



# SHE online priručnik za škole

---

*5 koraka kako postati školom koja promiče zdravlje*



## Impressum

### Naslov

SHE online priručnik za škole: 5 koraka kako postati školom koja promiče zdravlje

### Autori

Erin Safarjan M.P.H.  
Goof Buijs M.Sc.  
Silvia de Ruiten M.Sc.

### Zahvale

Sadržaj *SHE online priručnika* temelji se na priručnicima *HEPS Alati za škole: Vodič za razvoj politike škole na području zdrave prehrane i tjelesne aktivnosti* te nizozemskog online *Priručnika za zdravu srednju školu (Handleiding Gezonde School Middelbaar Beroepsonderwijs)*. Uvodni dijelovi *zašto je promicanje zdravlja važno u školama i što funkcionira?* te *6 komponenti pristupa cijele škole* temelje se na dokumentu *Promicanje zdravlja u školama: Od dokaza do akcije*

### Financiranje

Ova publikacija proizašla je iz operacionalne potpore CBO-FY2013 kojoj je financiranje dodijeljeno od Europske unije u okviru Zdravstvenog programa. Europska unija niti bilo koja osoba koja djeluje u njeno ime nije odgovorna za sadržaj ove publikacije.

### Datum izdavanja

Prosinac 2013.

Ovaj dokument dostupan je na internetskim stranicama SHE mreže:  
[www.schoolsforhealth.eu/for-schools/](http://www.schoolsforhealth.eu/for-schools/)

CBO  
P.O. Box 20064, 3502 LB Utrecht, Nizozemska  
Email: [she@cbo.nl](mailto:she@cbo.nl)



© CBO, Utrecht, 2013. Niti jedan dio ove publikacije nije dozvoljeno reproducirati bez pisane dozvole. Molbu za prijenosom slika ili teksta valja uputiti na: [she@cbo.nl](mailto:she@cbo.nl)

## Sadržaj

1. Uvod.....	5
1.1. Koja je svrha i kome je namijenjen?.....	5
1.2. Kako je strukturiran? .....	5
1.3. Kako koristiti priručnik?.....	6
1.4. Što je zdravlje? .....	6
1.5. Što je promicanje zdravlja u školi? .....	7
1.6. Zašto je promicanje zdravlja u školi važno? .....	7
1.7. Što funkcionira?.....	8
1.8. Pristup cijele škole .....	8
2. Faza 1: Kako početi.....	9
2.1. Donošenje odluke o postavljanju školom koja promiče zdravlje .....	9
2.2. Osigurajte potporu vodstva škole .....	10
2.3. Pridobijte potporu školske zajednice.....	11
2.4. Identificirajte i uključite druge partnere .....	11
2.5. Identificirajte dostupne resurse .....	12
2.6. Osnujte radnu skupinu .....	12
2.7. Počnite planirati komunikaciju.....	13
2.8. Počnite planirati vrednovanje .....	14
3. Faza2: Ocjena početnog statusa vaše škole .....	14
3.1. Ocjena početnog statusa vaše škole .....	14
3.2. Postavljanje prioriteta .....	15
4. Faza 3: Planiranje akcija .....	16
4.1 Planiranje akcija .....	16
4.2. Glavni i specifični ciljevi.....	17
4.3. Pokazatelji.....	18
4.4. Planiranje komunikacije .....	18
4.5. Planiranje vrednovanja .....	20
4.6. Sastavljanje i revizija vašeg plana.....	21
5. Faza 4: Provedba aktivnosti.....	22
5.1. Proširite vijest o konačnom planu .....	22
5.2. Uklapanje plana u svakodnevnu praksu .....	22
6. Faza 5: Praćenje i vrednovanje .....	23
6.1. Praćenje i vrednovanje .....	23
7. Literatura.....	24

Dodatak 1. Dodatne informacije: Uvod .....	26
1.1. 6 komponenti pristupa cijele škole .....	26
Dodatak 2. Dodatne informacije: Faza 1 .....	27
2.1. Pitanja: Informiranje vodstva škole o prednostima .....	27
2.2. Uključivanje drugih partnera .....	27
2.3. Primjer: Pridobivanje potpore političara .....	28
2.4. Koji su zadaci školske radne skupine za promicanje zdravlja? .....	28
2.5. Pitanja za identifikaciju potencijalnih članova školske radne skupine za promicanje zdravlja .....	28
2.6. Savjeti za osnivanje školske radne skupine za promicanje zdravlja .....	29
2.7. Primjer: Radna skupina: Osnivanje i provedba .....	29
Dodatak 3. Dodatne informacije: Faza 2 .....	31
3.1. Pitanja za pomoć kod ocjenjivanja početnog statusa škole .....	31
3.2. Radionica za postavljanje prioriteta .....	31
Dodatak 4. Dodatne informacije: Faza 3 .....	33
4.1. Što valja uzeti u obzir kod izrade plana .....	33
4.2. Primjer: Rješavanje problema vršnjačkog nasilja (bullyinga) i nasilja u školi .....	33
4.3. Primjer: Mapiranje akcijskog plana .....	34
4.4. Pitanja vezana uz planiranje vrednovanja .....	34
4.5. Vrste vrednovanja: Vrednovanje procesa, dobivenih materijala i ishoda .....	35
4.6. Pitanja za raspravu kod sastavljanja i revizije plana promicanja zdravlja .....	35
Dodatak 5. Dodatne informacije: Faza 4 .....	37
5.1. Kanali za priopćavanje konačnog plana .....	37
5.2. Pitanja koja valja razmotriti kod provedbe aktivnosti .....	37

## 1. Uvod

### 1.1. Koja je svrha i kome je namijenjen?

#### Koja je svrha priručnika?

1. Pružiti uvod u koncept škola koje promiču zdravlje;
2. Pružiti potporu u školama koje žele postati škole koje promiču zdravlje ili pružiti potporu u unaprjeđenju za one škole koje već promiču zdravlje.

#### Kome je namijenjen?

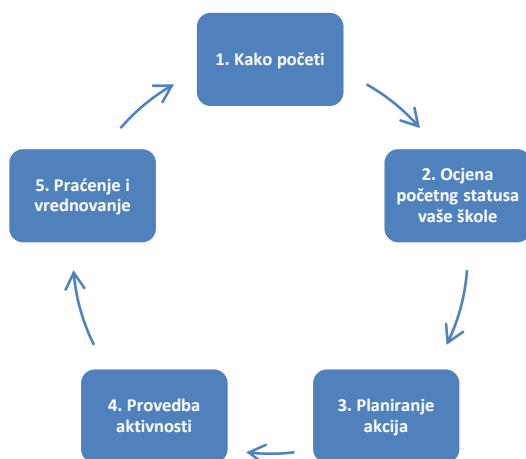
*SHE online priručnik* namijenjen je upravi škole, učiteljima i drugim djelatnicima škole uključenima u razvoj škole koja promiče zdravlje u osnovnoškolskom i srednjoškolskom okruženju. Možete ga koristiti uz pomoć drugih lokalnih/regionalnih stručnjaka iz područja zdravstva ili obrazovanja ukoliko su dostupni.

Iako je usmjeren na lokalne osnovne i srednje škole, informacije sadržane u priručniku također mogu biti korisne onima koji su uključeni u razvoj nacionalne politike promicanja zdravlja u školama ili u drugom akademskom okruženju.

### 1.2. Kako je strukturiran?

*Priručnik* vas korak po korak vodi kroz proces postajanja školom koja promiče zdravlje koji je predstavljen u pet uzastopnih faza. Kao što je vidljivo iz dijagrama koji slijedi (Dijagram 1), faze predstavljaju stalni, ciklični proces. U priručniku je svaka faza prikazana u zasebnom poglavlju. Za svaku fazu opisani su ključni koncepti i aktivnosti koje će vam pomoći da provedete potrebne aktivnosti u okviru određene faze. Većina aktivnosti koje ćete poduzeti ka postajanju/ažuriranju statusa škole koja promiče zdravlje bit će prikazani u okviru jedne od ovih pet faza. Komunikacija i evaluacija dvije su komponente ovog procesa o kojima valja razmisliti i koje valja planirati u okviru svih faza.

**Dijagram 1. Ključne faze pristupa "cijele škole" ka postajanju i ostajanju školom koja promiče zdravlje**



*Priručnik* uključuje i dva prateća materijala koji su osmišljeni kako bi pomogli u potpunoj provedbi određenih faza:

- **SHE alat za brzu ocjenu:** može se koristiti u fazi 2 kako bi pomogao u ocjeni početnog statusa vaše škole vezano uz politike i praksu te kako biste mogli odrediti na što se želite usmjeriti u okviru promicanja zdravlja u vašoj školi. Alat za brzu ocjenu dostupan je na internetu kao dio priručnika te kao dokument za ispis.
- **Alat za izradu akcijskog plana škole:** namijenjen je za uporabu uz *priručnik* u okviru faza 1, 2 i 3. Osmišljen je kako bi vam pomogao u postupku izrade akcijskog plana škole za promicanje zdravlja.

**Napomena:** Priručnik ne uključuje prijedlog zdravstvenih tema koje možete uključiti u okviru promicanja zdravlja u vašoj školi. Odabir ovih tema dio je samog procesa. Sadržaj aktivnosti vaše škole u okviru promicanja zdravlja trebala bi biti vaša odluka koju ćete donijeti tijekom faze 2.

### 1.3. Kako koristiti priručnik?

*Priručnik* možete koristiti na različite načine, ovisno o potrebama i prioritetima vaše zajednice. Njegova je namjena pružiti potporu u procesu postajanja školom koja promiče zdravlje. Većina je škola možda već mnogo napravila na području promicanja zdravlja, kao što je primjerice podučavanje zdravstvenih tema u sklopu školskog plana i programa ili provedba projekata kojima je svrha promicanje socijalnog/emocionalnog zdravlja. Pet faza ka postajanju i ostajanju školom koja promiče zdravlje može se koristiti sustavno za postizanje sveobuhvatnijeg akcijskog plana i provedbu akcijskog plana u praksi.

One škole koje već promiču zdravlje, ove faze mogu koristiti kako bi ocijenile i ažurirale trenutni plan i aktivnosti promicanja zdravlja škole u smislu daljnjeg unaprjeđenja.

**Napomena:** Neke informacije ili izrazi možda neće biti relevantni za svaku školu ili državu; naš je prijedlog da prilagodite informacije sadržane u ovom priručniku kako bi one bile prikladne za vaše okruženje i situaciju.

### 1.4. Što je zdravlje?

Ne postoji jedinstvena definicija zdravlja. Međutim, ono se može opisati kao “stanje potpunog fizičkog, psihičkog i socijalnog blagostanja a ne samo kao odsutnost bolesti ili nemoći”.<sup>1</sup>

Stil i uvjeti života dva su važna čimbenika zdravlja kao šireg koncepta.<sup>2</sup>

- Stil života uključuje zdravstvena ponašanja kao što su prehrana, tjelovježba, uporaba supstanci i spolno ponašanje. Pojedinci često imaju utjecaj na vlastiti odabir stila života.

- Uvjeti života odnose se na okruženje u kojima ljudi žive i rade kao i na to kakav učinak okolno okruženje i društvo ima na život pojedinca. Uvjete života često je teško promijeniti no to nije i nemoguće te ih je stoga važno pokušati unaprijediti.
- Stil i uvjeti života međusobno su povezani. Primjerice, život u sigurnom susjedstvu u kojem je sigurno ostaviti djecu da se igraju vani, povećava vjerojatnost da će djeca biti dovoljno tjelesno aktivna.

Zdravlje se postiže interakcijom ljudi i njihova okoliša. Stoga, promicanje zdravlja uključuje kako ponašanje pojedinca tako i kvalitetu njihovih društvenih veza, okoliš te uvjete života. Škole koje promiču zdravlje odražavaju način na koji ovi individualni i okolišni čimbenici utječu na zdravlje i blagostanje.

### **1.5. Što je promicanje zdravlja u školi?**

Promicanje zdravlja u školama možemo opisati kao „bilo koju aktivnost koju poduzimamo kako bismo unaprijedili i/ili zaštitili zdravlje svih unutar školske zajednice”.<sup>3</sup>

Promicanje zdravlja u školama uključuje zdravstveno obrazovanje koje se podučava u razredu no ono također uključuje i napore za stvaranjem zdrave školske okoline, školske politike i nastavnog plana i programa.

Promicanje zdravlja u školskom okruženju pristup je cijele škole. Ono uključuje više od škole koja provodi aktivnosti promicanja zdravlja. Škola koja promiče zdravlje bavi se zdravljem i blagostanjem na sustavni i integrirani način te ima pisani plan ili politiku škole. Orijentirana je na akcije i sudjelovanje; cijela školska zajednica uključujući učenike, učitelje/ostale djelatnike škole i roditelje, zauzima aktivnu ulogu u donošenju odluka i provedbi aktivnosti. Također se usmjerava na izgradnju kapaciteta što je povezano s razvojem znanja, vještina i obavezivanja članova čitave školske zajednice na promicanje zdravlja i blagostanja.

### **1.6. Zašto je promicanje zdravlja u školi važno?**

Zdravlje i obrazovanje međusobno su povezani:<sup>3</sup>

- Zdrava djeca imaju veći kapacitet za učenje i manje izostaju iz škole.
- Vjerojatnost da će biti zdrava je veća kod one djece koja pohađaju školu
- Manje je vjerojatno da će učenici kod kojih postoji pozitivna povezanost s njihovom školom i značajnim odraslim osobama sudjelovati u rizičnim ponašanjima te je kod njih veća vjerojatnost pozitivnih ishoda učenja
- Obrazovna postignuća pozitivno su povezana s dugoročnim ekonomskim prosperitetom i zdravstvenim ishodima
- Promicanje zdravlja i dobrobiti djelatnika škole može dovesti do smanjene odsutnosti djelatnika i većeg zadovoljstva poslom

- Aktivnim promicanjem zdravlja djelatnika škole kao i učenika, djelatnici škole postaju potencijalni pozitivni uzori

Stoga, promicanje zdravlja u Vašoj školi može pomoći u postizanju obrazovnih, društvenih ciljeva te ciljeva u zapošljavanju djelatnika Vaše škole te utjecati na zdravlje čitave školske zajednice.

Za dodatne informacije o tome zašto je promicanje zdravlja u školama važno, pogledajte SHE činjenice 2; Popis činjenica dostupan je na internetskoj stranici SHE mreže.

### 1.7. Što funkcionira?

Pronađeno je da učinkovitosti škola koje promiču zdravlje doprinosi nekoliko čimbenika. Oni uključuju:<sup>3</sup>

- Razvoj i održavanje demokracije i sudjelovanje u školskoj zajednici
- Osigurati da članovi školske zajednice, uključujući roditelje, imaju osjećaj sudjelovanja u životu škole
- Slijedeći pristup cijele škole u promicanju zdravlja umjesto tradicionalnog pristupa isključivo unutar učionice ili pristupa pojedinačne intervencije.
- Stvaranje društvene okoline koja podupire otvorene i iskrene odnose unutar školske zajednice
- Stvaranje klime u kojoj postoje visoka očekivanja od društvenih odnosa učenika kao i visoka očekivanja vezano uz akademska postignuća
- Uporaba različitih tehnika učenja i podučavanja kako bismo opravdali različite stilove učenja uključujući pružanje istih informacija različitim kanalima (npr. nastavni plan i program, politika/pravila, aktivnosti izvan učionice)
- Istraživanje zdravstvenih problema u kontekstu života učenika i zajednice
- Imati u vidu da se ishodi u školama koje promiču zdravlje javljaju u srednje do dugoročnim razdobljima (3-4 godine nakon postajanja školom koja promiče zdravlje) te da je učinkovita provedba ključ uspjeha

### 1.8. Pristup cijele škole

*Priručnik* koristi pristup cijele škole ka promicanju zdravlja. Ovaj pristup usmjeren je na postizanje kako zdravstvenih tako i obrazovnih ishoda sustavnim pristupom kroz sudjelovanje i usmjerenost na akciju. Utemeljen je na onome što se dokazalo učinkovito u okviru istraživanja i prakse promicanja zdravlja u školi. Za dodatne informacije o tome što funkcionira, pogledajte ovaj odlomak (1.7) u priručniku.

Pristup cijele škole promicanju zdravlja može se podijeliti na šest komponenti:

- Zdravstvena politika škole
- Fizičko okruženje škole
- Društveno okruženje škole



- Zdravstvene vještine pojedinaca i kompetencije za provedbu akcija
- Povezanost sa zajednicom
- Zdravstvene službe

Za dodatne informacije o ovih šest komponenti pogledajte Dodatak 1, 1.1. 6 komponenti pristupa cijele škole.

Usporedno se baveći zdravljem i blagostanjem kroz ovih šest komponenti one osnažuju jedna drugu te će vaše napore za promicanjem zdravlja učiniti učinkovitijim.

Primjerice, zdrave prehrabene navike možemo promicati pomoću politike škole kojom se regulira koja se hrana poslužuje u školi i kakva je hrana dostupna u školi. Školska kantina može se odrediti za pozitivan socijalni i fizički okoliš u koji učitelji i učenici dolaze kako bi nešto pojeli i družili se. Stvaranjem pozitivnog okoliša manje je vjerojatno da će učenici i djelatnici odlaziti iz škole na ručak gdje bi ujedno bilo vjerojatnije da će izabrati manje zdrav obrok. Nadalje, prehrana, davanje važnosti hrani te poznavanje zdravih odabira u prehrani mogu biti podučavani u učionici u skupnim kao i individualnim podukama a ovo obrazovanje može provoditi školska medicinska sestra ili zdravstveni djelatnici. Uključivanje roditelja kao i lokalnih restorana i drugih poduzeća dodatno može osnažiti vaše napore u okviru školskog okruženja.

### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 1. Dodatne informacije: Uvod
  - 1.1. 6 komponenti pristupa cijele škole

## **2. Faza 1: Kako početi**

### **2.1 Donošenje odluke o postajanju školom koja promiče zdravlje**

Vaša odluka da postanete školom koja promiče zdravlje može rezultirati iz različitih situacija a mogu ju potaknuti razni dionici unutar ili izvan školske zajednice. Primjerice:

- Nacionalna ili regionalna zdravstvena uprava u Vašoj zemlji postavila je za svoj cilj pomoći školama u promicanju zdravlja te su Vam se obratili, kao upravi škole, kako bi pridobili Vašu potporu i suradnju u postajanju školom koja promiče zdravlje
- Vi i Vaši djelatnici primijetite trend vezano uz zdravstvene probleme (npr. uporaba supstanci, zlostavljanje ili prekomjerna težina) u Vašoj školi i odlučite odgovoriti na ove probleme pristupom škole koja promiče zdravlje
- Neke škole u Vašoj regiji ili zemlji postale su školama koje promiču zdravlje. Pažnja koja im je posvećena Vaše je djelatnike učinila svjesnim prednosti uključivanja promicanja zdravlja u Vašu školsku zajednicu

- Vaša je vlada donijela obrazovnu politiku kojom se provodi pristup škola koje promiču zdravlje te se traži da u Vašoj školi uvedete pristup škole koja promiče zdravlje
- Roditelji učenika ukazali su na probleme u vašoj školi vezano uz određenu zdravstvenu temu primjerice mentalno zdravlje, životne vještine, kvalitetu hrane koja se nudi učenicima. Želite riješiti ovaj problem i ugraditi ga u pristup škole koja promiče zdravlje.
- Želite bolje organizirati i unaprijediti postojeće aktivnosti promicanja zdravlja u vašoj školi.

Vaša je motivacija važna za diskusiju i odluke koje ćete donijeti kada postajete školom koja promiče zdravlje. Bez obzira na to kako je odluka o tome donesena, promicanje zdravlja u vašoj školi treba uključivati šest komponenti pristupa cijele škole prikazanog u 6 komponenti pristupa cijele škole.

## 2.2. Osigurajte potporu vodstva škole

Početna potpora i trajna obaveza vodstva škole, uprave škole i ravnatelja nužna je za postajanje i ostajanje školom koja promiče zdravlje. Iako su zdravstveni djelatnici i prosvjetni djelatnici izvan škole važni za proces, vodstvo škole trebalo bi preuzeti glavnu ulogu i odgovornost za promicanje zdravlja u školi u partnerstvu s drugim članovima školske zajednice.

Ukoliko je odluka da postanete školom koja promiče zdravlje došla izvan kruga vodstva škole, vodstvo ćete možda trebati uvjeriti u dobrobiti postajanja školom koja promiče zdravlje te će ono trebati izraziti dugoročnu obavezu u tom smislu.

Kontinuirana potpora vodstva škole važna je jer se kod škola koje promiču zdravlje radi o dugoročnim projektima koji se tijekom provedbe razvijaju, provode i vrednuju te unaprjeđuju. \*

- Možda će biti potrebna cijela godina kako biste dobili potporu i izradili školski akcijski plan promicanja zdravlja.
- Nakon što ste izradili dobar plan, za uspjeh promicanja zdravlja u školi ključno je provesti akcije potpuno i sustavno.

Većina ciljeva postiže se 3-4 godine nakon postajanja školom koja promiče zdravlje.

\*Kako biste dobili vizualni prikaz procesa pogledajte Dijagram 1 (odlomak 1.2) u ovom priručniku .

Kako biste o dobrobitima postajanja školom koja promiče zdravlje učinkovito informirali vodstvu vaše škole i pridobili njegovu potporu, korisno je sastaviti plan komunikacije. Za dodatne informacije o izradi plana komunikacije, pogledajte fazu 3,

odlomak 4.4 *Planiranje komunikacije* u priručniku. Također pogledajte odgovarajući odlomak u *Alatu za planiranje akcijskog plana škole*.

### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 2. Dodatne informacije: Faza 1
  - 2.1. Pitanja: Informiranje vodstva škole o prednostima

### **2.3. Pridobijte potporu školske zajednice**

Pridobiti potpore i konsenzusa školske zajednice ključno je za učinkovitost Vaše škole koja promiče zdravlje. Članovi školske zajednice trebali bi dijeliti istu viziju toga što predstavlja škola koja promiče zdravlje i toga što žele postići. Od koristi je ukoliko postoji osjećaj vlasništva i osjećaj uključenosti u donošenje odluka u čitavoj školskoj zajednici.

Ravnatelji mogu imati važnu ulogu u motiviranju drugih članova školske zajednice npr. drugih učitelja i djelatnika škole.

Prijedlozi za postizanje konsenzusa unutar Vaše školske zajednice:<sup>2</sup>

1. Organizirajte sastanak (npr. za djelatnike, roditelje ili učenike) ili školski skup. Na sastancima ravnatelji i predstavnik zdravstva vašu školsku zajednicu mogu uključiti u dijalog o postajanju školom koja promiče zdravlje. Ovo bi trebalo provesti u obliku otvorene rasprave u kojoj sudionici mogu razmijeniti mišljenja i zabrinutosti. Istovremeno, ovime dobivate priliku predstaviti prednosti postajanja školom koja promiče zdravlje. Kada se pripremate za sastanak/skup možda ćete htjeti pogledati odlomak 4.4. *Planiranje komunikacija u priručniku te odlomak 4.3. u Alatu za planiranje akcijskog plana škole*.
2. Posjetite jednu školu koja promiče zdravlje. Organizirate li da vaši kolege, učenici i njihovi roditelji imaju priliku vidjeti školu koja promiče zdravlje može im pomoći da uvide koje su prednosti pristupa škole koja promiče zdravlje. U konačnici, ovo ih može motivirati za davanje potpore odluci o postajanju školom koja promiče zdravlje.

### **2.4. Identificirajte i uključite druge partnere**

Uz članove školske zajednice, postojat će pojedinci ili skupine izvan škole koji su zainteresirani i važni za proces postajanja školom koja promiče zdravlje. Ovi partneri su pojedinci ili skupine kao što su vođe zajednice ili javnozdravstvene institucije koje bi mogle pomoći u procesu postajanja školom koja promiče zdravlje.

Identifikacija i uključivanje ovih partnera može dovesti do snažnije potpore promicanju zdravlja u vašoj školi u okviru šire zajednice. Nadalje, uključivanje lokalnih zdravstvenih stručnjaka i razvoj partnerstva s njima može također dovesti do toga da postanete učinkovitija škola koja promiče zdravlje. Lokalni zdravstveni stručnjaci mogu dati savjet i potporu u razvoju i provedbi te vrednovanju Vaše škole koja promiče zdravlje.

**Napomena:** Svaka škola imaće vlastite partnere. Neki će partneri biti zajednički za većinu škola dok će drugi biti specifični za školu i prioritete školske zajednice. Primjerice, ukoliko škola želi put do škole učiniti sigurnijim za hodanje ili vožnju biciklom, lokalna ili regionalna uprava bila bi važan partner.

### Relevantni dodaci:

- Dodatak 2. Dodatne informacije: Faza 1
  - 2.2. Uključivanje drugih partnera
  - 2.3. Primjer: Pridobivanje potpore političara

## 2.5. Identificirajte dostupne resurse

Dobiti potporu za postajanje školom koja promiče zdravlje učinit će vaš školski plan aktivnosti učinkovitijim i djelotvornijim. Istovremeno, raspolaganje dovoljnim resursima za provedbu promjena koje želite uvesti jednako je važno.

Prije nego počnete s izradom plana vaše škole za promicanje zdravlja najprije je potrebno provjeriti koje aktivnosti već provodite u vezi s promicanjem zdravlja u školi i koji su vam resursi dostupni kako biste mogli proširiti i unaprijediti vaše trenutne napore.

Resursi uključuju:

- **Ljudski resursi** kako što su djelatnici škole, roditelji, vanjski stručnjaci koji su već uključeni u aktivnosti u Vašoj školi
- **Financijski resursi** uključujući financiranje koje se može koristiti u procesu postajanja školom koja promiče zdravlje

U tijeku ovih razmatranja možda ćete pronaći da:

- Možete planirati i provoditi promicanje zdravlja u vašoj školi uz ograničene resurse ili da imate potrebne resurse.
- Trenutno nemate dostatnih resursa. Trebali biste mobilizirati ljudski kapital i/ili pronaći način da prikupite novac ili se prijavite na natječaj za financiranje.
- Možda postoji regionalni ili nacionalni program koji vam može pomoći u dobivanju ljudskih ili financijskih resursa.
- Na temelju dostupnih vam sredstava, aktivnosti promicanja zdravlja u vašoj školi morat će biti ograničene.

## 2.6. Osnujte radnu skupinu

Osnivanje školske radne skupine za promicanje zdravlja važan je prvi korak priprema ka postajanju školom koja promiče zdravlje. Vaša školska radna skupina za promicanje zdravlja može se sastojati od predstavnika školske zajednice ali također uključivati važne partnere izvan škole.

Potencijalni članovi predstavljaju vašu školsku zajednicu te su ugledni i kompetentni ili posebno zainteresirani za područje promicanja zdravlja u školama te su motivirani za sudjelovanje.

Članovi školske radne skupine za promicanje zdravlja mogu uključivati:

- Direktora odnosno ravnatelja škole
- Voditelja školskog odbora
- Učenike (bivše/sadašnje)
- Roditelje
- Učitelja koji podučava zdravstveno obrazovanje
- Školska medicinska sestra/školski liječnik
- Školski socijalni radnik ili psiholog
- Učitelja tjelesnog odgoja
- Upravitelj škole ili predsjednik uprave
- Zdravstveni/obrazovni stručnjaci izvan škole

Nakon što ste osnovali školsku radnu skupinu za promicanje zdravlja, važno je imenovati koordinatora koji će organizirati aktivnosti skupine. Koordinator bi trebao biti netko tko može posvetiti dovoljno vremena i tko je kompetentan za preuzimanje uloge voditelja. On/ona trebali bi imati potporu čitave školske zajednice i imati dovoljne kapacitete kako bi utjecali na promjene u školi. On/ona možda će se dobrovoljno javiti na mjesto koordinatora ali ih se može i zamoliti da preuzmu ovu ulogu.

Dokument Alata za planiranje akcijskog plana škole može biti koristan u osnivanju školske radne skupine za promicanje zdravlja.

**Napomena:** Možda već imate školski odbor ili drugu skupinu koja može poslužiti kao školska radna skupina za promicanje zdravlja.

#### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 2. Dodatne informacije: Faza 1
  - 2.4. Koji su zadaci školske radne skupine za promicanje zdravlja?
  - 2.5. Pitanja za identifikaciju potencijalnih članova školske radne skupine za promicanje zdravlja
  - 2.6. Savjeti za osnivanje školske radne skupine za promicanje zdravlja
  - 2.7. Primjer: Radna skupina: Osnivanje i provedba zadataka

### **2.7. Počnite planirati komunikaciju**

Komunikacija je važan dio svake faze postajanja školom koja promiče zdravlje. Unutar školske zajednice, priopćavanja pravih poruka putem pravih kanala pomoći će vam da

pridobijete potporu za školu koja promiče zdravlje. Ona će pomoći pojasniti važne korake ovog procesa i mogu pomoći osigurati da školska zajednica ima osjećaj vlasništva nad procesom i rezultatima procesa. Također je važno imati dobru komunikaciju s partnerima izvan školske zajednice npr. informirati ih o vašoj školi koja promiče zdravlje, pridobiti njihovu potporu i ako je moguće zatražiti njihovu pomoć.

Poruke i kanali koje koristite ovisit će o ciljnoj skupini i mogu se razlikovati ovisno o trenutnoj fazi procesa. Primjerice, poruke koje želite priopćiti školskoj zajednici kada tek počinjete razlikovat će se od poruka koje želite priopćiti prilikom planiranja akcija.

Od početka, primjerice, kada želite pridobiti potporu članova školske zajednica i partnera izvan škole, korisno je sastaviti plan komunikacije. U ovom planu mapirajte komunikacijske ciljeve, poruke koje želite priopćiti te kanale koje želite koristiti za pojedine ciljne skupine. Napravite li ovo, bit ćete organiziraniji i učinkovitiji.

U vašoj školi možda ima djelatnika koji vam mogu pomoći pri izradi plana komunikacije. Za više informacija te kako započeti, molimo pogledajte odlomak 4.4. *Planiranje komunikacija* u priručniku i 4.3. u dokumentu *Alat za izradu akcijskog plana škole*.

## 2.8. Počnite planirati vrednovanje

Prilikom osnivanja školske radne skupine za promicanje zdravlja, preporučuje se početi planirati vrednovanje. Možda će se činiti da u ovoj fazi procesa prerano za to, no dobro promišljeno i smisleno vrednovanje zahtijeva rano planiranje. Ovo će omogućiti bolju provedbu čitavog procesa.

Nakon osnivanja radne skupine jedan od prvih zadataka može biti donošenje odluke o tome tko će provesti evaluaciju. Hoće li članovi školske radne skupine za promicanje zdravlja koordinirati i provoditi evaluaciju? Preferirate li koristiti usluge za vrednovanje osobe izvan škole? Primjerice vanjski stručnjak može doći iz lokalne ili regionalne zdravstvene institucije ili s lokalnog sveučilišta s katedre društvenih znanosti, javnog zdravstva ili obrazovanja. Za više informacija o koracima procesa pogledajte odlomak 4.5 *Planiranje vrednovanja* u priručniku.

Nakon određivanja stručnjaka/tima za provedbu vrednovanja, dobra je ideja početi planirati vrednovanje, primjerice koje će aktivnosti biti potrebno provesti, kada i tko će ih provesti te koliki vam je proračun na raspolaganju. Detalji plana vrednovanja kao što su što se vrednuje i koje će se metode koristiti mogu se odrediti kasnije kada ocijenite situaciju vaše škole i odaberete prioritete. Vaš plan vrednovanja dio je akcijskog plana.

## 3. Faza2: Ocjena početnog statusa vaše škole

### 3.1. Ocjena početnog statusa vaše škole

U ovoj fazi postajanja školom koja promiče zdravlje, ocjena zdravstvenog statusa vaše škole ključna je početna točka; ovo uključuje identifikaciju trenutne politike koja se tiče zdravstva i blagostanja te praksi u svrhu određivanja prioriteta i potreba vaše školske

zajednice. Ovo također uključuje ocjenu organizacijskih, fizičkih i osobnih čimbenika te kako ovi čimbenici potiču ili sprečavaju aktivnosti promicanja zdravlja škole.

Možda ćete kao pomoć u donošenju ove ocjene ili odabiru strategije koristiti *SHE alat za brzu ocjenu*. *SHE alat za brzu ocjenu* sastoji se od niza pitanja vezanih uz pristup cijele škole. Rasprava i postizanje konsenzusa o ovim pitanjima može vam pomoći u donošenju odluke o tome koji su prioriteti i potrebe vaše škole u promicanju zdravlja. Provedba ove ocjene vaše škole može vam pomoći kod određivanja početne točke za razvoj, praćenje i vrednovanje vaše škole koja promiče zdravlje.

Odlučite li koristiti *SHE alat za brzu ocjenu*, možete ga koristiti u kombinaciji s drugim metodama ocjene. Primjerice, može služiti kao početna točka za diskusiju te je nastavno na alat moguće organizirati radionicu za postavljanje prioriteta; kroz radionicu za postavljanje prioriteta možete osigurati da se kao prioriteti vaše škole koja promiče zdravlje definiraju prioriteti vaše školske zajednice.

**Napomena:** Primjerak *SHE alata za brzu ocjenu* dostupan je na internetskoj stranici SHE mreže.

### Relevantni dodaci:

- Dodatak 3. Dodatne informacije: Faza 2
  - 3.1. Pitanja za pomoć kod ocjenjivanja početnog statusa škole
  - 3.2. Radionice za postavljanje prioriteta

### 3.2. Postavljanje prioriteta

Škola koja je učinkovita u promicanju zdravlja zauzima širi pristup promicanju zdravlja i blagostanja. Istodobno, važno je postaviti prioritete vezano uz to na koje se zdravstvene teme želite usmjeriti. Preporučujemo da se fokusirate na oko dvije do tri zdravstvene teme, uvodeći jednu temu godišnje kako biste osigurali da vaša škola može učinkovito provesti te nastaviti s ovim aktivnostima.

Školska radna skupina za promicanje zdravlja može imati važnu ulogu u postavljanju prioriteta zdravstvenih tema, no njihova specifična uloga ovisit će o školi. Vaša školska radna skupina može odlučiti odabrati pojedine zdravstvene teme. Primjerice, mogu koristeći *SHE alat za brzu ocjenu* i daljnju raspravu odabrati potencijalne prioritete te potom zamoliti povratne informacije od članova školske zajednice prije donošenja konačnog odabira.

### Radionica za postavljanje prioriteta

Alternativno, Vaša radna skupina za promicanje zdravlja može imati nadzornu ulogu te pomoći školskoj zajednici kod postavljanja prioriteta. Ovaj pristup može poprimiti oblik radionice za postavljanje prioriteta.

U sklopu radionice za postavljanje prioriteta odabrani članovi školske zajednice podijele se u skupine djelatnika škole, roditelja i učenika, te ih voditelji radionice vode kroz



proces određivanja prioriteta i odabira zdravstvenih tema kojima bi se bavili u okviru škole koja promiče zdravlje. Školska radna skupina za promicanje zdravlja potom koristi rezultate radionice kako bi napravila konačni odabir zdravstvenih tema.

### **Upitnik za dobivanje povratnih informacija**

Umjesto radionice za postavljanje prioriteta, članovi školske zajednice mogu popuniti pisani upitnik u kojem će naznačiti do koje mjere smatraju važnima pojedine zdravstvene teme. Nakon prikupljanja rezultata, dvije ili tri teme koje su dobile najviše glasova uključit će se kao prioriteti škole koja promiče zdravlje..

**Napomena:** Nakon odabira prioriteta možda ćete zaključiti da je za njihovo rješavanje potrebno uključiti partnere izvan škole, primjerice stručnjake za određenu zdravstvenu temu.

### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 3. Dodatne informacije: Faza 2
  - 3.1. Pitanja za pomoć kod ocjenjivanja početnog statusa škole
  - 3.2. Radionice za postavljanje prioriteta

## **4. Faza 3: Planiranje akcija**

### **4.1 Planiranje akcija**

Kada ste donijeli ocjenu početnog statusa vaše škole i identificirali potrebe i prioritete vaše školske zajednice, ove informacije možete upotrijebiti kako biste sastavili akcijski plan vaše škole za promicanje zdravlja.

U ovoj fazi, članovi Vaše školske zajednice zajedničkim će radom odlučiti o budućnosti Vaše škole koja promiče zdravlje tj. odlučit će o tome na što se žele usmjeriti te što žele postići i kako te u kojem vremenskom razdoblju.

Preporuka je usmjeriti se na implementaciju jednog prioriteta tijekom jedne školske godine. Odnosno, u prvoj školskoj godini provedbe provode se aktivnosti vezane uz prioritet A. Tijekom druge školske godine nastavljaju se aktivnosti vezane uz prioritet A te se uvode nove aktivnosti vezane uz prioritet B. U trećoj školskoj godini nastavljaju se aktivnosti vezane uz prioritete A i B a uvode se aktivnosti vezane uz prioritet C. Nastavljanje aktivnosti vezanih uz svaki prioritet može uključivati redovitu provjeru provodi li se i dalje određena aktivnost koja je ranije uvedena. Dijeljenjem prioriteta na faze na ovakav način, utrožit će se manje vremena na prioritete koji su uvedeni ranije a ove će aktivnosti biti usmjerenije na održavanje/unaprjeđenje negoli na uvođenje novih stvari.



## Razvoj akcijskog plana

Sljedeći korak ka provedbi ideja promicanja zdravlja vaše škole u akciju je razviti konkretni akcijski plan. Akcijski plan pomoći će vam u ostvarivanju glavnih ciljeva promicanja zdravlja i u vrednovanju uspjeha vaše škole koja promiče zdravlje. On uključuje popis strategija i aktivnosti koje će se koristiti kako bi se postigli glavni i specifični ciljevi uz definiranje vremenskog slijeda njihove provedbe. Također može biti korisno zabilježiti materijale koje ćete koristiti te tko će biti odgovoran za provedbu određenih aktivnosti.

**Napomena:** Vaš akcijski plan trebao bi uključivati strategiju za pripremu školske zajednice na provedbu školskog plana promicanja zdravlja, primjerice, pružajući djelatnicima škole relevantnu obuku u smislu stručnog razvoja.

Prije razvijanja akcijskog plana preporučljivo je povezati se s regionalnim stručnjacima iz područja obrazovanja ili stručnjacima javnog zdravstva u svrhu formuliranja realističnog plana.

Akcijski plan možete razviti koristeći Alat za izradu akcijskog plana škole.

### Relevantni dodaci:

- Dodatak 4. Dodatne informacije: Faza 3
  - 4.1. Što valja uzeti u obzir kod izrade plana

## 4.2. Glavni i specifični ciljevi

Definiranje jasnih i razumnih glavnih i specifičnih ciljeva pomaže u pojašnjenju ciljeva škole koja promiče zdravlje tijekom nadolazećih 3-5 školskih godina. Glavni i specifični ciljevi također su baza za vrednovanje; oni predstavljaju temelj za određivanje je li program promicanja zdravlja u školi proveden uspješno i jesu li postignuti željeni ishodi.

- Glavni ciljevi predstavljaju ukupnu željenu promjenu zdravlja i blagostanja i trebali bi biti utemeljeni na prioritarnim područjima.
- Specifični ciljevi zapravo su glavni ciljevi prikazani na razini mjerljivih aktivnosti i ishoda pomoću kojih se očekuje ispunjenje glavnih ciljeva.

Specifični ciljevi trebali bi biti SMART (engl kratica) tj. Mjerljivi, Ostvarivi, Relevantni te bi njihovo postizanje trebalo biti definirano određenim vremenskim razdobljem. SMART specifični ciljevi mogu vam pomoći u izradi plana vrednovanja.

### Procesni ciljevi i ciljevi ishoda

Postoje dva tipa specifičnih ciljeva: procesni ciljevi te ciljevi ishoda.

Procesni ciljevi su aktivnosti koje će biti provedene kako bismo postigli glavne ciljeve npr. specifičan broj edukacija za učitelje vezanih uz promicanje zdravlja ili broj učenika

koji su sudjelovali u radionici za postavljanje prioriteta. Ovi ciljevi odgovaraju procesnom vrednovanju.

Ciljevi ishoda mjerljivi su ishodi, specifičnija inačica općeg cilja koja određuje jesmo li postigli opći cilj. Primjerice, cilj ishoda može biti mjerljiva promjena ponašanje učitelja/učenika ili emocionalno blagostanje. Ciljevi ishoda odgovaraju vrednovanju ishoda.

**Napomena:** Prilikom određivanja glavnih i specifičnih ciljeva pogledajte Dodatak 1, 1.1 6 komponenti pristupa cijele škole. U idealnom slučaju, vašim ćete prioritetima pristupiti koristeći nekoliko, ako ne i sve ove kanale. Ovo će vam pomoći osigurati učinkovitost vaše škole u promicanju zdravlja i strukturno uključivanje promicanja zdravlja u školu što će omogućiti njegovu održivost.

Kod odabira vremenskih rokova za provedbu specifičnih ciljeva i razine očekivane promjene budite realni. Stručnjaci iz područja zdravstva i/ili obrazovanja izvan vaše školske zajednice mogu vam pomoći u ovom procesu

#### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 1. Dodatne informacije: Uvod
  - 1.1. 6 komponenti pristupa cijele škole
- Dodatak 4. Dodatne informacije: Faza 3
  - 4.2. Primjer: Rješavanje problema vršnjačkog nasilja (bullyinga) I nasilja u školi

#### **4.3. Pokazatelji**

Pokazatelj možemo usporediti s prometnim znakom; pokazuje nam „jesmo li na pravom putu, koliko smo daleko doputovali i koliko dugo još moramo putovati.”<sup>4</sup> Drugim riječima, pokazatelji pomažu mjeriti napredak škole koja promiče zdravlje, koliko je napredovala i koliko toga je još potrebno napraviti kako bi se postigli glavni i specifični ciljevi. Oni reflektiraju razvoj programa i procesa provedbe odnosno izlaznih materijala /ishoda te se koriste u praćenju i vrednovanju programa škole koja promiče zdravlje.

Pokazatelj bi trebao biti SMART (engl., kratica za: Specifičan, Mjerljiv, Ostvariv, Relevantan te bi ih se trebao postojati definirano vremensko razdoblje u kojem ih valja postići).

**Napomena:** Ponekad će vaši ciljevi poslužiti kao pokazatelji no ponekad ćete morati definirati posebne pokazatelje. Ovo će ovisiti o složenosti, specifičnosti i mjerljivosti vaših ciljeva.

#### **4.4. Planiranje komunikacije**

Komunikacija ima važnu ulogu u svim fazama postajanja školom koja promiče zdravlje. Primjerice, dobra je komunikacija važna kod:

- Dobivanja potpore za Vašu školu koja promiče zdravlje od članova školske i okolne zajednice te održavanja te potpore
- Izražavanja tko je odgovoran za koje aktivnosti; kada provodite akcijski plan za promicanje zdravlja Vaše škole i kada se želite uvjeriti da se sve aktivnosti provode na vrijeme.

Radi učinkovite komunikacije u različitim situacijama plan komunikacije može biti vrlo koristan.

### **Koraci pri izradi plana komunikacije:**<sup>5</sup>

1. Postavite jasne komunikacijske ciljeve
2. Sastavite jasne i jednostavne poruke
3. Odlučite se za dobre komunikacijske kanale
4. Opišite sve komunikacijske aktivnosti
5. Izradite proračun za provedbu komunikacijskih aktivnosti

**Napomena:** Prva tri koraka opisana su u *priručniku*; možete zapisati ključne komponente vašeg komunikacijskog plana u *Alat za izradu akcijskog plana škole*, u odlomke 4.3 *Planiranje komunikacije* te 4.5.2 *Tabela: Plan komunikacije škole koja promiče zdravlje*.

### **Postavite jasne komunikacijske ciljeve**<sup>6</sup>

Kao temelj komunikacijskih aktivnosti važno je imati jasne komunikacijske ciljeve. Komunikacijski ciljevi su ono što želite postići komunikacijskim porukama.

- Ciljevi bi se trebali odnositi na znanje, stavove ili ponašanje ciljnih skupina
- Ciljevi bi trebali biti SMART (engl., kratica za: Specifičan, Mjerljiv, Ostvariv, Relevantan te bi ih se trebalo moći postići u određenom vremenskom periodu).

Ovo je primjer cilja za ciljnu skupinu djelatnika škole vezan uz znanje: Svi djelatnici škole svjesni su dobrobiti postajanja školom koja promiče zdravlje tijekom prva tri mjeseca procesa planiranja.

Primjeri mogućih ciljnih skupina:

- Učenici
- Upravno vijeće škole
- Učitelji i drugi djelatnici škole
- Roditelji
- Zdravstveni stručnjaci škole (npr. socijalni radnik i školska medicinska sestra)
- Lokalne zdravstvene institucije
- Lokalni mediji
- Vođe zajednice

## **Sastavite jasne i jednostavne poruke**

Nakon definiranja komunikacijskih ciljeva važno je osmisliti jasne i koncizne poruke za ciljnu skupinu na temelju komunikacijskih ciljeva.

Predlažemo da odvojite dovoljno vremena za osmišljavanje pravih poruka. Uvid u istraživanja o tome koje poruke djeluju može biti od pomoći. U većini situacija, bolje je koristiti pozitivne poruke. Primjerice možete reći „učenici će biti zdraviji“ ili „učenici će rjeđe biti bolesni“.

Slijedi nekoliko savjeta za osmišljavanje učinkovitih poruka:

- Razmislite o tome je li pozitivna ili negativna poruka prikladnija za vaše ciljne skupine i ciljeve.
- Razmislite je li bolje koristiti ozbiljnu poruku ili bi uporaba humora bila učinkovitija.
- Neka poruke budu SMART
- Poruke bi se trebale odnositi na znanje, stavove ili ponašanje
- Razmislite o tome kako vam poruke mogu dati potporu u postajanju školom koja promiče zdravlje

## **Odlučite se za dobre komunikacijske kanale**

Odabir pravog komunikacijskog kanala jednako je važan kao i sama poruka. Kada odabirete kanal komunikacije može biti od koristi zapitati se hoće li vam on pomoći u postizanju komunikacijskog cilja. Kanal bi također trebao biti prikladan za vašu specifičnu ciljnu skupinu. Ukoliko roditelji učenika ne koriste Internet ili društvene medije, u tom slučaju Internet i kanali društvenih medija nisu prikladni za širenje komunikacijskih poruka ovoj skupini.

Neki primjeri komunikacijskih kanala su:

- Brošure, letci, plakati
- Školske novine
- Školska Internet stranica
- Informativni sastanci (primjerice sastanak cijele škole ili sastanak učitelja i roditelja)
- Priopćenja za medije
- Društveni mediji (Twitter, Facebook, Hyves)

## **4.5. Planiranje vrednovanja**

Vrednovanje vaše škole koja promiče zdravlja treba planirati kao dio školskog akcijskog plana za promicanje zdravlja. Nakon odabira prioriteta, glavnih i specifičnih ciljeva, imate ćete bolju predodžbu toga što želite vrednovati i u kojem vremenskom razdoblju.

### **Koraci procesa vrednovanja <sup>5</sup>**

Planiranje i provedba vrednovanja sastoji se od sljedećih koraka:

1. U **fazi 1 (postajanja školom koja promiče zdravlje)**: Počnite planirati vrednovanje programa
2. U **fazi 1**: Odlučite tko će provesti vrednovanje (npr. članovi školske radne skupine za promicanje zdravlja ili vanjski stručnjak za vrednovanje lokalne ili regionalne zdravstvene institucije; stručnjak za vrednovanja sveučilišta s katedre društvenih znanosti, javnog zdravstva ili katedre za obrazovanje).
3. U **fazama 2-3**: Razvijte plan vrednovanja uključujući detalje o dizajnu vrednovanja, vremenskim rokovima, potrebnim resursima i podjeli zadataka.
4. U **fazi 3**: Odaberite prikladnu metodu vrednovanja, kao što su intervjui, zapažanja ili upitnici. Prikladnost metode vrednovanja ovisit će o nekoliko čimbenika npr. koliko vremena i resursa imate na raspolaganju te što želite izmjeriti. **Napomena**: Rezultati inicijalne procjene početnog statusa škole služit će kao početna točka za vrednovanja škole koja promiče zdravlje.
5. U **fazi 5**: Provedite vrednovanje.
6. U **fazi 5**: Upotrijebite rezultate vrednovanja kako biste prilagodili postojeći program škole za promicanje zdravlja.

U sklopu *Alata za planiranje akcijskog plana škole* možete ispuniti vlastiti plan vrednovanja.

#### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 4. Dodatne informacije: Faza 3
  - 4.4. Pitanja vezana uz planiranje vrednovanja
  - 4.5. Vrste vrednovanja: Vrednovanje procesa, dobivenih materijala i ishoda

#### **4.6. Sastavljanje i revizija vašeg plana**

Školska radna skupina za promicanje zdravlja odgovorna je za sastavljanje plana promicanja zdravlja, no savjetujemo Vam da informirate školsku zajednicu o napravljenom napretku na jednostavan i jasan način. Također je korisno dobiti povratne informacije iz različitih članova školske zajednice prije donošenja konačnog plana promicanja zdravlja. Ovo osigurava osjećaj vlasništva i posvećenosti planu i njegovoj provedbi. Možda će biti lakše dobiti povratne informacije u obliku upitnika prilagođenih različitim ispitanicima (npr. učenicima, učiteljima/drugim djelatnicima škole i roditeljima).

**Napomena:** Za prikupljanje i primjene povratnih informacija potrebno je određeno vrijeme. Ovo vrijeme valja uračunati u akcijski plan škole za promicanje zdravlja.

Kada prikupite sve povratne informacije vezano uz nacrt plana, školska radna skupina za promicanje zdravlja trebala bi raspraviti o povratnim informacijama te napraviti potrebne izmjene.

#### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 4. Dodatne informacije: Faza 3
  - 4.6. Pitanja za raspravu kod sastavljanja i revizije plana promicanja zdravlja

## **5. Faza 4: Provedba aktivnosti**

### **5.1. Proširite vijest o konačnom planu**

Postajanje školom koja promiče zdravlja suradni je proces koji dijeli cijela školska zajednica. Stoga je distribucija i slavlje konačnog školskog plana za promicanje zdravlja dio procesa. Ovo svim uključenima daje priliku cijeniti dobivene rezultate rada. Ovo također pruža priliku za informiranjem i dobivanjem daljnje potpore partnera izvan vaše školske zajednice.

Donošenje odluke o tome kako distribuirati konačni plan škole za promicanje zdravlja te kome, dio je plana komunikacije.

Odlomak *Planiranje komunikacije Alata za planiranje akcijskog plana škole i priručnika* može vam pomoći u odluci o odabiru komunikacijske strategije.

#### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 5. Dodatne informacije: Faza 4
  - 5.1. Kanali za priopćavanje konačnog plana

### **5.2. Uklapanje plana u svakodnevnu praksu**

Kako biste postigli glavne i specifične ciljeve škole za promicanje zdravlja morat ćete Vašu politiku učiniti dijelom svakodnevnog života školske zajednice. Kako biste ovaj plan proveli u praksi morat ćete provesti strategije u školskom akcijskom planu promicanja zdravlja. Sukladno tome, aktivnosti vezane uz svaki specifični cilj morat će biti organizirane, raspoređene i morat će biti dodijeljeni dostatni resursi.

U ovoj fazi procesa možda ćete htjeti dobiti dodatnu potporu roditelja i partnera u izvan školske zajednice.

#### **Savjeti za provedbu aktivnosti:**

- Preporuka je postaviti ključne točke.<sup>2</sup> One Vam omogućuju vrednovanje procesa provedbe aktivnosti tijekom njihove provedbe te provedbu potrebnih prilagodbi.
- Učinkovita koordinacija i komunikacija ključna je u ovoj fazi procesa. Ona omogućuje identifikaciju i rješavanje izazova, osigurava provedbu potrebnih

aktivnosti i njihov pravovremeni završetak te proslavu uspjeha. Iz ovog razloga važno je uzeti dovoljno vremena da podijelite iskustva, napredak i izazove.

- Dijeljenje primjera dobre prakse o postajanju školom koja promiče zdravlje s čitavom školskom zajednicom također može osigurati da svi dobro razumiju viziju, proces te ishode, može potaknuti interes u ono što je postignuto te rezultirati raspravom koja može dovesti do unaprjeđenja promicanja zdravlja u školi.

### **Relevantni dodaci:**

- Dodatak 5. Dodatne informacije: Faza 4
  - 5.2. Pitanja koja valja razmotriti kod provedbe aktivnosti

## **6. Faza 5: Praćenje i vrednovanje**

### **6.1. Praćenje i vrednovanje**

Praćenje i vrednovanje pružit će Vam ključne informacije o programu promicanja zdravlja u školi uključujući o:

- Napretku aktivnosti koje se provode
- Izazovima i uspjehu provedbe Vašeg plana
- Učinkovitosti promicanja zdravlja u školi u odnosu na očekivane glavne i specifične zdravstvene ciljeve
- Priklanosti ove inicijative za školsku zajednicu tijekom vremena

Prioriteti, potrebe i željeni ishodi u školskoj zajednici mogu se promijeniti. Stoga planiranje, prilagodba i provedba Vašeg plana za promicanje zdravlja predstavlja trajni proces. On zahtijeva opetovano praćenje, vrednovanje i reviziju najmanje svake 3-4 godine.

**Napomena:** Ideju provođenja vrednovanja djelatnici škole mogu smatrati negativnim iskustvom. Možda će se osjećati kao da ih se osuđuje. Važno je objasniti prednosti praćenja i vrednovanja. Radi se o procesu učenja koji nudi priliku za napredak.

## 7. Literatura

1. Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19 June - 22 July 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. The definition has not been amended since 1948
2. Simovska, V., Dadaczynski, K., Viiia, N.G., Tjomsland, H.E., Bowker, S., Woynarowska, B., de Ruiter, S., Buijs, G. (2010). HEPS Tool for Schools: A Guide for School Policy Development on Healthy Eating and Physical Activity. Woerden, NIGZ.
3. St Leger, L., Young, I., Blanchard, C., Perry, M. (2010) Promoting Health in Schools: from Evidence to Action. An International Union for Health Promotion and Education (IUHPE) publication <http://www.iuhpe.org/index.html>
4. Barnekow, V., Buijs, G., Clift, S., Jensen, B. B., Paulus, P., Rivett, D. & Young, I. (2006). Health-promoting schools—definition and role of indicators in “Health Promoting Schools: a resource for developing indicators”(41-60). IPC, WHO regional Office for Europe, Copenhagen
5. RIVM (2013). Handleiding Gezonde School middelbaar beroepsonderwijs. <https://www.gezondeschool.nl/communicatiematerialen-en-instrumenten-gezonde-school-1>
6. RIVM (2013). Handleiding Gezonde School middelbaar beroepsonderwijs, Communicatieplan. <https://www.gezondeschool.nl/communicatiematerialen-en-instrumenten-gezonde-school-1>
7. Bruinen, G. (2009). Effective and efficient health promotion in schools; the Rotterdam experience. In G. Buijs, Jociute A., Paulus P. & Simovska V. (Ed.) “Better schools through health: learning from practice. Case studies of practice presented during the third European Conference on 2 Health Promoting Schools, held in Vilnius, Lithuania, 15-17 June 2009”(33-35). ISBN 978-9986- 649-33-5
8. Vezzoni, M., Morelli, C., Calaciura, A., Mariani, C., Acerbi, L. Tassi, R., Penati, M., Bonaccolto, M., Fantini, Luigi, Sequi, C. & Germani, T. (2009). “My dear Pinocchio”: The Italian way to the health promoting school. In G. Buijs, Jociute A., Paulus P. & Simovska V. (Ed.) “Better schools through health: learning from practice. Case studies of practice presented during the third European Conference on 2 Health Promoting Schools, held in Vilnius, Lithuania, 15-17 June 2009”(22-24). ISBN 978-9986- 649-33-5



9. Dawson, M., Bessems, K., Buijs, G. (2006) schoolSlag Prioriteitenworkshop Basisonderwijs. Woerden, NIGZ
10. Sokou, K. (2009). Pupils as health promoters and researchers on understanding, genuineness and respect. In G. Buijs, Jociute A., Paulus P. & Simovska V. (Ed.) "Better schools through health: learning from practice. Case studies of practice presented during the third European Conference on 2 Health Promoting Schools, held in Vilnius, Lithuania, 15-17 June 2009"(48-50). ISBN 978-9986- 649-33-5
11. Lanfranconi, E. (2006). A self-evaluation tool for linking health-promoting schools with school development in Switzerland. In V. Barnekow, Buijs, G., Clift, S., Jensen, B. B., Paulus, P., Rivett, D. & Young, I. "Health Promoting Schools: a resource for developing indicators"(159-168). IPC, WHO regional Office for Europe, Copenhagen
12. World Health Organization (2008) "School Policy Framework: implementation of the WHO global strategy on diet, physical activity and health." ISBN 978 92 4 159686 2

## Dodatak 1. Dodatne informacije: Uvod

### 1.1. 6 komponenti pristupa cijele škole

Pristup cijele škole promicanju zdravlja možemo podijeliti u sljedećih šest komponenti:<sup>3</sup>

- **Zdravstvena politika škole** su jasno definirani dokumenti ili prihvaćene prakse osmišljene za promicanje zdravlja i blagostanja. Ove politike mogu regulirati koja će se hrana posluživati u školi ili opisati kako spriječiti ili se suočiti s vršnjačkim nasiljem (bullyingom) u školi. Ove politike dio su školskog plana.
- **Fizičko okruženje škole** uključuje zgradu, dvorište te okoliš škole. Primjerice, stvaranje zdravog fizičkog okruženja može uključivati aktivnosti kojima se školski okoliš čini privlačnijim za rekreaciju i tjelesnu aktivnost.
- **Društveno okruženje škole** odnosi se na kvalitetu odnosa unutar i između članovima školske zajednice primjerice između učenika i učenika te djelatnika škole. Na društveno okruženje škole utječe veza s roditeljima i širom zajednicom.
- **Zdravstvene vještine pojedinaca i kompetencije za provedbu akcija** moguće je promicati aktivnostima koje razvijaju znanje i vještine koje učenicima omogućuju izgradnju kompetencija poduzimanja akcija vezanih uz zdravlje, blagostanje i obrazovna postignuća.
- **Povezanost sa zajednicom** povezanost je škole i obitelji učenika te škole i ključnih skupina/pojedinaca u zajednici koja ih okružuje. Konzultacije i suradnja s ključnim skupinama/pojedincima zajednice pružit će potporu naporima škole u promicanju zdravlja i školskoj zajednici pružiti potporu pri provedbi aktivnosti promicanja zdravlja.
- **Zdravstvene službe** lokalne su i regionalne službe unutar škole ili povezane sa školom koje su odgovorne za zdravstvenu skrb učenika i promicanje zdravlja pružanjem usluga izravno učenicima. Ovo uključuje učenike s posebnim potrebama. Zdravstveni djelatnici mogu surađivati s učiteljima na specifičnim temama primjerice higijena i spolno obrazovanje.

## **Dodatak 2. Dodatne informacije: Faza 1**

### **2.1. Pitanja: Informiranje vodstva škole o prednostima**

Kada se pripremate dati informacije o prednostima škole koja promiče zdravlje vodstvu škole, korisno je razmotriti sljedeća pitanja te pronaći argumente kako biste ih osporili ili riješili.

1. Što bi moglo spriječiti upravu škole ili ravnatelja od toga da pruži potporu odluci za postajanje školom koja promiče zdravlje? Primjerice:
  - a. Ravnatelj je već bio uključen u sličnu inicijativu, npr. održiva ili sigurna škola, te se boji da bi škola koja promiče zdravlje zasjenila ono što već postoji ili da će zahtijevati dodatni posao. \*
  - b. Ograničeno vrijeme/financiranje
  - c. Vjerovanje da promicanje zdravlja nije prioritet u školskom okruženju
  - d. Neuvjerenost u dobrobiti za školu
2. Koje prioritete ima uprava škole ili ravnatelj?

\* Ukoliko je ovaj primjer primjenjiv na vašu školu, molimo pogledajte sljedeće informacije

### **Škole sa sličnim programima i aktivnostima**

Ukoliko je vaša škole već uključena u slične programe ili aktivnosti škola koje promiču zdravlje (primjerice sigurna škola ili druge aktivnosti vezane uz zdravlje), vaši ravnatelj ili uprava škole možda će oklijevati u donošenju još jedne promjene ka postajanju školom koja promiče zdravlje. Možda će smatrati da će pristupom cijele škole zamijeniti postojeće aktivnosti.

Škola koja promiče zdravlje može pružiti okvir za organizaciju drugih programa i aktivnosti te im pomoći da budu učinkovitiji. Ovo može biti važna komunikacijska poruka koju valja prenijeti zabrinutom vodstvu škole.

### **2.2. Uključivanje drugih partnera**

Kako i kada će se ovi partneri uključiti u proces postajanja školom koja promiče zdravlje ovisi o tipu partnera te je u konačnici Vaša odluka. Ukoliko Vam neki od partnera može pomoći u tome da postanete škola koja promiče zdravlje, trebali biste ih u idealnom slučaju uključiti od samog početka te bi oni mogli biti dobri kandidati članova školske radne skupine za promicanje zdravlja. Partnere možete uključiti i kasnije tijekom procesa.

Primjerice:

- Kada ste odabrali prioritete promicanja zdravlja vaše škole, suradnja s partnerima izvan škole možda će biti potrebna kako biste mogli provesti nužne promjene.
- Kada ste izradili plan promicanja zdravlja vaše škole, možda ćete htjeti kontaktirati partnere izvan škole (npr. vodstvo zajednice) kako biste od njih dobili povratne informacije i potporu. Umjesto ovoga, o planu promicanja zdravlja u vašoj školi možete ih informirati tijekom faze *Provedba aktivnosti* (faza 4) postajanja školom koja promiče zdravlje.

### **2.3. Primjer: Pridobivanje potpore političara**

U nekim slučajevima, pridobivanje potpore lokalnih političara je važna, ali uvjeriti lokalne političare da pruže potporu promicanju zdravlja u školama može biti izazov budući da su dobrobiti ovog pristupa vidljivi tek nakon duljeg vremena.

U Rotterdamu, gradu u Nizozemskoj, lokalne su političare uvjerali da pruže potporu promicanju zdravlja u školama pomoću poruke „maksimalne iskorištenosti potencijala“.<sup>7</sup> U ovom lučkom gradu, u kojem su stope napuštanja srednjoškolskog obrazovanja visoke, lokalni političari zainteresirani za akademska postignuća, postali su ambasadorima pristupa škola koje promiču zdravlje

### **2.4. Koji su zadaci školske radne skupine za promicanje zdravlja?**

Uloga školske radne skupine za promicanje zdravlja voditi je školsku zajednicu ka postajanju i ostajanju školom koja promiče zdravlje.

- Radna skupina donosi ocjenu trenutne zdravstvene politike i prakse škole kako bi se utvrdile potrebe i prioritete školske zajednice.
- Radna skupina vodi školu kroz sve faze razvoja i održavanja škole koja promiče zdravlje.
- Radna skupina pruža potporu kontinuiranoj obavezi školske zajednice ka postajanju i ostajanju školom koja promiče zdravlja.

### **2.5. Pitanja za identifikaciju potencijalnih članova školske radne skupine za promicanje zdravlja**

1. Tko pripada ili predstavlja Vašu školsku zajednicu i kakvu bi perspektivu/uvid mogao pružiti aktivnostima koje se spominju pod Dodatak 2, 2.4. Koji su zadaci školske radne skupine za promicanje zdravlja?
2. Postoje li organizacije/pojedinci izvan Vaše školske zajednice koje bi trebale biti uključene u radnu skupinu? Razmislite o relevantnoj stručnosti koja bi mogla nedostajati unutar školske zajednice.
3. Kakva bi mogla biti njihova uloga, kakav bi doprinos mogli dati radnoj skupini?

4. Tko su najrelevantniji i najmotiviraniji članovi unutar i izvan Vaše školske zajednice?
5. Mogu li ovi članovi posvetiti dovoljno vremena kako bi mogli izvršiti svoju ulogu sada te u idealnom slučaju, tijekom idućih nekoliko godina?

## 2.6. Savjeti za osnivanje školske radne skupine za promicanje zdravlja

Preporučuje se da ova skupina ima relativno mali broj članova, ako je moguće između 5 i 8. U velikoj skupini može biti teško postići konsenzus te su potrebni znatniji ljudski resursi. Istovremeno, potrebno je dobiti mišljenje, potporu i pomoć svih predstavnika glavnih ciljnih skupina.

Važno je aktivno uključiti učenike proces razvoja, provedbe i vrednovanja škole koja promiče zdravlje. Perspektiva učenika je važna, a damo li im aktivnu ulogu u ovom procesu povećat će se njihov osjećaj vlasništva i obaveze usvajanju i daljnjem pridržavanju novih politika i praksi. Aktivno sudjelovanje učenika ključno je za aktivnosti promicanja zdravlja u školi.

Kada ste osnovali školsku radnu skupinu za promicanje zdravlja važno je potvrditi ulogu svakog člana i njihove obaveze u sklopu te uloge. Nadalje, članovi se trebaju složiti oko toga koliko će se često sastajati te oko očekivanog trajanja sastanka. Pogledajte odlomke 2.1 i 2.2. (*Kako započeti*) u *Alatu za planiranje akcijskog plana škole* za tablice za popunjavanje ovih važnih koraka

## 2.7. Primjer: Radna skupina: Osnivanje i provedba

Škole talijanske regije Lombardija koje su pristale sudjelovati u programu promicanja zdravlja u školama Moj dragi Pinnochio\* zamoljene su da provedu sljedeća tri koraka:

1. Dobijte formalno odobrenje upravnog odbora škole
2. Osigurajte pismeni opis svrhe postajanja školom koja promiče zdravlje u školskim planovima te na internetskoj stranici škole
3. Osnujte školsku radnu skupinu za promicanje zdravlja koji se sastoji učitelja, djelatnika, roditelja, učenika i zdravstvene službe)

Školski tim za promicanje zdravlja odgovoran je za sljedeće zadaće:

1. Definirati te istražiti zdravstveni status škole
2. Odabrati prioritete u promicanju zdravlja uz pomoć školske zajednice
3. Predložiti glavne i specifične ciljeve i akcije kojima bi se riješili zdravstveni prioriteti
4. Integrirati zdravstvene teme/područja interesa u formalni nastavni plan i program uporabom metoda sudjelovanja učitelja

5. Integrirati zdravstvene teme/područja interesa u područje školske politike, okoliš i zdravstvene službe
6. Uključiti se u proces osnaživanja koji uključuje školu i zajednicu izvan škole i promiče sudjelovanje
7. Vrednovati aktivnosti promicanja zdravlja koje se provode u školi i njihove ishode u suradnji sa stručnjakom za evaluaciju lokalnog sveučilišta/zdravstvene institucije.

Školska radna skupina za promicanje zdravlja sastala se najmanje jednom mjesečno ili prema potrebi. Na prvom sastanku diskutiralo se o planu komunikacije kojim bi se školskoj zajednici priopćile prednosti postajanja školom koja promiče zdravlje; organizirani su dodatni sastanci kako bi se isplanirale sve faze postajanja školom koja promiče zdravlje.

\*Ovaj primjer temelji se na *Moj dragi Pinocchio*: talijanski način do postajanja školom koja promiče zdravlje, analiza slučaja u *Bolje škole kroz zdravlje: Učiti iz prakse*.<sup>8</sup>

## **Dodatak 3. Dodatne informacije: Faza 2**

### **3.1. Pitanja za pomoć kod ocjenjivanja početnog statusa škole**

Prije uporabe *SHE alata za brzu ocjenu* ili druge metode ocjene, od pomoći može biti najprije prodiskutirati sljedeća pitanja u okviru školske radne skupine za promicanje zdravlja. Ova pitanja mogu biti od pomoći kada počinjete ocjenjivati početni status vaše škole.

1. Ima li Vaša škola postojeću politiku usmjerenu na promicanja zdravlja školske zajednice? Ukoliko je tako, je li ona općepoznata i primjenjuju li ju djelatnici škole/školska zajednica? Da li se trenutno primjenjuje?
2. Imate li trenutno definirane prioritete vezane uz promicanje zdravlja i blagostanja u Vašoj školi?
3. Kakva je trenutna praksa vezana uz promicanje zdravlja u Vašoj školi? Razlikuje li se ona ovisno o razrednom uzrastu ili učitelju? Uključuje li ona cijelu školsku zajednicu?
4. Koji organizacijski čimbenici promoviraju ili sprečavaju provedbu aktivnosti promicanja zdravlja u školi od strane učitelja ili učenika? Primjerice, vjerovanje da je ovo posao učitelja koji provode zdravstveno obrazovanje a ne posao čitave škole.
5. Koji fizički čimbenici potiču ili sprečavaju provedbu aktivnosti promicanja zdravlja u školi od strane učitelja ili učenika?
6. Koji individualni čimbenici poput stavova, vjerovanja ili vremena potiču ili sprečavaju provedbu aktivnosti promicanja zdravlja u školi od strane učitelja ili učenika?
7. Postoje li etničke, vjerske ili socioekonomske razlike u zdravstvenom ponašanju u Vašoj školskoj zajednici? Ako postoje, koje su te razlike i kako ih je moguće riješiti?
8. Postoje li trenutno partneri izvan školske zajednice koji podržavaju napore vaše škole u promicanju zdravlja? Ukoliko je tako, tko su ti partneri i koje su njihove uloge?
9. Koji ljudski i financijski resursi su Vam trenutno na raspolaganju za provedbu aktivnosti promicanja zdravlja?

### **3.2. Radionica za postavljanje prioriteta**

**Svrha radionice za postavljanje prioriteta je:**

- dobiti daljnju potporu školske zajednice za postavljanje školom koja promiče zdravlje

- postići konsenzus i osjećaj suvlasništva škole koja promiče zdravlje
- raspraviti i odabrati prioritetna područja

**Uloga školske radne skupine za promicanje zdravlja:** Jedan ili dva člana školske radne skupine za promicanje zdravlja mogu preuzeti ulogu voditelja radionice(ca). Oni će razviti strategiju odabira i pristupa potencijalnim sudionicima radionice i organizacije radionice(ca). Čitava radna skupina glasat će o konačnim zdravstvenim temama koje će biti uključene u promicanje zdravlja u školi na temelju rezultata radionice.

**Provedba radionice:** Članovi školske zajednice bivaju odabrani ili se dobrovoljno javljaju za sudjelovanje na radionici. Podijeljeni su u skupine djelatnika škole, roditelja i učenika.

Predložimo provedbu radionice u tri dijela:<sup>9</sup>

1. **Uvod:** Polaznicima se pružaju informacije o ishodu ocjene statusa škole i te im se daje pregled provedbe radionice navodeći ciljeve i proces postavljanja zdravstvenih prioriteta.
2. **Postavljanje prioriteta:** Polaznici radionice pod vodstvom voditelja radionice odabiru nekoliko zdravstvenih prioriteta.
3. **Zaključak:** Kao skupina, polaznici radionice odabiru 3-5 zdravstvenih prioriteta kojima se valja baviti tijekom sljedećih 3-5 godina uvođenjem jedne zdravstvene teme godišnje.

Na kraju radionice, svaka skupina može predstaviti svoje konačne zdravstvene prioritete. Voditelj radionice sažima rezultate i prezentira ih školskoj radnoj skupini za promicanje zdravlja radi rasprave i konačnog određivanja prioriteta. Radionica može trajati 1.5-2 sata.

### **Uključivanje učenika**

Ovisno o dobi učenika i kapacitetu razumijevanja i sudjelovanja u postavljanju zdravstvenih prioriteta, možda neće biti prikladno uključiti ih kao skupinu u radionicu. Morat ćete donijeti ovu prosudu. Ukoliko učenici sudjeluju, radionicu treba prilagoditi njihovom stupnju razvoja.

Alternativno, može biti prikladnije zapitati učitelja da u razredu organizira raspravu o postavljanju prioriteta koja bi se sastojala od iznošenja prijedloga, određivanja prioriteta te konačnog odabira dva ili tri prioriteta.



## **Dodatak 4. Dodatne informacije: Faza 3**

### **4.1. Što valja uzeti u obzir kod izrade plana**

Kod izrade akcijskog plana važno je u obzir uzeti sljedeće:

1. Karakteristike, potrebe i prioritete vaše školske zajednice
2. Akcijski plan/aktivnosti sadržane u akcijskom planu trebale bi biti razumne za očekivano vrijeme provedbe te bi u obzir trebale uzeti i dostupne ljudske i financijske resurse
3. Zadaci, uloge te vremenski tijek aktivnosti trebao bi biti jasno prikazan i dokumentiran. *Alat za izradu akcijskog plana škole* mogao bi biti od koristi u mapiranju detalja prije same izrade plana.
4. Odjednom treba definirati ograničeni broj aktivnosti i odabranih područja interesa. Istovremeno uvođenje velikog broja promjena mogla bi opteretiti Vaše djelatnike i umanjiti kvalitetu i motivaciju.

### **4.2. Primjer: Rješavanja problema vršnjačkog nasilja (bullyinga) i nasilja u školi**

Zabrinjavajući trend vršnjačkog nasilja (bullying) i nasilja u školi, ravnatelja 24-te osnovne škole iz Piraeusa u Grčkoj<sup>10</sup> potaknulo je na to da uputi poziv istraživačima i stručnjacima iz područja promicanja zdravlja Instituta za zdravlje djece s molbom da pomognu u razvoju plana škole za promicanje zdravlja. Napravljena je procjena statusa škole u suradnji istraživača i učitelja škole.

Glavni cilj ove škole koja promiče zdravlje bio je razviti prijateljsku školu s naglaskom na razumijevanje, iskrenost i poštovanje među učenicima, roditeljima i učiteljima. Cilj je odabran u suradnji s učenicima, učiteljima i stručnjacima za promicanje zdravlja.

Učenici su u školi proveli aktivnosti promicanja zdravlja pod vodstvom učitelja.

Aktivnosti:

- Učenici su pod vodstvom učitelja proveli istraživanje o iskustvu i osjećajima koje školska zajednica ima prema vršnjačkom nasilju (bullyingu)
- Učenici su prikupili svoje vizije škole koja promiče zdravlje
- Učenici su pisali priče i nacrtali crteže pozitivnih i negativnih događaja u školi
- Učenici su izveli igru parova i kazališne predstave vezane uz komunikaciju, prijateljstvo i rješavanje problema
- Učenici su radili na tome da školu učine emocionalno ugodnijom okolinom koja ispunjava zadovoljstvom

- 5 učitelja dobilo je edukaciju u trajanju od 9 sati vezano uz kreiranje i vrednovanje programa škole koja promiče zdravlje, razvoj vještina vezanih uz promicanje zdravlja te metode aktivnog učenja
- Škola koja promiče zdravlja proslavljena je festivalom i izložbom učeničkih radova školskoj zajednici

### 4.3. Primjer: Mapiranje akcijskog plana

Sljedeća matrica temelji se na shemi koje je jedna škola u Švicarskoj osmislila za svoje aktivnosti promicanja zdravlja s ciljem boljeg vrednovanja njihova programa.<sup>11</sup>

	Što želimo promijeniti? (kvalitativni cilj)	Kako vidimo promjenu? (pokazatelj)	Kako želimo postići ciljeve? (akcije)	Kada i kako želimo izmjeriti promjenu? (vrednovanje)
<b>Cilj 1</b>	Povećati sudjelovanje učenika i roditelja	Učenici sudjeluju u donošenju odluka; roditelji imaju službene zadatke	Organizirati školsko vijeće ili roditeljski sastanak te metodu za bilježenje i povratne informacije o sadržaju održanih sastanaka za čitavu školsku zajednicu/ravnatelja	Na kraju školske godine, vrednovat će se rad učeničkog vijeća; u ljeto druge godine bit će jasno funkcioniraju li roditeljski sastanci
<b>Cilj 2</b>	Izbjegavati rješavanje konflikata nasiljem i teške situacije rješavati na konstruktivan način	Učenici se sa teškim situacijama suočavaju u obliku razgovora, možda uz potporu treće, neutralne osobe	Projekt Mirotvorac kojem je cilj povećati dijalog među učenicima i njihovo međusobno poštovanje	Mjesečno vrednovanje na sastanku učenika koji sudjeluju u projektu Mirotvorac i pismeno vrednovanje nakon dvije godine

### 4.4. Pitanja vezana uz planiranje vrednovanja

Kod planiranja vrednovanja, sljedeća pitanja vezana uz vrednovanja mogu biti od koristi. Ukoliko odaberete odgovoriti na njih tijekom vrednovanja, morat ćete razviti odgovarajuće pokazatelje i metode mjerenja:

1. Do koje su mjere provedene planirane aktivnosti?
2. Do koje su mjere postignuti glavni i specifični ciljevi?
3. Koje su poteškoće i izazovi i kako ih je moguće riješiti?

4. Što možemo naučiti iz rješavanja ovih izazova?
5. Kakav je stav djelatnika škole prema novim praksama škole koja promiče zdravlje?
6. Kakav je stav roditelja prema novim praksama škole koja promiče zdravlje?
7. Kakvi su stavovi učenika prema novim praksama škole koja promiče zdravlje?
8. Je li uspjeh škole u promicanju zdravlja objavljen i proslavljen?

#### **4.5. Vrste vrednovanja: Vrednovanje procesa, dobivenih materijala i ishoda** **Vrste vrednovanja**

Jedan način klasifikacije vrsti vrednovanja jest vrednovanje procesa, dobivenih materijala te vrednovanje ishoda.

**Vrednovanje procesa** mjeri do koje su mjere aktivnosti promicanja zdravlja provedene prema planu. Ovo je način praćenja napretka i procesa provedbe programa promicanja zdravlja škole, praćenjem se ocjenjuje što funkcionira te što ne funkcionira i zašto. Kada saznate što ne funkcionira i zašto, možete promijeniti aktivnosti, komunikaciju ili resurse na način da proces provedbe programa bude prema planu i učinkovitiji. Također možemo proslaviti uspjeh.

**Vrednovanje dobivenih materijala** mjeri kratkotrajne procese i promjene

Primjerice:

- Okolina koja daje veću potporu
- Dio internetske stranice škole posvećen promicanju zdravlja
- Večer roditelja vezan uz promicanje zdravlja
- Osiguravanje mjesta za odlaganje bicikala
- Pružanje zdravog odabira prehrane u školskoj kantini
- Povećanje znanja o donošenju zdravih odabira i zdravom načinu života

Dobiveni materijali rezultat su aktivnosti škole na promicanju zdravlja. Rezultati vrednovanja procesa i izlaznih materijala dat će vrijedne informacije za prilagodbe tijekom provedbe plana i programa.<sup>12</sup>

**Vrednovanje ishoda** mjeri do koje su razine postignuti specifični ciljevi i/ili pokazatelji koliko je učinkovit program škole koja promiče zdravlje bio u pozitivnom utjecaju na zdravlje.

#### **4.6. Pitanja za raspravu kod sastavljanja i revizije plana promicanja zdravlja**

Kod izrade i revizije vašeg akcijskog plana može biti korisno raspraviti o sljedećim pitanjima. Ova pitanja mogu vam pomoći u unaprjeđenju plana.

- Jesu li odabrana područja interesa temeljena na temeljnom dokumentu škole koja promiče zdravlje i školskim vrijednostima?
- Temelje li se odabrana područja interesa i opći ciljevi na trenutnim zdravstvenim potrebama i prioritetima vaše školske zajednice kao i na viziji za budući razvoj škole?
- Kako će predloženi opći i specifični ciljevi utjecati na specifične obrazovne ciljeve, ciljeve škole i organizaciju svakodnevnih aktivnosti?
- Kako će ovaj školski plan/aktivnosti promicanja zdravlja utjecati na postojeće politike škole?
- Jesu li članovi Vaše školske zajednice, uključujući učenike u dovoljnoj mjeri konzultirani tijekom procesa razvoja plana?
- Postoje li specifične skupine učenika ili komponente školskog života kojima bi trebalo dati posebnu pažnju u školskom planu/programu promicanja zdravlja kako je navedeno u ocjenu potreba (ocjena početnog statusa škole)? Ukoliko je tako, jesu li dobili potrebnu pažnju u vašem akcijskom planu?
- Jesu li svi prijedlozi i komentari analizirani sustavno i primijenjeni kako bi izrazili želje školske zajednice?
- Jesu li predloženi glavni i specifični ciljevi SMART i odražavaju li povratne informacije vaše školske zajednice?

## **Dodatak 5. Dodatne informacije: Faza 4**

### **5.1. Kanali za priopćavanje konačnog plana**

Kanali koje odaberete kako biste informirali članove škole i vanjske partnere o konačnom planu za promicanje zdravlja Vaše škole razlikovat će se ovisno o školi i ciljnoj skupini. Ipak, ovdje navodimo nekoliko mogućih kanala:

- Podijeliti plan svim roditeljima i djelatnicima škole objavljujući ju na Internet stranici škole i reklamirajući ju u školskim novinama
- Organizirati informativne sastanke sa svrhom predstavljanja i rasprave o školskom planu promicanja zdravlja
- Informiranje učenika kroz sastanke učeničkog vijeća, diskusije unutar učionica, skupova učenika, plakata i drugim vizualnim metodama komunikacije
- Postaviti u školi oglasnu ploču posvećenu promicanju zdravlja
- Organizirati događaje za podizanje svijesti, primjerice u školskoj kantini
- Uključiti lokalne medije u podizanje svijesti lokalne (okolne) zajednice o planu i informirati ih o zdravstvenim problemima

### **5.2 Pitanja koja valja razmotriti kod provedbe aktivnosti**

- Imaju li članovi vaše školske zajednice osjećaj vlasništva nad vašim planom za promicanje zdravlja i obaveze za njegovu provedbu?
- Jeste li u vašoj lokalnoj zajednici promovirali činjenicu da vaša škola promiče zdravlje?
- Jesu li djelatnici Vaše škole sigurni u svoju sposobnost provedbe Vašeg plana?
- Stoji li Vam na raspolaganju dovoljno vremena te ljudskih i financijskih resursa za adekvatnu provedbu plana?
- Jesu li zadaci, ciljevi i vremenski rokovi jasno zadani i priopćeni?
- Imate li sustav koji može pružiti trajnu potporu i motivaciju djelatnicima tijekom provedbe aktivnosti?
- Jeste li razmotrili kako ćete informirati i motivirati nove učenike, djelatnike i učitelje za sudjelovanje u školskom planu promicanja zdravlja?
- Postoje li uvjeti za nastavak provedbe aktivnosti promicanja zdravlja u školi tijekom duljeg razdoblja?