

SLOVENSKE ZDRAVE ŠOLE V LETU 2005/2006

V Slovensko mrežo Zdravih šol je v šolskem letu 2005/2006 bilo povezanih 100 osnovnih šol, 24 srednjih šol, 5 dijaških domov, ter Zavod za gluhe in naglušne Ljubljana. Vključevala je torej 130 vzgojno izobraževalnih ustanov.

Med njimi so vodje timov z 68 šol (66,1%) izpolnile preglednice za načrtovanje in evalvacijo svojih dejavnosti v okviru tega mednarodnega projekta. Iz njihovih poročil je nastala enotna podatkovna baza za nadaljnjo analizo, iz katere je izključenih pet šol, s katerih so avtorji poročila namesto v enotni tabelarični obliki sestavili opisno in ne obsegajo popolnih podatkov. Vodje šolskih timov naj bi načeloma poročale dvakrat letno: v prvem učnem obdobju (ki traja od septembra do konca decembra) nato pa še v drugem (ki se prične januarja in se zaključi junija). Ker pa je veliko dejavnosti namenjenih promociji zdravja v šolskem okolju potekalo čez vse šolsko leto, so na večjem številu šol poročila nastajala samo enkrat - za prvo in drugo polletje skupaj.

ANALIZA

obsega načrtovanje in evalvacijo.

1. V zvezi z načrtovanjem smo želeli najti odgovore na naslednja vprašanja:

- katerim vsebinam so se Zdrave šole najbolj posvetile?
- katerim ciljem so dale poudarek?
- kateri ciljni populaciji so bile posamezne dejavnosti namenjene?
- kdo so bili izvajalci posameznih nalog, akcij, projektov?
- kako dolgo so naloge trajale?
- katere metode so izvajalci pri svojem delu uporabili?

2. Na osnovi evalvacije smo ugotavljali, ali so rezultati načrtovanih nalog bili v skladu z zastavljenimi cilji. Za oceno uspešnosti so poročevalci s samoevalvacijo vsaki dejavnosti ob njenem zaključku prisodili oceno (uspešno, delno uspešno, neuspešno, neizpeljano). Za vsako nalogo so posredovali tudi podatek ali se je že zaključila ali se bo še nadaljevala, oziroma so jo izvajalci opustili, jo nameravajo dopolniti ali pa so se odločili pridobljeno znanje in izkušnje v prihodnje uporabiti za kakšno drugo podobno nalogo.

OBDELAVA PODATKOV

Podatke zbrane v ročno izpolnjenih tabelarnih preglednicah je bilo potrebno najprej kodirati in jih s pomočjo programa Microsoft Access 2000 nato sestaviti elektronsko bazo, na koncu pa prenesti v program SPSS 11.0 za Windows in jih v njem statistično obdelati.

REZULTATI Z INTERPRETACIJO

1. NAČRTOVANJE

1.1. Vsebina nalog

Da lahko dejavnostim Zdravih šol primerjalno sledimo neprekinjeno, njihove vsebinske kategorije ostajajo nespremenjene, že od kar smo pričeli vrednotiti projekt, pri čemer tudi v šolskem letu 2005/2006 ni nikakršnih odstopanj.

V tem učnem obdobju je bila ena sama šola prizorišče kar 19 dejavnosti namenjenih promociji zdravja, na dveh šolah pa sta potekala le dva tovrstna dogodka. V povprečju je torej vsaka šola izvedla 8 do 9 nalog (8,6). Včasih so poročevalci vsebinsko enotne naloge prikazali kot več samostojnih dejavnosti in smo jih zato združili (npr. predavanje z naslovom Odrekanje in napor, seminar o tem, Kako se pogovarjati z otrokom ter naravoslovni dan za učence o razvijanju samospoštovanja smo uvrstili skupaj kot nalogo s področja duševnega zdravja).

Skupaj je 68 osnovnih, srednjih šol ter šol s prilagojenim programom in dijaških domov na šolskem koledarju 2005/2006 v okviru projekta Zdrave šole zabeležilo 737 izvedenih projektov, nalog ali akcij.

Kot uvod v samo vsebinsko analizo je potrebno opisati, kaj vključujejo posamezna vsebinska področja.

- Pomemben element za vsakega celostno zdravega človeka je njegovo **duševno zdravje**. V Zdravih šolah so na tem vsebinskem področju izvajali projekta Različnost nas bogati in Z roko v roki, učenci so spoznavali, da so na pragu svoje samostojnosti, njihovi starši so bili, na primer, deležni predavanj o vzgoji in razvjenosti otrok, pedagoški in svetovalni delavci šole pa so na delavnicah osvajali veščine kvalitetne komunikacije in bili deležni predavanja Med optimizmom in pesimizmom. Razen tega so šolski strokovnjaki z anketnimi vprašalniki skušali med svojimi učenci in dijaki ugotavljati tudi razširjenost nasilja in nagnjenosti k samomorilnosti ter motenj hranjenja.
- Za polno življenje otroci in mladostniki potrebujejo kvalitetno preživeti **prosti čas**, zato veliko projektov, nalog in akcij sega v čas po pouku ali dneve med počitnicami. Taka sta projekta Pravljične ure in Berimo skupaj, ki spodbujata navdušenje do knjig, pa projekt Domače živali bogatijo prosti čas, na podlagi katerega se otroci učijo skrbeti za svoje hišne ljubljence. Skupaj s svojimi mamami in očetmi ter dedki in babicami so otroci ustvarjali tudi družinsko fotoreportažo o treh generacijah. Učili so se tudi likovnega mišljenja, razvijali ročne spretnosti in si pogosto privoščili uživanje ob obisku lutkovne predstave, drame ali kakšnega drugega kulturnega dogodka.
- Da so upoštevali starogrški pregovor »Zdrav duh v zdravem telesu«, so učno leto 2005/06 vsi v Zdravih šolah dodobra izkoristili za **telesno dejavnost**: planinske pohode, športne taborne, vaje za sproščanje in boljšo koncentracijo med poukom, deloval je fit klub, učenci in dijaki so osvajali plesne korake, učitelji pa so se odpravili na zimski športni dan.
- Za dobro fizično počutje je seveda pomembna **zdrava prehrana**. S tem namenom so se na Zdravih šolah učenci in dijaki navajali jesti več polnozrnatega kruha, praznovali rojstne dneve ob sadju ter se učili o alternativnih načinih prehranjevanja in v šolskem

skalnjaku gojili zdravilna zelišča. Šolski jedilnik sta osvežila tudi solatni bar in nesladkan čaj.

- **Popestritev pouka** je za zidove šole prinesel na primer, Projekt več jezikov znaš – več veljaš, pa zvoki, ki so jih iz svojih glasbil izvabili učenci in učitelji šolskega glasbenega orkestra. Da bi bili bolj varni v primeru naravnih nesreč, so se učili, kako pravilno ravnati v primeru potresa.
- Na Zdravih šolah so obeležili mesec boja **proti zasvojenosti**, dva od izvedenih projektov, s katerimi so učence skušali podučiti, kako se izogniti pastem raznih odvisnosti sta bila Žuram s prijatelji – ne z drogo in Žoga je najboljša droga. Seveda so na Zdravih šolah učitelji in njihovi zunanji sodelavci iz zdravstvenih ustanov skrbeli tudi za **zdravje zob** šolskih otrok in mladine, postavili pa so tudi Zeleno stražo in si še z drugimi ekološkimi programi prizadevali za **urejeno in čisto učno okolje**.

Zgoraj smo omenili le nekatere vsebinske sklope in za predstavo o dejavnosti Zdravih šol. Ker pa je promocija zdravja v šolskem okolju kompleksna, je na tem mestu žal nemogoče opisati vse zanimive projekte, ki jih komunikatorji zdravega načina življenja namenjajo učencem in dijakom.

Že v preteklih šolskih letih je bil odstotek dejavnosti posvečen duševnemu zdravju zelo visok, v šolskem letu 2005/2006 pa so vsebine s področja duševnega zdravja tako kot v predhodnem učnem letu, spet najmočneje zastopane (13,7%). V Zdravih šolah je namreč stalno prisotno zavedanje o tem, kako pomembna sta prijazna komunikacija in dobro razpoloženje v življenju otroka in mladostnika tako v šolskih klopeh, kot doma.

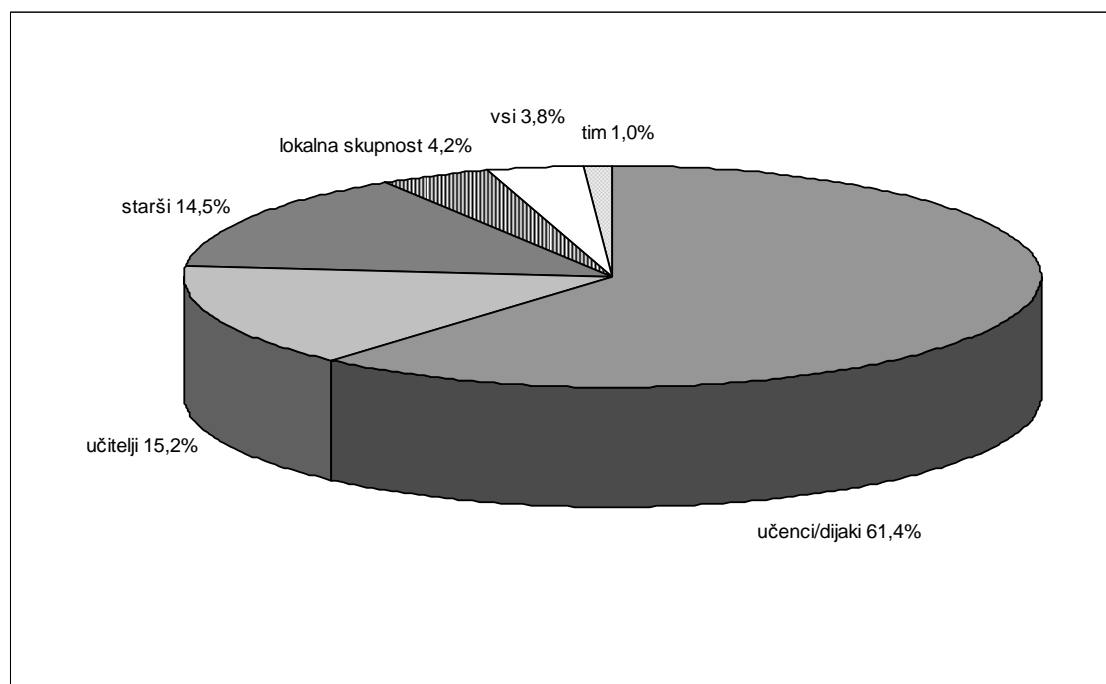
1.2. Cilji Zdravih šol

Kateri so bili cilji, ki so jim v šolskem letu 2005/2006 Zdrave šole najpogosteje sledile? Najbolj so učitelji učence spodbujali k različnim dejavnostim (17,9%), skupaj s starši so šolski delavci aktivno podpirali tudi njihovo samopodobo (15,5%). Veliko je bilo skrbi za vsestranski razvoj dobrih medosebnih odnosov med učitelji in učenci ter med prvimi in med slednjimi (13,4%), pa tudi za razvoj dobrih povezav med šolo, domom in lokalno skupnostjo, v kateri učenci in dijaki živijo (10,2%). Veliko truda pa je bilo nenazadnje vložene tudi zato, da bi socialni cilji šole postali jasni učiteljem, učencem in njihovim staršem (10%).

1.3. Ciljna populacija

Ne glede na to, ali je šlo za osnovno ali za srednjo šolo, je bilo v šolskem letu 2005/2006 največ dejavnosti namenjenih učencem oziroma dijakom (61,4%), pa tudi njihovim učiteljem (15,2%) in staršem (14,5%).

Tabela: Ciljna populacija v šolskem letu 2005/2006



Številne dejavnosti so bile namenjene več ciljnim populacijam hkrati. Analiza posameznih ciljnih skupin pokaže, da so naloge s področja kvalitetne izrabe prostega časa, telesne dejavnosti in popestritve pouka izvajalci pripravili za vse ciljne skupine. Deležni so jih bili torej tako učenci, kot njihovi učitelji in starši, pa tudi celotna lokalna skupnost. Slednji za razliko od ostalih treh niso bili namenjeni projekti, naloge in akcije s področja zdrave prehrane, duševnega zdravja in zasvojenosti.

Tabela: najpomembnejše vsebine po posameznih ciljnih skupinah za šolsko leto 2005/2006

Rang	Učenci / dijaki	Učitelji	Starši	Lokalna skupnost
1	Duševno zdravje	Duševno zdravje	Duševno zdravje	Svetovni dnevi
2	Prosti čas	Prosti čas	Prosti čas	Družbeno koristno delo Širitev idej*
3	Zdrava prehrana	Telesna dejavnost	Popestritev pouka	Prosti čas
4	Popestritev pouka	Popestritev pouka	Širitev idej	Popestritev pouka
5	Telesna dejavnost	Svetovni dnevi	Zasvojenost	Ekologija

*Vsebine imajo enak rang

Med nalogami s področja duševnega zdravja za učence in dijake lahko omenimo Veverička posebne sorte, projekt Bodi moj prijatelj, pa merjenje razredne klime in vizualno komunikacijo v razredu, ki v številnih šolah poteka že več let, mesec dopisovanja ter program Vrstniška mediacija.

Tako učitelji kot starši so otroke in mlade spodbujali, naj čim bolj aktivno in ustvarjalno preživljajo prosti čas in naj kar najmanj ur namenijo sedenju pred televizijskim ali računalniškim ekranom. Temu je bil, na primer, namenjen projekt Adijo dolgčas!

Ker je na Zdravih šolah prisotno zavedanje o tem, kako pomembno je gibanje, so marsikje nastali oddelki s povečanim številom ur športne vzgoje, uvedli pa so tudi projekte Gibalko,

rekreativne odmore in razne druge načine za boljše sproščanje ter koncentracijo med poukom. Učenci se, na primer, zabavajo med šaljivimi športnimi igrami ali sladkajo na pohodu za krof, učitelji pa svojo telesno pripravljenost preizkušajo na zimskih športnih dnevih, urah aerobike, joge... Glede zdrave prehrane je brez dvoma že dolgo časa najbolj priljubljen in razširjen projekt Jabolko v šoli. Na številnih šolah so otroci spoznali, kako pomembno je pred celodnevni dejavnostmi pojesti zajtrk, kosila pa so boljša zato, ker lahko izbirajo med dvema menijema, ponekod pa kuharice pripravijo celo dietne jedi iz moke brez glutena.

Pouk so učitelji učencem in dijakom popestrili s številnimi zanimivostmi (odpravili so se na dan odprtih vrat transfuziološkega oddelka, ogledali so si dejavnosti in razstavo ob dnevu odprtih vrat slovenske vojske ter bivali v vojaškem taboru, spoznavali so pridelavo hrane na ekološki kmetiji).

V šolah so svoj prostor za druženje na kostanjevem pikniku ali osvajanje novega znanja na tečaju računalništva našli tudi starši. Ali pa so prijazno sodelovali pri zbiranju starega papirja, organizaciji naravoslovnih dni, pohodov in tekmovanj, učencem popestrili pouk s tem, da so jim predstavili svoje poklice ... Na številnih šolah so se tako neformalno vključili v različne razredne projekte.

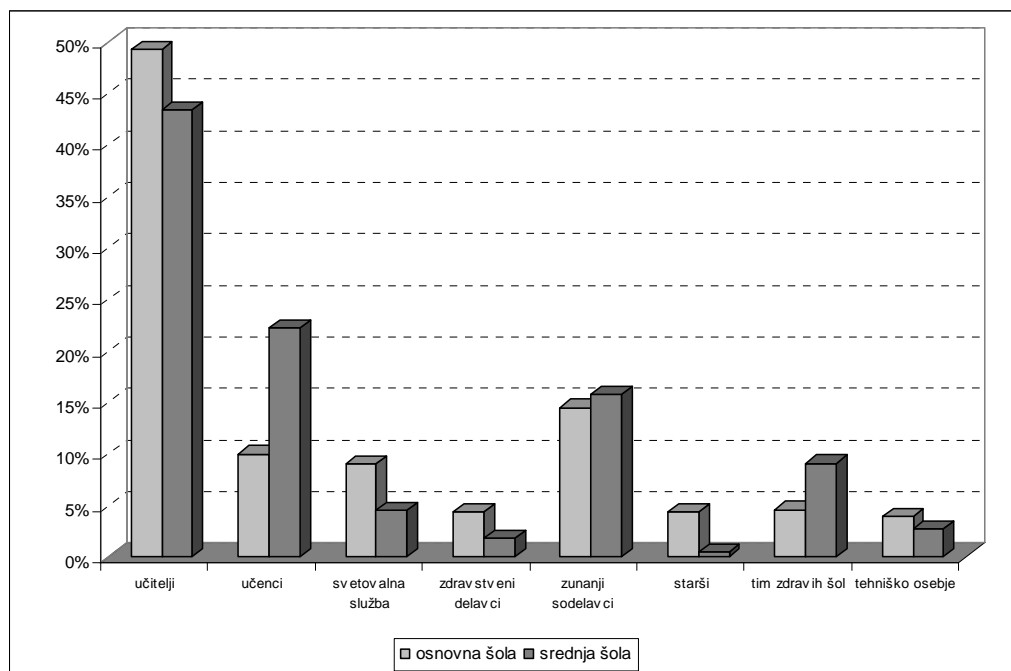
Nemalokrat so šole pri pomoči otrokom iz socialno ogroženih družin, pozornosti do starejših občanov in ostalemu prostovoljnemu delu, postavitvi zapornice na železniški progi v bližini šole in skrbi za varnost v prometu ali pa organizaciji večjega športnega dogodka, ki je zaznamoval celoten kraj, aktivno podprle lokalne skupnosti.

1.4. Izvajalci

Skoraj polovico (48,2%) vseh nalog v šolskem letu 2005/2006 so izvedli učitelji, ostalo polovico pa njihovi zunanji izvajalci (14,8%), učenci in dijaki sami (12,2%), šolska svetovalna služba (8,2%), šolski timi Zdravih šol ((5,4%), zdravstvena služba (3,9%), tehniško osebje šol (3,7%), dejavni izvajalci pa so bili tudi starši (3,6%).

Starši osnovnošolskih otrok so bili bolj sodelujoči kot starši srednješolcev, saj so prvi izvedli 4,4% nalog, drugi pa le 0,5%. V osnovnih šolah je bolj dejavna še svetovalna služba, saj je izvedla 9% nalog, v srednjih šolah pa 4,5%. Večja pa je tudi povezanost z zdravstvenimi delavci, saj so ti izvedli 4,8% za osnovnošolce, za srednješolce pa le 1,8%. Nasprotno srednješolci dajejo številne pobude, saj so sami izvedli kar 22,2% nalog, osnovnošolci pa le 10%. Tudi šolski timi v srednjih šolah delujejo bolj povezano, saj so skupaj izvedli 9,1% nalog, v osnovnih šolah pa le 4,6%.

Tabela: Izvajalci v šolskem letu 2005/2006



Učitelji so najpogosteje izvajali teme s področja duševnega zdravja, telesne dejavnosti in prostega časa. Učenci so se kot izvajalci najpogosteje udeležili popestritev pouka, družbeno koristnega dela ali prostočasnih dejavnosti. Zunanji sodelavci in svetovalna služba so največkrat skrbeli za duševno zdravje otrok in mladih ter njihovih staršev ali učiteljev, vlogo izvajalcev pa so prevzeli tudi zaradi obravnave problematike zasvojenosti ter prizadevanja za kvalitetno preživeti prosti čas.

Najpogostejše vsebine po posameznih izvajalcih

Rang	Učitelji	Učenci	Zunanji sodelavci	Svetovalna služba
1	Duševno zdravje	Popestritev pouka	Duševno zdravje	Duševno zdravje
2	Telesna dejavnost, Prosti čas*	Družbeno koristno delo	Zasvojenost	Zasvojenost
3	Zdrava prehrana	Prosti čas	Prosti čas	Prosti čas
4	Popestritev pouka	Izboljšanje delovnega okolja	Telesna dejavnost, Popestritev pouka	Nasilje, Popestritev pouka, Družbeno koristno delo
5	Zdravstvena vzgoja	Zdrava prehrana, Telesna dejavnost, Svetovni dnevi*	Nasilje	Metode učenja

1.5. trajanje nalog

53,5% vseh nalog izvedenih v Zdravih šolah tekom šolskega leta 2005/2006 je bila celoletnih, 16,3% jih je potekala od enega do treh mesecev, 15,5% pa je bilo en do tri dnevnih akcij.

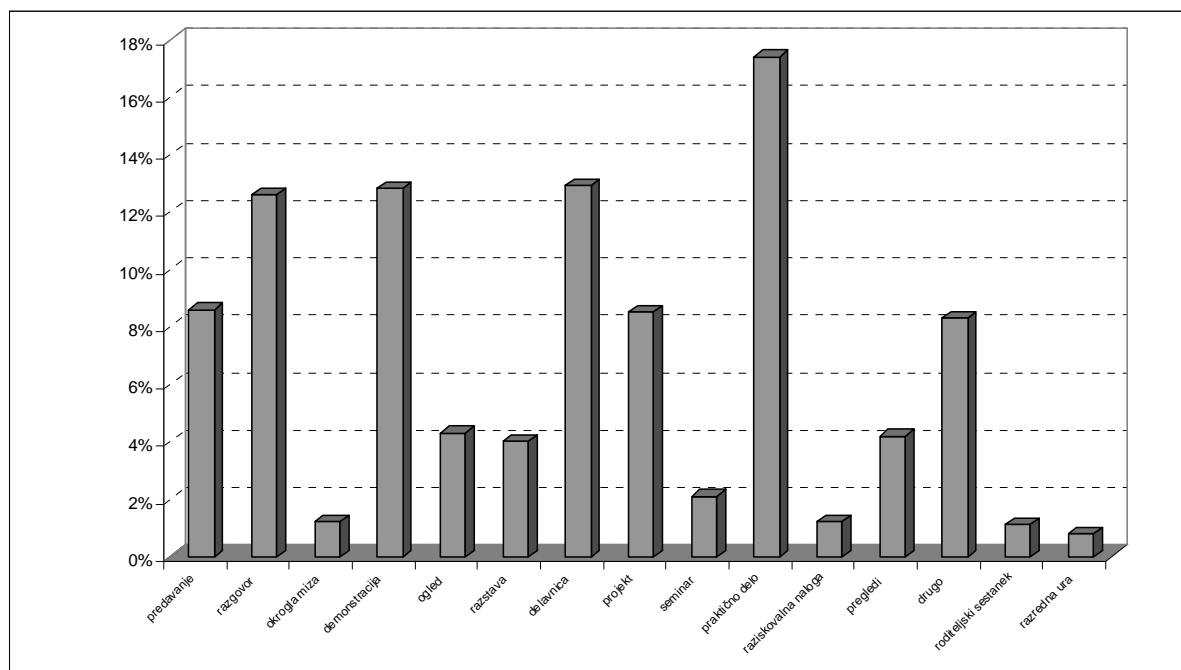
Celoletnih je bilo kar 81,8% programov namenjenih promociji zdrave prehrane, 70,1% vse telesne dejavnosti, 60,8% nalog s področja duševnega zdravja in izboljšav delovnega okolja, 57,9% vseh dogodkov, katerih namen je bil doseči bolj zdrav življenjski slog, 56,9% vseh

prostočasnih dejavnosti in 55,5% ekoloških projektov. Tipične akcije krajšega diha, ki so trajale največ nekaj dni, so bila predavanja s področja varne spolnosti in zaščite ter obeležitev 1. decembra - svetovnega dne AIDS-a.

1.6. Metode in oblike dela

V šolskem letu 2005/2006 so se vsi izvajalci nalog tako kot že v prejšnjih šolskih letih posluževali praktičnega dela (17,4%), delavnic (12,9%), demonstracij (12,8%), individualnih ter skupinskih razgovorov (12,6%), predavanj (8,6%) in projektnega dela (8,5%).

Tabela: Metode in oblike dela



Slednja metoda je pogosta zaradi vedno večjega števila celoletnih dejavnosti, ki so dozorele v ustaljene šolske programe.

Tabela: Najpogostejše vsebine glede na posamezne metode dela

Rang	Praktično delo	Delavnica	Demonstracija	Razgovor
1	Telesna dejavnost	Duševno zdravje	Telesna dejavnost	Duševno zdravje
2	Nasilje	Prosti čas	Zobozdravstvena vzgoja	Prosti čas
3	Prosti čas	Popestritev pouka	Zdrava prehrana	Zobozdravstvena vzgoja
4	Zdravstvena vzgoja, Učne metode, Popestritev pouka*	Nasilje	Duševno zdravje	Nasilje
5		Zasvojenost	Prosti čas	Zdrava prehrana, Zasvojenost*

Vsebine imajo enak rang*

2. EVALVACIJA

S procesno evalvacijo nalog ovrednotimo uspešnost obstoječih programov v šolskem okolju, ter ugotavljamo najprej ali so zastavljeni cilji primerni in potem, v kakšni meri so bili doseženi.

2.1. Ocena uspešnosti izvedenih nalog

Vodje šolskih timov naj bi vse izvedene naloge dvakrat v šolskem letu samoevalvirali. 104 ali 14,1% od 737 nalog, kolikor jih je bilo v obdobju 2005/2006 na Zdravih šolah izvedenih, vodje šolskih timov ob poročanju niso prisodile nobene ocene. Med ocenjenimi programi, projekti in akcijami je bilo 78,4% uspešno zaključenih (prejeli so oceno 4 ali 5), delno uspešnih 5,7% (ocenjeni s 3), neuspešnih 0,7% (z oceno 2 ali 1). 1,1% ocenjenih nalog sploh ni bilo izpeljanih do konca, največkrat zaradi odsotnosti šolskega delavca ali pomanjkanja finančnih sredstev za plačilo zunanjega izvajalca.

2.2. Usmeritve za naprej

Za enako število nalog, ki niso prejele ocene, se v evalvacijskem poročilu vodje šolskih timov tudi niso opredelile, kako in če sploh bo potekala njihova nadaljnja izvedba. 65,5% ostalih nalog izvedenih v šolskem letu 2005/2006 nameravajo nadaljevati oziroma ponoviti v prihodnjem šolskem letu, 17,6% jih bodo dopolnili ali nekoliko spremenili, 7,9% jih je takih, da bodo znanje in izkušnje pridobljene med njihovim izvajanjem uporabili za podobne dejavnosti. 6,2% akcij, projektov ali programov pa je že zaključenih.