniky města a ostatními institucemi.
- Uspořádat kulturní program pro rodiče i veřejnost u příležitosti

20 let školy.

- Pořádali jsme výukové kurzy v práci na počítači pro ředitelky mateřských škol ve městě.
- Nabízíme výukové kurzy anglického jazyka, keramiky, práci na počítači pro rodiče.
- Na škole se uskutečňují metodické semináře pro učitele ostatních škol.
- V rámci výuky navštěvujeme knihovny, městskou galerii, kulturní představení.
- Některé naše aktivity zaštiťuje Obecně prospěšná společnost Karviná 2000.
- Spolupracujeme s PPP při diagnostice a nápravě poruch učení žáků, při výběrovém řízení do tříd s rozšířenou výukou cizích jazyků. Dále spolupracujeme na tvorbě preventivního programu a na dalším vzdělávání pedagogů.
- Rozvinout dobré vzájemné vztahy s okolními mateřskými školami.

O co dále usilujeme:

- Na akce školy zvat častěji představitele města.
- Rozvíjet spolupráci s partnerskou školou v Polské republice.
- Stále rozvíjet komunitní charakter školy.
- Získat akreditaci na některé vzdělávací programy.
- Více o škole publikovat v místním i regionálním tisku.
- Obnovit činnost divadelního kroužku a vystupovat pro veřejnost a ostatní školy.
- Efektivně zaměstnat správce sportovního areálu.
- Udržet a rozšířit nabídku výukových kurzů pro veřejnost.

Problémy:

- Při využívání sportovního areálu často dochází k vandalským projevům.
- Nedaří se vždy z hlediska ekonomiky naplnit výukové kurzy pro rodiče.
- Málo publikujeme v místním, ale i odborném tisku.
- Máme rezervy v účasti pedagogů na akcích školy pořádaných ve spolupráci s rodiči.