

**ABIGÉL ÁLTALÁNOS ISKOLA, ALAPFOKÚ MŰVÉSZETI ISKOLA,
SZAKKÖZÉPISKOLA, SZAKGIMNÁZIUM,
GIMNÁZIUM és KOLLÉGIUM**

OM-kód: 102703
Székhely: 4405 Nyíregyháza, Tünde utca 10/a
Telefon/Fax: 06 42/594-656
E-mail: abigel.iskola@gmail.com
Honlap: www.abigelsuli.hu



**Fenntarthatósági témahét az Abigél Többcélú Intézményben 2019. március
18-22. között**

A fenntartó – összhangban az oktatáspolitikai célkitűzésekkel és az irányadó jogszabályokban a nevelésre-oktatásra vonatkozó, annak szellemiségét megfogalmazó normákkal, valamint az iskola pedagógiai programjában lefektetett elvekkel és más, az intézmény működését meghatározó előírásokkal – a **2018/2019-es tanév kiemelt feladatákként a környezeti nevelés és fenntarthatóság pedagógiai gyakorlatának erősítését jelölte ki, a tanulók környezeti és egészségtudatos nevelését jelölte ki.**

Ennek érdekében intézményünk csatlakozott a Mozdulj a klímáért! 2018 – kampányhoz, 2018. szeptember 3. és október 19. között, valamint a Fenntarthatósági Témahéthez 2019. március 18 – 22. között.

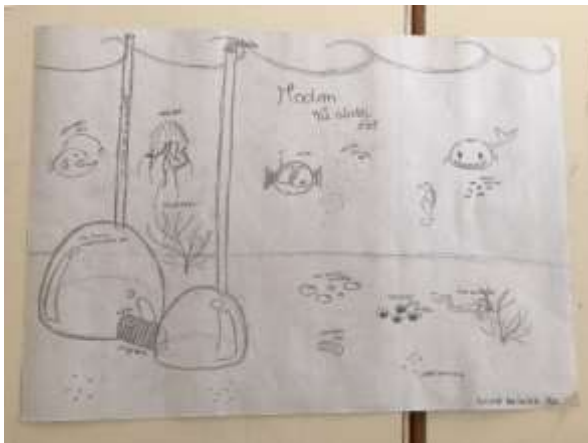
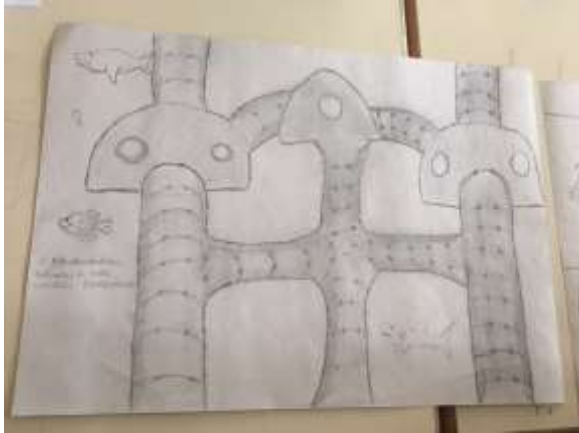
A témahét keretében csatlakoztunk a „**Teszedd !!!**” **Önkéntesen a tiszta Magyarországért mozgalomhoz**, hiszen mindkettő célja környezetünk védelmének az előtérbe állítása, a környezettudatos életmód- életszemlélet kialakítása.

A program ajánlása szerint különböző órákat lehetett megtartani a felajánlott óravázlatok alapján, pl. osztályfőnöki órát: **Nézz szembe a szemeteddél!** címmel. Célja, hogy a tanulók megtanuljanak odafigyelni arra, hogy az általuk „kitermelt” szeméttel illetve hulladékkal mit tegyenek, sőt, már a vásárlást tudatosabban tervezzék meg, hiszen a felesleg adja a jelentős részét a szemétnak. Ezeket az osztályfőnöki órákat minden osztályban megtartottuk. Mivel Power Pointokkal, kisfilmekkel, különböző szemléltető anyagokkal bőven ellátott előadások voltak már szinte ezek órák, sok-sok hasznos és figyelemfelkeltő tudnivalóval, a gyerekek érdeklődéssel és odafigyeléssel fogadták.



A körülöttünk élő állatok életterének tudatos óvását célzott segíteni a szintén minden osztályban megtartott földrajz óra. Ezek a foglalkozások is bővelkedtek mindenféle szemléltető anyagokban, ismereteiket csoportos munkában feladatlapokkal tesztelheték

Vizuális kultúra órákon is a témahét adta az ihletet a gyerekeknek, az egészségnapra készítettek plakáttervet illetve a „**Hogyan élhetünk majd a víz alatt, ha már a Földet tönkretettük?**”-címmel különböző látványterveket álmodtak meg. Izgalmas téma volt ez számukra, igazán fantáziadús rajzok születtek.



Egészségnap
2019. március 22.

8.00-tól 9.00-ig DROGPREEVENCIÓS előadás

További programok:

Egészséges étel
 (készítés, kóstolás)

Dietetikus tanácsadás

Kozmetológiai tanácsadás:
 Pulczné Biró-Timée

Állapotfelmérés:
 testsúly-teneszár mérés,
 vérnyomás mérés, széndioxid mérés,
 vércukor mérés)

Renőiségi bemutató:
 (részcsoportok: mozgás, aritmia, ajkényomai-érel)

Elsősegélynyújtás:
 újraélesztés, sebésziellátás

Dance - aerobik
 Veres Andrea



Ebresztő, ideje tenned valamit az egészségedért!

Mivel az egészségtudatos életmód kialakítása is célja volt a témahétnek, ezért testnevelés órákat is bevontunk a programba. Ezekben a tanulók arról beszélgettek, hogy mit és hogyan tudnának megváltoztatni az életükben annak érdekében, egészségesen és aktívan élhessenek még nagyon sokáig, majd öreg korukban is. Legfőképp a mozgás fontosságáról volt szó, kinek milyen mozgásforma ajánlott, milyen rendszerességgel és mennyire hatékonyan kellene ezt mindenkinek végeznie ahhoz, hogy megvalósítsa célját.

A közlekedés sem maradhatott ki a környezettudatos életmódból, hiszen a pl. levegő szennyezettségéért a járművek a legnagyobb felelősök. A **fenntartható közlekedés** címmel megtartott órák fő témái az alternatív üzemanyagok, az elektromos járművek története és működése valamint egyéni közlekedésünk- lehetőségei a fenntarthatóság tükrében voltak. Több prezentációt, kisfilmet tartalmaztak ezek az órák is, hogy minél érdekesebb és tanulságosabb legyen a diákok számára.

Kedden délután a kollégistáknak volt megtartva egy két órás vetélkedő jellegű foglalkozás, mely a **Smart city- okos város** címet kapta. Itt a tanulók nagyon sok információt kaptak arról, hogy egy város működése, működtetése milyen alternatív lehetőségeket rejt magában az energiatakarékosság illetve környezettudatos életszemlélet vezérelte megoldásokban. Saját ötleteket is vártunk, amelyekhez tájékoztató filmeket játszottunk le. Feladatlapok és tesztek is színesítették az órákat.



Szerdán négy tanítási órát összefogóan egy nagyszabású előadás került megtartásra, **Aktív tanuló- passzív ház** címmel. A négy óra négy témát helyezett az előtérbe, az első a rendelkezésünkre álló energiaforrásokról és azokról a változásokról szólt, amit a pazarló és nem átgondolt, nem megújuló energiaforrásaink felhasználása okozott a világunkban már. A második egy passzív ház külső technológiai jellemzőit, megoldásait mutatta be, pl.: a napelem, napkollektor, hőszivattyú és hőszigetelési technikák. A harmadik órán a passzív házak belső alternatív energiatakarékos megoldásait, felszereltségét ismertette, úgymint a világítás- a LED alkalmazásának fontossága, a geotermikus hő használása, a szürkevíz hasznosítása a mindennapjainkban. Az utolsó óra a háztartásban keletkező hulladék hasznosításának lehetőségeit mutatta be, pl. a komposztálás, valamint a szelektív hulladékgyűjtés égető fontosságát.



Csatlakoztunk a **Teszedd !! programhoz**, mely az idén már nyolcadszor került megrendezésre. Csütörtökön a mi kis csapatunk is levonult az iskola mellé, elé, végig a szemközti parkolóban és az út mellett, hét zsák szemetet szedtünk össze. A gyerekek elindulás előtt egy munkavédelmi

tájékoztatót hallgattak meg, aztán mindenki kapott kesztyűt meg zsákokat. Nagyon jó hangulatban, tényleg ügyesen és lelkiismeretesen tisztították meg a kijelölt területeket.



Összesen 3 földrajz órát, 4 osztályfőnöki órát, 5 testnevelés órát, 3 közlekedés órát, 2 vizuális kultúra órát, egy 2 órás kollégiumi foglalkozást, egy 4 órás összevont előadást és egy 2 órás szemétszedést tartottunk meg a Fenntarthatósági Témahét keretén belül, folyamatosan egész héten, csütörtökkel bezárólag.

A pénteken megtartott **Egészségnap** a megkoronázása volt az egész heti programsorozatnak. Az Egészségnap egy előadással kezdődött, melyet a Talentum Alapítvány munkatársai tartottak drogprevenációs céllal. Szó volt benne a különböző szenvedélybetegségekről is, a fiatalkori dohányzás-, alkohol-, gyógyszer- és drogfogyasztás veszélyeiről. Vendégelőadóként elkísérte őket egy olyan fiatalember, aki az alapítvány segítségével és nagy akaraterővel sikeresen leszokott függőségeiről, és saját élményei, tapasztalatai megosztásával elsősorban a droghasználat elutasítására szeretné rávenni a tanulókat. Az előadás után az iskola nagytermében több stand is helyet kapott, amelyek az egészséghez, az egészséges életmód-életszemlélet kialakításához kapcsolódtak. A Nyíregyházi Rendőrkapitányság munkatársai motoros szimulátorgépet és részegszemüveget hoztak, a Talentum Alapítványtól érkezett előadók különböző prospektusokkal és személyes beszélgetéssel, tanácsadással várták asztaluknál a gyerekeket. Az általános állapotfelmérés során, a 100 Éves Patika szervezésében C-vitamin és Mg-szintet mértek a jelentkezőknek, volt kozmetológiai tanácsadás kozmetikus vezetésével, a Mentőszolgálat munkatársai újraélesztést és sebellátást mutattak be, illetve tanítottak a diákoknak, és az egyik legnagyobb érdeklődést magához vonzó stand, ahol egészséges ételeket lehetett kóstolni illetve összeállítani képzett dietetikus irányításával. Remek hangulat, aktív érdeklődés, nevetés és jókedv szötte át az egész délelőttöt, a nyüzsgő diákok kipróbálták minden lehetőséget, amit csak kínáltunk nekik az Egészségnapon, melyet végül egy pörgős dance aerobik gyakorlat zárt.

