

OTWARCI NA ŚWIAT

Kwartalnik Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Hrubieszowie

NUMER 15



Witamy wszystkich naszych czytelników w pierwszym numerze gazetki „Otwarcie na świat” w roku szkolnym 2017/2018.

Jest to pierwszy numer naszego kwartalnika w tym roku szkolnym, dlatego też gorąco i serdecznie wi-

tamy wszystkich czytelników, a w szczególności nowoprzybyłych. Wszystkich uczniów, rodziców i nauczycieli zachęcamy do czytania naszej gazetki. Mamy nadzieję, że gazetka będzie się wam podobać, a pomysły dotyczące nowych artykułów kierujcie na adres redakcjapz@interia.pl

Osoby, które mają ciekawe pomysły, lubią pisać lub rysować zapraszamy do współpracy z naszym piśmie!



Uroczystość Rozpoczęcia Roku Szkolnego

Wybiła już godzina.

Dzwonek! Rok szkolny się zaczyna.

Znów dni popłyną pracowite

Nad książką szkolną, nad zeszytem...

Życzę wam wszystkim na początek

Roku szkolnego - samych szóstek i piątek!

Nowy rok szkolny 2017/2018 uroczystym przemówieniem rozpoczął Pan Dyrektor Lech Jurczuk. Powitał serdecznie uczniów, rodziców oraz nauczycieli, a szczególnie uczniów rozpoczynających naukę w naszym ośrodku. Dzieciom i młodzieży życzył jak najlepszych ocen, wielu przyjaźni, ale przede wszystkim radości z nauki i odkrywania swoich talentów. Nauczycielom, wychowawcom i rodzicom by ten rok szkolny był pełen sukcesów i dobrej współpracy. Odśpiewaniem Hymnu Ośrodka zakończono uroczystość i uczniowie udali się do sal na spotkanie z wychowawcami.

Znaczenie komunikacji alternatywnej i wspomagającej AAC w pracy z osobami z autyzmem

Trudności w porozumiewaniu się z innymi powodują dalekosiężne konsekwencje we wszystkich sferach życia w każdym wieku. Negatywne doświadczenia i zmienne reakcje otoczenia na inicjatywy komunikacyjne osób z autyzmem, prowadzą je do wyuczonej bezradności i znacznej zależności od innych, powodują frustrację i problemy w zachowaniu (Tetzchner, Martinsen, 2002, s.3).

Obserwuje się tendencję rodziców i terapeutów do koncentracji na rozwoju języka i mowy dziecka, przy jednoczesnym zaniedbywaniu porozumiewania się, które jest pierwowzorem interakcji społecznych i języka. To właśnie pierwsze spojrzenia, uśmiechy i „minki” wykonywane przez rodziców do dziecka są motorem dla rozwoju jego komunikacji (Loebl, 2006, s.36).

H. Harlow odkrył, że istnieje związek pomiędzy jakością i intensywnością bliskich relacji z dorosłymi, a występowaniem autyzmu u dzieci. Jeśli do trzeciego roku życia dziecko nie ma możliwości nawiązania relacji społecznych, nie rozwija się w jego mózgu kora okołoczołowa, tym samym traci ono szanse odzyskania utraconych umiejętności społecznych (Prokopiak, 2015, s.80).

Dostarczenie alternatywnego sposobu komunikacji może sprawić, że ich jakość życia się poprawi, że będą w stanie w pełniejszym stopniu nim sterować (Tetzchner, Martinsen, 2002, s.3).

Wielu rodziców małych dzieci z zaburzeniami komunikacji uważa, że wprowadzenie komunikacji alternatywnej zahamuje rozwój mowy. Gesty bądź symbole zastąpią słowa i ich dziecko już nigdy nie będzie mówiło (Wojciechowska, 2015, s.138). Trzeba podkreślić, że u niektórych dzieci wprowadzenie komunikacji wspomagającej i alternatywnej może doprowadzić do rozwoju mowy czynnej, na co wskazują zarówno doświadczenia praktyków, jak i liczne badania prowadzone na całym świecie (von Tetzchner, Martinsen, 2002; Smyczek, 2006, s.72).

Komunikacja wspomagająca i alternatywna AAC w przypadku osób z autyzmem, nie zawęża się jedynie do wymiany komunikatów, służy polepszeniu jakości życia i ułatwia kontrolę nad codziennością (Tetzchner, Martinsen, 2002, s.3). Zmierza ku temu, by porozumiewanie się miało charakter językowy, jeśli tylko stan dziecka na to pozwala (Smyczek, 2006, s. 73).

Szacuje się, że około 25% osób z autyzmem nie opanowuje umiejętności komunikowania się werbalnego, ale potrafi przyswoić sobie zasady komunikacji alternatywnej (Markiewicz, 2015, s.20).

Komunikacja wspomagająca i alternatywna, stosująca niewerbalne sposoby porozumiewania się na przykład obrazy, stanowi dodatek lub substytut mowy (Tetzchner, Martinsen, 2002, s. 7).

Komunikacja alternatywna – proces przyswajania zastępczych sposobów dla zapewnienia substytutu braku mowy dźwiękowej (użycie pomocy np.: przedmiotów, gestów, symboli graficznych kiedy

mowa dziecka się nie rozwija wcale),

Komunikacja wspomagająca – proces wspomagania zdolności mówienia (użycie pomocy np.: przedmiotów, gestów, symboli graficznych kiedy mowa dziecka jest nieadekwatna do wieku lub niezrozumiała) (Loebl, 2006, s. 21-22).

Komunikacja wspomagana – sposób porozumiewania się, który wymaga użycia pomocy zewnętrznych (w stosunku do ciała),

Komunikacja niewspomagana – sposób porozumiewania się, który nie wymaga użycia żadnych dodatkowych pomocy. Komunikat tworzony jest przez ciało użytkownika (Kaczmarek, Wojciechowska, 2015, s. 12).

Komunikacja zależna – zachodzi wtedy, kiedy użytkownik potrzebuje tłumacza, drugiej osoby, która formułuje jej komunikat,

Komunikacja niezależna – zachodzi wtedy, kiedy użytkownik samodzielnie formułuje przekaz, np. przy użyciu syntezy mowy, komputera (Tetzchner, Martinsen, 2002, s. 8).

Komunikacja wspomagająca i alternatywna AAC uczy, że nie ma jednej drogi i jednej metody wspierania komunikacji. Dobór systemu zależy od indywidualnych możliwości i predyspozycji użytkownika. „Sposoby” komunikowania się zostały sklasyfikowane do „systemu znaków” i podzielone na znaki manualne, graficzne i przestrzenno-dotykowe (Tetzchner, Martinsen, 2002, s. 7).

Osoby z autyzmem korzystają z różnorodnych form komunikacji alternatywnej. Zarówno znaki manualne, rozmaite systemy graficzne, pismo czy obrazki znajdują zastosowanie w procesie porozumiewania się (Tetzchner, Martinsen, 2002, s. 81).

Do najbardziej popularnych systemów wykorzystywanych w pracy z osobami z autyzmem należą: Pictogram Ideogram Communication (PIC), Picture Exchange Communication System (PECS), System Makaton.

Przygotowała: Izabela Krawiec



Z notatnika oligofrenopedagoga



„Panta rei ...”- Heraklit

Jak zauważył joński filozof przyrody z Efezu, że wszystko nieubłaganie przemija- tak i bezpowrotnie zakończył się beztroski czas wakacji a rozpoczął rok szkolny.

Zajęcia lekcyjne, zajęcia dodatkowe, wspólnie spędzany czas podczas przerw lekcyjnych i w świetlicy, w oczekiwaniu na zajęcia lub powrót do domu, narzucają uczniom reguły właściwego zachowania.

By przyjemnie i w miłej atmosferze upływał czas podczas pobytu w świetlicy, pamiętajmy o 11 ważnych zasadach zachowania:

1. Wchodząc się witamy- bo się wszyscy znamy;
2. Gdy wyjść chcemy o zgodę pytamy;
3. Uśmiech jest dobry na wszystko;
4. Nie krzyczymy- uszy chronimy;
5. Ręce i nogi są do pomagania, a nie do bicia i popychania;
6. Fajne zabawki i książki mamy, bardzo o nie dbamy;
7. Z bałaganem wygrywamy- zawsze po sobie sprzątamy;
8. Na kłódkę nic zamykać nie musimy, zabawek ze świetlicy nie wynosimy;
9. Nauczyciela i opiekunów zawsze słuchamy, do nich idziemy, gdy problem mamy;
10. Kto przeżywa i niecenzuralnych słów używa, ten ukarania wzywa;
11. Nikogo samego nie zostawimy- razem się wszyscy bawimy.

Przestrzegajmy Kodeksu Świetliczaka:

- Bawimy się wspólnie i zgodnie.
- Pomagamy sobie nawzajem, szanujemy się, współpracujemy.
- Dbamy o sprzęt świetlicowy.
- Zostawiamy porządek, po sobie sprzątamy.
- Pięknie mówimy i używamy czarodziejskich słów: **proszę, przepraszam, dziękuję, dzień dobry, do widzenia.**
- Gdy mówi jeden, reszta słucha.
- Podczas zajęć grupowych, pomocy w odrabianiu pracy domowej zachowujemy się cicho.
- Informujemy o swoich wyjściach ze świetlicy.
- Pamiętamy o myciu rąk.
- Dbamy o bezpieczeństwo.
- Wszyscy bardzo się staramy, naszych zasad przestrzegamy.



Jesień to również czas zwiększonej podatności na przeziębienia, zachorowania na grypę.

Oto kilka sposobów zapobiegania:

- **witamina D3**- co najmniej 10-15 min. dziennie ekspozycji na światło słoneczne lub 1000- 3000 j.m. naturalnej witaminy D3;
- **witamina C**- sugerowana dawka dzienna 1-3 g kwasu askorbinowego;
- **herbata**- regularne (rano lub wieczorem) płukanie gardła ciepłą herbatą (zieloną, czarną) przez co najmniej 60 dni;
- **czosnek**- wieczorem ząbek czosnku zjadany podczas posiłku;
- **ćwiczenia fizyczne**- przez 5 dni w tygodniu ok. 20 min. ćwiczeń aerobowych (pływanie, jogging, nordic walking, jazda rowerem ...);
- **colostrum bovinum**- suplement diety stosowany raz dziennie (jest trzykrotnie skuteczniejszy niż szczepienia w profilaktyce grypy).

Z życzeniami zdrowego, spędzonego w milej atmosferze roku szkolnego 2017/18.

Marzenna Litwiniuk - Mizerska

Z życia Grup wychowawczych....

Wraz z nadejściem nowego roku szkolnego rozpoczęły swe funkcjonowanie Grupy wychowawcze. Na korytarzu słychać gwar i wrzawę towarzyszącą wychowankom powracającym z zajęć szkolnych. Młodzież aktywnie już od pierwszych dni zaangażowała się w działalność Samorządu oraz sekcji. Dużą popularnością cieszą się zajęcia kulinarne, w czasie których każdy chętny może rozwijać swe pasje i za miłowanie do gotowania.

Wychowankowie uczestniczyli w ogólnopolskiej akcji „Sprzątanie Świata – Polska 2017”, wyjeżdżali na Krytą Pływalnię do Zamościa, oddali cześć żołnierzom odwiedzając groby na cmentarzu woj-skowym, przygotowali uroczyste obchody Dnia Chłopaka. Odbyła się pierwsza inauguracyjna dyskoteka zorganizowana przez członków Samorządu Grup wychowawczych dla społeczności internatu, w czasie której wszyscy świetnie się bawili.

Atrakcją przygotowaną na koniec września była wizyta wychowanków w Staży Pożarnej w Hrubieszowie. Na początku spotkania zaprezentowana została specyfika zawodu strażaka, odbyła się prezen-tacja sprzętu strażackiego. Kolejną atrakcją było wznoszenie się na podnośniku strażackim i podziwianie okolicy z wysokości.

I tak nowy rok szkolny rozpoczęty, na piętro internatu powrócił śmiech, radość. Nie należy zapo-minać o obowiązkach dbania o porządek już od października rusza kolejna edycja Konkursu czystości. Wszystkim wychowankom życzymy sukcesów w nowym roku szkolnym i samych pogodnych dni.

Przygotowała: Katarzyna Naja

Od kuchni...



Grzyby – od wieków nazywane „leśnym mięsem” - pod względem wartości energetycznej, zawartości białka oraz niektórych witamin (np. z grupy B czy PP) rzeczywiście dorównują produktom mięsnym.

Wartość odżywcza grzybów jest niemal identyczna jak kefiru. Zawierają one 3-5% białka, na które składają się niemal wszystkie aminokwasy, w tym także egzogenne, których organizm nie potrafi wytwarzać i muszą

być dostarczane z pożywieniem. Najwięcej łatwo przyswajalnego białka zawierają prawdziwki i pieczarki. Grzyby są także źródłem łatwo przyswajalnych węglowodanów, witamin, mikroelementów, substancji antybiotycznych i enzymów, które pobudzają apetyt, usprawniają trawienie i przyswajanie pokarmu. Należy także pamiętać, że grzyby są ciężkostrawne. Dlatego ich spożywanie jest niewskazane dla dzieci poniżej trzeciego roku życia, osób starszych i mających problemy z wątrobą, nerkami i przewodem pokarmowym.

W medycynie ludowej grzyby wykorzystywano od dawna, niektóre gatunki mają następujące działanie:

- obniżają poziom cholesterolu;
- mają właściwości przeciwnowotworowe;
- działają przeciwzapalnie i przeciwbakteryjnie;
- korzystnie wpływają na gojenie się ran;
- zawierają substancje antybiotyczne;
- obniżają poziom cukru we krwi.



W kuchni staropolskiej przyrządzano je rozmaicie, robiono z nich dania główne, przystawki, używano jako niezbędny aromatyczno-smakowy dodatek wielu sosów i zup. I tak do rosołu dodawano zazwyczaj jeden grzybek, 2-3 grzybki do grochówki i kapuśniaku, a także do wigilijnego barszczu. Suszone grzyby były też niezastąpionym dodatkiem do wielu pieczeni, do dziczyzny, drobiu i niektórych potraw rybnych, potraw z kapusty, bigosu i wielu innych staropolskich potraw.

Grzyby z polskich lasów cieszą się zasłużoną renomą na całym świecie, no i wiadomo, że najsmaczniejsze są dania przygotowane z własnoręcznie zbieranych trofeów.

Grzybowa zupa krem

Składniki:

40 dag leśnych grzybów

1 cebula

2 marchewki

1 pietruszka

kawałek selera

2-3 ziemniaki l

litr bulionu

pół pęczka natki pietruszki

pół szklanki śmietany

łyżka masła

majeranek

sól, pieprz



Grzyby oczyścić, pokroić w kostkę i podsmażyć na maśle razem z pokrojoną cebulą. Do garnka z bulionem dodać pokrojoną marchewkę, pietruszkę i selera. Gotować 10 minut. Następnie dodać podsmażone grzyby i ziemniaki pokrojone w kostkę. Gotować jeszcze przez około 20 minut. Zupę doprawić majerankiem, solą i pieprzem. Zmiksować do konsystencji kremu i dodać śmietany. Na wierzch można posypać posiekaną natką pietruszki.

Pierogi z grzybami

Ciasto na pierogi:

30 dag mąki

15 dag masła

1 jajko

1 łyżka kwaśnej śmietany

sól

Farsz do pierogów:

5 dag suszonych grzybów

1 cebula

1 łyżka masła

1 łyżka tartej bułki

1 łyżka posiekanej natki pietruszki

2 jajka gotowane na twardo

1 łyżka tartej bułki



Sposób przygotowania pierogów z grzybami:

Do mąki dodać, masło, jajko, śmietanę i sól. Dokładnie wyrobić ciasto i wstawić na godzinę do lodówki. Namoczone grzyby zagotować w niewielkiej ilości wody, a następnie drobno posiekać. Posiekaną drobno cebulę zeszklić na maśle, dodać grzyby i chwilę dusić. Do ostudzonych grzybów dodać posiekaną natkę pietruszki, drobno pokrojone jajka na twardo, bułkę tartą i wymieszać wszystko z surowym jajkiem. Po rozwałkowaniu ciasta wycinać szklanką krążki, napelniać farszem, dokładnie skleić brzegi, układać na posmarowanej tłuszczem blasze. Następnie wstawić do gorącego piekarnika i upiec na złoty kolor.

Tarta z grzybami leśnymi

kruchy spód:

1,5 szklanki mąki

80 g masła

1 jajko

1 żółtko

2 łyżki gęstej śmietany

szczypta soli

Nadzienie:

0,5 kg grzybów leśnych

2 małe cebule

2 łyżki masła

natka pietruszki lub szczypio-
rek

biały pieprz, sól

sos:

2 jajka

pół szklanki śmietany

1 łyżka startego żółtego sera

sól, pieprz

Sposób przygotowania :

Kruche ciasto: mąkę przesiej na stolnicę, dodaj posiekane masło, śmietanę, jajko, żółtko i sól. Zagnieć gładkie ciasto i schłódź godzinę w lodówce. Formę do tarty o wym. 26 cm wysmaruj masłem i wylep schłodzonym ciastem. Dno tarty ponakłuj widelcem, przykryj folią aluminiową. Piecz 15 minut w 180 st. Grzyby oczyścić, wypłukać, pokroić w kawałki. Rozgrzać na patelni masło, wrzucić grzyby, smażyć ok. 10 minut, aż wyparuje sok. Dodać posiekaną w kostkę cebulę, wymieszać, smażyć razem chwilę, doprawić solą i pieprzem.

Przygotuj sos: jajka roztrzep, dodaj, śmietanę, starty ser i przeciśnięty przez praskę pozostały czosnek.

Przypraw do smaku solą i pieprzem. Na dno kruchego ciasta rozłóż farsz grzybowy, Całość zalej przygotowanym sosem.

Tartę piecz ok.30-40 minut, aż sos się zetnie, a wierzch ładnie zrumieni.

SMACZNEGO!!!

Agnieszka Kozicka

W telegraficznym skrócie

Jesteśmy bezpieczni!

Uczniowie szkoły podstawowej spotkali się z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji panem **Jarosławem Karkuszewskim** i panem **Radosławem Kulikiem** by porozmawiać o zasadach bezpieczeństwa. Panowie zwrócili szczególną uwagę na zasady bezpiecznego poruszania się w drodze do szkoły oraz przypomnieli naszym najmłodszym wszystkie zasady bezpiecznego zachowania w różnych sytuacjach. Nagrodą za aktywne uczestnictwo w spotkaniu była wizyta policyjnej maskotki, przesympatycznego **Sierżanta Lwa**.

„Udowodnij, że potrafisz” - warsztaty z szermierzami

20 września w naszym ośrodku odbyło się spotkanie oraz warsztaty prowadzone przez sportowców – szermierzy – paraolimpijczyków: pana **Radosława Stańczuka**, pana **Arkadiusza Jabłońskiego** i pana **Stefana Makowskiego**. Zajęcia odbyły się w ramach realizowanego w całej Polsce projektu „Udowodnij, że potrafisz” przygotowanego przez **Fundację Akademii Integracji**. Podczas prezentacji mieliśmy okazję poznać szermierkę na wózkach i samodzielnie zaważać z najlepszymi zawodnikami w Polsce – członkami kadry narodowej, wielokrotnymi medalistami paraolimpijskimi, Mistrzami Świata i Europy. Podczas spotkania dowiedzieliśmy się, że można pokonać różne bariery i ograniczenia wykorzystując swoje zdolności, pasję, radość i poszanowanie życia. Goście pokazali nam, jak wspaniałą rolę może odegrać sport w życiu osoby niepełnosprawnej.

Jem drugie śniadanie

21 września, po raz drugi nasza szkoła przyłączyła się do ogólnopolskiej kampanii informacyjno-edukacyjnej „**Jem drugie śniadanie**” wspierającej program dożywiania głodnych dzieci w Polsce „**Pajacyk**”. Celem akcji jest wyrobienie nawyku spożywania drugiego śniadania. Najmłodsi uczniowie naszej szkoły pod czułym okiem nauczycieli i opiekunów przygotowywali zdrowe kanapki. Robili przekąski z razowego pieczywa, świeżych warzyw, ziół, wędlin i sera.

MISTRZOSTWA WOJEWÓDZTWA LUBELSKIEGO W PIŁCE NOŻNEJ DO LAT 16 - ZAMOŚĆ 2017

W dniu 27.09 2017 w Zamościu odbyły się **Mistrzostwa Województwa Lubelskiego w Piłce Nożnej do lat 16**. W zawodach uczestniczyli zawodnicy z siedmiu ośrodków: Lublin Nr 4, Świdnik, Zamość, Tomaszów Lubelski, Puławy, Włodawa oraz Hrubieszów. Nasza drużyna zaprezentowała bardzo dobry poziom gry, jednak nie pozwoliło to nam zająć czołowych lokat w klasyfikacji końcowej oraz obronić tytuł wicemistrza z poprzednich zawodów.

Szkolna Akcja Sprzątania Świata

Dnia 15 września 2017 r. najmłodsze klasy szkoły podstawowej włączyły się w akcję „Sprzątania Świata”, zbierały pozostawione w różnych miejscach wokół budynku szkoły surowce wtórne, takie jak puszki aluminiowe, szkło, które można przetwarzać. Podczas akcji uczniowie mieli okazję do ćwiczenia w praktyce umiejętność rozróżniania kolorów, dokonywania selekcji przedmiotów, grupowania ich

na potrzebne i niepotrzebne.

Szczególnie tego dnia nauczyciele dzieci w wieku szkolnym wdrażali swoich uczniów do postaw nieśmiecenia, dbania o środowisko.

Ogólnopolski Dzień Głośnego Czytania

W ramach obchodów Ogólnopolskiego Dnia Głośnego Czytania na korytarzu szkolnym od godziny 9:00 na każdej przerwie uczniowie mogli posłuchać czytanych utworów z literatury dziecięcej i młodzieżowej.

Uczymy się ratować

2.10.2017 r. uczniowie naszego ośrodka wzięli udział w pokazie na temat udzielania pierwszej pomocy przygotowanym przez ratowników Państwowej Straży Pożarnej w Hrubieszowie - pana Michała Puszkę, pana Damiana Lemińskiego i pana Marcina Hawryluka. Uczniowie oraz nauczyciele mogli zapoznać się ze specjalistycznym wyposażeniem i sprzętem medycznym potrzebnym podczas udzielania pomocy poszkodowanemu. W kolejnej części szkolenia odbyła się pokazowa akcja ratunkowa prezentująca sposoby niesienia pomocy w razie ataku padaczki lub omdlenia. Uczestnicy pokazu uczyli się w praktyce jak udziela się pierwszej pomocy przedmedycznej.

Przygotowała i zebrała: I.D.Kula
Źródło: www.pzpswhrubieszow.pl

TEN NUMER GAZETKI PRZYGOTOWALI:

Izabela Duławska-Kula, Grażyna Komendacka, Joanna Cedro, Katarzyna Naja, Paweł Nowak, Agnieszka Kozicka, Izabela Krawiec, Marzenna Litwinik-Mizerska. Szata graficzna: Izabela Duławska-Kula