

Ž i a d o s ť
o pridelenie finančných prostriedkov na rozvojový projekt

ZDRAVIE A BEZPEČNOSŤ V ŠKOLÁCH 2016

1. Názov projektu: Miluj svoj život

2. Predkladateľ projektu – žiadateľ (zriaďovateľ):

| | |
|---------------------|--|
| Názov zriaďovateľa: | Okresný úrad Banská Bystrica |
| Mesto/obec: | Banská Bystrica |
| Okres: | Banská Bystrica |
| Ulica: | Námestie L. Štúra 1 |
| PSČ: | 974 05 |
| Telefón: | 048 43 06 600 |
| E-mail: | skolstvo.bb@minv.sk |

3. Realizátor projektu:

| | |
|------------------------------|---|
| Názov školy: | Špeciálna základná škola internátna, Bentlakásos Speciális Alapiskola |
| Presná adresa: | Viničná 12 8601 Filákov |
| Meno zodpovednej osoby: | Mgr. Dušan Sekereš |
| Pracovné zaradenie, funkcia: | riaditeľ školy |
| Telefón: | 047 43 81 771 |
| E-mail: | zszi.filakovo@gmail.com , dusan.sekeres@gmail.com |

4. Cieľ projektu:

- Rozšíriť kompetencie žiakov vo vzdelávacích oblastiach Zdravie a pohyb, Príroda a spoločnosť, Človek a príroda, Matematika a práca s informáciami, Jazyk a komunikácia prostredníctvom aktivít zameraných na formovanie vzťahu žiakov k zdravému životnému štýlu.
- Naučiť žiakov niest' zodpovednosť za svoje zdravie, aktívne ho chrániť a upevňovať, chrániť životné prostredie. Prostredníctvom pravidelného cvičenia a nordic walkingu – severskej chôdze podporovať a sústavne rozvíjať záujem žiakov o pohybovú aktivitu, rozvíjať ich telesnú zdatnosť a pohybovú výkonnosť.
- Zlepšiť u žiakov starostlivosť o dentálne zdravie.
- Vzbudiť záujem rodičov o lepšiu spoluprácu so žiakmi a pedagógmi prostredníctvom vykonávania spoločných aktivít zameraných na zdravý životný štýl.

5. Cieľové skupiny a lokalizácia projektu:

Cieľovou skupinou projektu sú: 120 žiakov 1. - 9. roč. našej školy s diagnostikovaným mentálnym postihnutím ľahkého až stredného stupňa, pedagogickí zamestnanci školy, DAIMON Fitness – posilňovňa vo Filákov, Obvodné oddelenie policajného zboru vo Filákov – odbor ochrany verejného poriadku, boja proti trestnej činnosti, odhaľovania a objasňovania priestupkov a trestných činov, Stomatologická ambulancia MUDr. Chromeková Eva – stomatológ, Pediatrická ambulancia vo Filákov MUDr. Chamková Viera – pediater, Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie v Lučenci, inštruktor Nordic walkingu Ing. Lieskovský Štefan.

Žiaci a pedagogickí zamestnanci školy sa budú podieľať na všetkých aktivitách naplánovaných v projekte ako sú:

- Návšteva v DAIMON Fitness centre (ukážky cvičení na posilňovacej veži).
- Pravidelné cvičenie žiakov na posilňovacej veži počas hodín telesnej výchovy a aktivít v školskom klube, v školskom internáte.
- Realizácia nordic walkingu – severskej chôdze počas hodín telesnej výchovy a aktivít v školskom klube, školskom internáte.
- Realizácia školského kola súťaže v nordic walkingu - žiaci školy v kategóriách mladší, starší žiaci - v spolupráci s rodičmi.
- Vyhľadávanie a zhromažďovanie informácií pomocou IKT - drogové závislosti (fajčenie, alkoholizmus, hracie automaty,...), detská delikvencia, kriminalita, agresivita, zdravý životný štýl, zdravá výživa, recepty na prípravu zdravých jedál, ktoré budú pripravovať v školskej kuchynke v spolupráci so svojimi rodičmi. Uvedené informácie budú žiaci vyhľadávať na vyučovacích hodinách informatiky, vlastivedy, biológie, slovenského jazyka a budú slúžiť ako príprava na besedy so stomatológom, pediatrom, policajtom a bývalým alkoholikom.
- Príprava zdravých jedál v školskej kuchynke v spolupráci s rodičmi spojená s ochutnávkou jedál.
- Kvíz zameraný na zdravý životný štýl.

V spolupráci s Obvodným oddelením policajného zboru vo Fiľakove, stomatologickou a pediatrickou ambulanciou, Centrom pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie v Lučenci uskutočníme besedy zamerané na:

- Prevenciu šikanovania, vzniku závislostí od legálnych a nelegálnych drog (konzumácie alkoholu a fajčenia, prevenciu HIV/AIDS).
- Prevenciu alergií a respiračných problémov.
- Ústne a dentálne zdravie.

Lokalizácia projektu:

- Minitelocvičňu s potrebným cvičebným náradím zriadieme v jednej triede našej školy, ktorá sa momentálne nevyužíva na výuku.
- Nordic walking budeme realizovať v okolí školy, v krásnom prírodnom prostredí s členitým terénom.
- Besedy a kvíz uskutočníme v priestoroch školy – triedy, školský dvor.
- Zdravé jedlá budeme pripravovať v cvičnej školskej kuchynke podľa receptov nájdených na internete a ochutnávku pripravených jedál zrealizujeme vo viacerých triedach.

6. Charakteristika projektu (odporúčame maximálne 3 strany formátu A4):

• popis projektu

V prvej fáze projektu zriadieme v jednej z nevyužívaných tried minitelocvičňu pre žiakov, nakoľko v súčasnosti škola nedisponuje z dôvodu nedostatku vhodných priestorov žiadnou telocvičňou. Zakúpením posilňovacej veže chceme žiakov motivovať k pravidelnému cvičeniu a zlepšeniu ich fyzickej kondície. Naplánovali sme návštevu Fitness centra DAIMON vo Fiľakove, ktorú navštívia starší žiaci školy, kde si pod vedením inštruktora vyskúšajú cvičenie na posilňovacej veži. Inštruktor žiakom ukáže a poradí cviky vhodné pre starších žiakov. Našu školu navštevujú žiaci, ktorí majú okrem mentálneho postihnutia pridružené aj poruchy správania. Často vyvolávajú konflikty, ktoré občas vyústia aj do fyzického útoku na

spolužiakov. Z tohto dôvodu by sme chceli zakúpiť do minitelocvične i boxovacie vrece a rukavice, ktoré budú slúžiť v prípade potreby ako terapia na tmenie žiackej agresivity.

V ďalšej fáze projektu by sme zakúpili palice potrebné na vykonávanie nordic walkingu /NW/ – severskej chôdze a zrealizovali stretnutie s inštruktorom Nordic walkingu p. Ing. Lieskovským, ktorý by žiakom predviedol a vysvetlil správnu techniku nordic walkingu, rozcvičku a rôzne hry s palicami. Nordic walking je veľmi zdravá a pritom finančne nenáročná športová aktivita, ktorú možno vykonávať po celý rok a v každom ročnom období. Je vhodná pre ľudí v každom veku, pomáha zlepšiť nielen celkovú fyzickú kondíciu, ale pomáha i pri nácviku správneho držania tela, s ktorým majú naši žiaci veľké problémy. Prináša benefity i pri riešení zdravotných problémov, napríklad pri astme, rôznych alergiách, nízkej imunite, depresiách a dokonca sa vedecky dokázalo, že prispieva k zvýšeniu úrovne školských výkonov detí s poruchami učenia. V okolí našej školy sa nachádza na realizáciu nordic walkingu veľmi vhodné prostredie s členitým terénom a krásnou prírodou. Nakoľko škola nedisponuje telocvičňou ani žiadnym iným vhodným športovým areálom veľmi by nám pri výuke telesnej výchovy /TEV/ pomohla realizácia nordic walkingu so žiakmi. Palice by sme využívali i v rámci aktivít v školskom klube detí a vo výchovných skupinách v školskom internáte. V závere projektu uskutočníme i preteky v nordic walkingu pre žiakov našej školy. Do ich prípravy a priebehu zapojíme aj rodičov žiakov.

Počas trvania projektu priebežne zrealizujeme besedy s policajtmí, so stomatológom a pediatrom. Beseda s policajtmí bude zameraná na prevenciu šikanovania, záškoláctva, agresivity, delikvencie a kriminality. V besede so stomatológom sa zameriame na zlepšenie ústneho a dentálneho zdravia žiakov, nakoľko značná časť našich žiakov v domácom prostredí dentálnu hygienu nevykonáva vôbec. Pre každého žiaka zakúpime zubnú kefku, pohárik a zubnú pastu. Žiaci si prakticky precvičia správnu techniku umývania zubov, oboznámia sa so zásadami udržiavania dentálneho zdravia. Pediatier oboznámia žiakov so zdravou životosprávou, hygienou prostredia, antialergickým režimom, postupmi pri správnom otužovaní detského organizmu. V mesiaci november zrealizujeme v rámci našej školy „Týždeň boja proti drogám“. V spolupráci s Centrom pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie /CPPPaP/ v Lučenci uskutočníme besedu, na ktorú pozveme vyliečeného anonymného alkoholika, prípadne bývalého drogového závislého človeka, ktorý žiakom vyrozpráva svoj príbeh osobného i pracovného zlyhania až po úspešnú liečbu a terajší život, pretože si myslíme, že len osobná skúsenosť môže byť dostatočne odstrašujúcim príkladom pre žiakov. Na besedu pozveme aj rodičov žiakov. Psychológ z CPPPaP žiakov a rodičov oboznámia s programom určeným na prevenciu drogových závislostí. Žiaci druhého stupňa školy (5. - 9. roč.) sa vo svojich triedach budú podieľať na príprave nástenky s názvom „Život bez drog“ z materiálov vyhladaných na internete. Žiaci prvého stupňa (1. - 4. roč.) nakreslia výtvarné práce zamerané na tému „Zober loptu, nie drogy“. Pedagógovia pripravujú pre žiakov prvého a druhého stupňa kvíz, ktorý bude obsahovať úlohy z každej oblasti zameranej na prevenciu šikanovania, kriminality, vzniku drogových závislostí (konzumácie alkoholu, fajčenia, hracích automatov), prevenciu HIV/AIDS. Kvíz bude vyhodnotený a víťazi ocenení drobnými cenami.

V poslednej fáze projektu budú žiaci spolu s rodičmi pripravovať v školskej kuchynke zdravé jedlá z receptov, ktoré si vyhládali na internete. Po príprave jedál uskutočníme ich prezentáciu a ochutnávku pre žiakov a rodičov.

• výstupy projektu

- Novozriadená minitelocvična, ktorá bude žiakom slúžiť k pravidelnému cvičeniu a zlepšeniu fyzickej kondície.
- Pravidelné realizácia nordic walkingu žiakmi, zdravý pohyb na čerstvom vzduchu spojený s poznávaním prírodného prostredia v okolí našej školy, pozitívne účinky na prevenciu alergií a respiračných problémov u žiakov sú predpokladom zníženia chorobnosti žiakov a zlepšenia ich školskej dochádzky.

- Besedy a aktivity v projekte formujúce u žiakov vzťah k zdravému životnému štýlu.
- Zlepšenie spolupráce rodičov žiakov s pedagógmi a žiakmi prostredníctvom vykonávania spoločných aktivít zameraných na zdravý životný štýl.

7. Časový harmonogram realizácie projektu:

| Č. akt. | Názov aktivity | Plánovaný termín | Zodpovední, podieľajúci sa |
|---------|--|--------------------------------|---|
| 1. | Zriadenie minitelocvične | september 2016 | Riaditeľ školy, ekonómka školy |
| 2. | Návšteva posilňovne DAIMON Fitness vo Filákovke | september 2016 | Inštruktor fitnessu, učitelia telesnej výchovy, vychovávatelia, žiaci 5. - 9. ročníka |
| 3. | Cvičenie žiakov v minitelocvični na hodinách TEV, v popoludňajších hodinách v školskom klube a v školskom internáte | september 2016 – december 2016 | Učitelia telesnej výchovy, vychovávatelia, žiaci 5. - 9. roč. |
| 4. | Minikurz Nordic walkingu | september | Ing.Štefan Lieskovský- inštruktor NW s licenciou, učitelia telesnej výchovy, vychovávatelia, žiaci 1.- 9.ročníka |
| 5. | Realizácia Nordic walkingu na hodinách TEV, v školskom klube a školskom internáte | september 2016 – december 2016 | Učitelia telesnej výchovy, vychovávatelia, žiaci 1.- 9.ročníka |
| 6. | Vyhľadávanie informácií – rôznych článkov na internete o zdravom životnom štýle, o drogových závislostiach – alkoholizme, fajčení, delikvencii, kriminalite, vyhľadávanie a zhromažďovanie zdravých receptov | september 2016 – december 2016 | Vyučujúci predmetov informatika, slovenský jazyk a literatúra, vlastiveda, biológia, žiaci 1.-9.roč |
| 7. | Beseda so stomatológom – praktické ukážky, precvičovanie ústnej a dentálnej hygieny | september 2016 | Stomatológ MDDr.Chromeková E., triedni učitelia, vychovávatelia, žiaci 1.-9.roč., koordinátori projektu p.uč.Harmanovská, p.uč.Kancková |
| 8. | Beseda s policajtmi - zameraná na prevenciu šikanovania, záškoláctva, delikvencie, kriminality, agresivity | október 2016 | Príslušníci OO PZ vo Filákovke, triedni učitelia, žiaci 1.-9.roč., koordinátori projektu p.uč.Harmanovská a p.uč.Kancková |

| | | | |
|------------|---|---------------|--|
| 9. | Beseda s pediatrom – zameraná na zdravú životosprávu, hygienu prostredia, antialergický režim, otužovanie | október 2016 | Pediatier MUDr.Chamková V., triedni učitelia, žiaci 1.-9.roč, koordinátori projektu p.uč.Harmanovská, p.uč.Kancková, rodičia |
| 10. | „Týždeň boja proti drogám“- beseda so zamestnancom CPPPaP, beseda s bývalým alkoholikom, narkomanom – zameraná na prevenciu vzniku drogových závislostí (konzumácie alkoholu, fajčenia, hracích automatov), prevenciu HIV/AIDS. | november 2016 | Zamestnanec CPPPaP, vyliečený alkoholik, narkoman, triedni učitelia, žiaci 5.-9.roč., koordinátori projektu p.uč.Harmanovská, p.uč.Kancková, rodičia |
| 11. | „Život bez drog“- realizácia nástenky v triedach Zhotovenie výtvarných prác na tému „Zober loptu, nie drogy“ | november 2016 | Triedni učitelia, žiaci 1.-9.roč. Triedni učitelia, žiaci 1.-4.roč. |
| 12. | Nordic walking – súťaž – školské kolo | november 2016 | Koordinátori projektu p.uč.Harmanovská, p.uč.Kancková, triedni učitelia, žiaci 1.-9.roč, rodičia |
| 13. | Príprava zdravých pokrmov v školskej kuchynke – prezentácia jedál + ochutnávka | december 2016 | Koordinátori projektu p.uč.Harmanovská, p.uč.Kancková, žiaci 1.-9.roč., rodičia |
| 14. | Kvíz o zdravom životnom štýle | december 2016 | Koordinátori projektu p.uč.Harmanovská, p.uč.Kancková, triedni učitelia, žiaci 1.-9.roč. |

8. Finančné zabezpečenie realizácie projektu:

| Zdroj | Predpokladané výdavky v eurách | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------|----------------|----------|----------|-----------------|
| | Spolu | z toho | | | | |
| | | Kapitálové výdavky | Bežné výdavky | z toho | | |
| | | | | Mzdy | Poistné | Tovary a služby |
| Požiadavka na MŠVVŠ SR | 2 000,0 | X | 2 000,0 | X | X | 2 000,0 |
| Spoluúčasť na projekte | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Iné zdroje (dar- sponzorské od organizácie) OBEC Biskupice, Obecný úrad, Biskupice 61/132, 986 01 Fiľakovo, IČO: 00647985 | 200,0 | X | 200,0 | X | X | 200,0 |
| Celkové náklady na projekt | 2 200,0 | X | 2 200,0 | X | X | 2 200,0 |

Neoddeliteľnou súčasťou finančného zabezpečenia realizácie projektu je príloha k žiadosti – rozpis rozpočtu – finančná tabuľka (uvedená v bode 12/ tejto žiadosti) s popisom k jednotlivým finančným položkám podľa Metodického usmernenia Ministerstva financií Slovenskej republiky k č. MF/010175/2004-42 v znení neskorších predpisov.

Podrobný popis výdavkov a rozpočtu je uvedený v bode 12/ tejto žiadosti.

9. Uved'te, či žiadateľ požaduje alebo mu boli poskytnuté finančné prostriedky na tento účel od MŠVVaŠ SR a od iného subjektu verejnej správy a v akej výške a v ktorom školskom zariadení budú alebo boli finančné prostriedky využité

Áno (uved'te konkrétny subjekt verejnej správy)

Suma: €

Názov školy: **Špeciálna základná škola internátna Bentlakásos Speciális Alapiskola, Viničná 12, Fiľakovo**

Nie

10. Súhlas žiadateľa so zhromažďovaním, spracovaním a zverejňovaním poskytnutých údajov

Mgr. Ingrid Haringová predložením žiadosti súhlasím so zhromažďovaním, spracovaním a zverejňovaním poskytnutých údajov. Zároveň svojím podpisom potvrdzujem pravdivosť, presnosť a úplnosť údajov, ktoré som v žiadosti uviedol.

11. Spoluúčasť na realizácii rozvojového projektu

Spoluúčasť na realizácii rozvojového projektu v súlade s § 4d ods. 3 zákona č. 597/2003 Z. z. o financovaní základných škôl, stredných škôl a školských zariadení v znení neskorších predpisov:

| Subjekt | Výška schváleného finančného príspevku | Účel, ak určil subjekt, ktorý sa podieľa na realizácii rozvojového projektu | Pečiatka a podpis |
|--|--|---|-------------------|
| Iné zdroje (dar - sponzorské od organizácie) OBEC Biskupice, Obecný úrad, Biskupice 61/132, 986 01 Fil'akovo, IČO: 00647985 | 200,0 € | Nákup palíc na nordic walking | |
| Spolu (najmenej 5% z celkových nákladov) | 200,0 € | X | X |

12. Rozpis rozpočtu

(v zmysle Metodického usmernenia Ministerstva financií Slovenskej republiky
č. MF/010175/2004-42 zo dňa 8. decembra 2004 v znení neskorších predpisov)

| Názov položky ekonomickej klasifikácie | Podrobný popis výdavkov | Náklady (v €) z prostriedkov | | |
|--|--|------------------------------|-------------------------------|----------------|
| | | MŠVVaŠ SR | Iné zdroje – dar (sponzorské) | Spolu |
| 633006 – Všeobec. mat. (telovýchovný a šport. mat.) | Palice na nordic walking (30 ks) | 250,0 | 200,0 | 450,0 |
| 633006 – Všeobec. mat. (telovýchovný a šport. mat.) | Posilňovacia veža | 600,0 | 0 | 600,0 |
| 633006 – Všeobec. mat. (telovýchovný a šport. mat.) | Boxovacie vrecia (2 ks), boxovacie rukavice (4 páry) | 280,0 | 0 | 280,0 |
| 637006 - Náhrady | Športové aktivity - Vstupné pre žiakov do Fitness centra DAIMON | 60,0 | 0 | 60,0 |
| 633006 – Všeobec. mat. (materiál na dentálnu hygienu žiakov) | Zubné pasty, zubné kefky, plastové poháriky (pre cca 120 žiakov) | 420,0 | 0 | 420,0 |
| 637001 – Školenia, kurzy | Minikurz Nordic walkingu – pre žiakov, pedagógov prostredníctvom certifikovaného lektora | 70,0 | 0 | 70,0 |
| 633011 - Potraviny | Potraviny na zdravé recepty | 150,0 | 0 | 150,0 |
| 637002 – Súťaže (súťaže pre žiakov) | Ocenenia, výdavky na vecné ceny a odmeny pre žiakov pri žiackych súťažiach, kvízoch k danej problematike v nordic walkingu | 170,0 | 0 | 170,0 |
| Náklady celkom v euro (€) | | 2 000,0 | 200,0 | 2 200,0 |

Kód zriaďovateľa pre financovanie:

Dátum: 06. 05. 2016

realizátor: Špeciálna základná škola internátna,
Bentlakásos Speciális Alapiskola, Filakovo
V zastúpení riaditeľom školy: Mgr. Dušan Sekereš

.....
pečiatka, podpis

Dátum:

žiadateľ: Okresný úrad, odbor školstva Banská Bystrica
V zastúpení:.....

.....
pečiatka, podpis

Dátum:
žiadateľa:

Pečiatka:

Meno a podpis

ČESTNÉ VYHLÁSENIE

Špeciálna základná škola internátna, Bentlakásos Speciális Alapiskola, so sídlom na ul. Viničnej 12 vo Fiľakove v zastúpení Mgr. Dušanom Sekerešom, riaditeľom školy týmto

č e s t n e v y h l a s u j e ,

že neporušila zákaz nelegálnej práce a nelegálneho zamestnávania podľa osobitného predpisu (zákona č. 125/2006 Z. z. o inšpekcii práce a o zmene a doplnení zákona č. 82/2005 Z. z. o nelegálnej práci a nelegálnom zamestnávaní a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov).

Vo Fiľakove, dňa 06. 05. 2016

.....
Mgr. Dušan Sekereš
riaditeľ školy