

UČENIČKI DOM KARLOVAC
Samostanska 2
KARLOVAC



IZVJEŠĆE

**O RADU UČENIČKOG DOMA KARLOVAC
ŠK. GOD. 2019./2020.**

Karlovac, rujan 2020.

SADRŽAJ:

1.	OPĆI PODACI O DOMU	4
2.	U V O D	5
3.	PROSTORNI I MATERIJALNI UVJETI	5 - 6
4.	KADROVSKI UVJETI	7
5.	PEDAGOŠKI UVJETI	7
6.	KORISNICI – UČENICI	8
7.	DJELATNICI	8
8.	ORGANIZACIJA RADA DJELATNIKA	14
9.	OSTVARIVANJE GODIŠNJEG PLANA I PROGRAMA ODG.-OBRAZ. RADA	15 - 16
	9.1. Izvješće o radu ravnateljice	16 - 18
	9.2. Izvješće o radu stručne suradnice - pedagoginje	18 - 27
10.	ORGANIZACIJA ŽIVOTA I RADA U DOMU – KUĆNI RED	27 - 28
11.	PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE ODG.-OBRAZ. RADA	29
12.	REALIZACIJA TEMELJNIH PROGRAMA	29 - 30
	12.1. Kognitivno područje	30
	12.2. Čuvanje i unapređenje zdravlja	30 - 33
	12.3. Socio-emocionalno područje	33 - 35
	12.4. Kreativnost i stvaralaštvo	35 - 37
13.	REALIZACIJA PLANA I PROGRAMA IZBORNIH AKTIVNOSTI	38 - 40
14.	REALIZACIJA POSEBNIH I PREVENTIVNIH PROGRAMA	46 - 47
	14.1. REALIZACIJA POSEBNIH PROGRAMA	47 - 48
	14.1.1. Adaptacija i socijalizacija	48
	14.1.2. Samopoštovanje i samopouzdanje	49
	14.1.3. Zdrav život – sport za sve – sportom do zdravlja	49 - 50

14.1.4.	Da učenje ne bude mučenje	50
14.1.5.	Kultura življenja	50 - 51
14.2.	REALIZACIJA PREVENTIVNIH PROGRAMA	51 - 53
15.	GRAĐANSKI ODGOJ	53 - 54
16.	KULTURNA I JAVNA DJELATNOST	53 - 54
17.	IZVIJEŠĆA O RADU STRUČNIH TIJELA DOMA	55
17.1.	Izvešće o radu Vijeća odgajatelja	55 - 56
17.2.	Izvešće o radu Domskog odbora	57 - 58
17.3.	Izvešće o radu Vijeća učenika	59
17.4.	Izvešće o radu Vijeća roditelja	59
18.	STRUČNO USAVRŠAVANJE	59 - 62
19.	SURADNJA	62
19.1.	Suradnja sa roditeljima	63
19.2.	Suradnja sa školom	63
19.3.	Suradnja sa društvenom sredinom	64
20.	VREDNOVANJE I SAMOVREDNOVANJE ODG.-OBRAZ. RADA	64 - 65
21.	ZAKLJUČAK	65 - 67
22.	PRILOZI	68
22.1.	INTERPRETACIJA ON – LINE ANKETE „E- ŠKOLA, E – DOM“	69 - 75
22.2.	INTERPRETACIJA ON – LINE ANKETE „PREHRAMBENE NAVIKE ADOLESCENATA“	75 - 77
22.3.	REALIZACIJA PROGRAMA STAŽIRANJA PRIPRAVNICE	78 - 80
22.4.	RADIONICA „SPORTOM PROTIV KORONE“	82 - 87
22.5.	VIDEO URADAK „OSTANI DOMA“ (dostupno na mrežnim stranicama Doma - YOUTUBE)	

1. OPĆI PODACI O DOMU

Naziv ustanove : UČENIČKI DOM KARLOVAC

Adresa: KARLOVAC, Samostanska 2

Broj i naziv pošte : 47000 Karlovac

Broj telefona i fax-a

Ravnateljica: + 385 (0)98 460 115

Tajništvo: + 385 (0)95 3645 215

Računovodstvo:+ 385 (0)95 3917 381

Pedagoginja: + 385 (0)95 3755 884

Odgajatelji: + 385 (0)91 932 9894

Županija : KARLOVAČKA

Broj žiro-računa ustanove : HR342340009 1100159940 PBZ

Osobni broj ustanove: 23360467616

Šifra doma u Ministarstvu prosvjete i sporta: 04 –034 – 512

E-mail adresa: udk@ucenickidom-karlovac.hr

Web-adresa: www.ucenickidom-karlovac.hr

Kapacitet doma : 152

Broj odgojnih skupina : 7

Broj djelatnika : 25

Broj odgojnog osoblja : 8

Broj stručnih suradnika: 1 (pedagog)

Broj noćnih pazitelja: 2

Broj administrativno-tehničkog osoblja: 13

Ravnateljica Učeničkog doma Karlovac: Astrid Pavletić, prof.

2. UVOD

Učenički dom Karlovac jedina je ustanova te vrste koja djeluje u Karlovcu, a jedna od tri u Karlovačkoj Županiji. Dom je, tijekom šk. god. 2019./2020. osigurao smještaj i prehranu te sadržajan i kvalitetan odgojno-obrazovni rad za 152 učenika/ca koji se školuju van mjesta stanovanja u jednoj od 8 karlovačkih srednjih škola, a dolaze iz svih krajeva Hrvatske. Izostanak dobre prometne povezanosti doveo je do povećane potrebe za domskim smještajem učenika iz naše Karlovačke županije (80 učenika) što kapacitet našeg Doma nije u mogućnosti u cijelosti riješiti, a glede trenutne ekonomske situacije u društvu Dom je trenutno, za većinu, jedino rješenje za daljnji nastavak školovanja.

Odgojno-obrazovni rad u Domu predstavljao je potporu i pomoć učenicima i roditeljima u ostvarivanju što kvalitetnijeg ukupnog razvoja i obrazovanja s naglaskom na odgojnoj komponenti, a domski su programi realizirani svestranom angažiranošću i zalaganjem, ne samo odgojnog osoblja, već i svih zaposlenika Doma. Ciljevi i zadaci domske djelatnosti ostvareni su uz uvažavanje osobnosti svakog učenika, kvalitetnu komunikaciju, stalni nadzor, pomoć i podršku, razvijanje humanih vrijednosti i socijalnih vještina, uklanjanjem stereotipa i predrasuda, vježbanjem demokracije te, prije svega, jačanjem pozitivizma, optimizma i odgovornosti svakog pojedinca.

Rad Doma odvijao se ove šk. god. većim dijelom u otežanim izvanrednim uvjetima uzrokovanim pandemijom COVID-a 19 zbog koje se nastava za učenike odvijala na daljinu. Učenici su sa 13.03.2020. napustili Dom. Manji se dio učenika vratio u Dom kako bi realizirali program stručne prakse kao i maturanti koji su se pripremali za polaganje Državne mature. Rad Odgajateljskog vijeća (radni sastanci, sjednice, suradnja sa učenicima i roditeljima, anketiranje, radionice....) u periodu od 13.03. do 01.06.2020., većinom se odvijao radom od kuće putem internetskih platformi (Loomen 3, srednja.hr, Podrška stručnim suradnicima i odgajateljima, Odgajatelji i stručni suradnici u učeničkim domovima, Stručni suradnici u školama, školazaživot.hr, Webinar...) i aplikacija (WhatsApp, Teams, SKype, Zoom...), putem Facebook grupa, telefonskim putem i elektroničkom poštom.

3. PROSTORNI I MATERIJALNI UVJETI

Učenički dom Karlovac smješten je u zgradi koja je građena 1848. godine te je, zbog svoje starosti, više puta obnavljana i privođena svrsi koju danas ima. Ukupna korisna površina je 2.680,50 m² na tavanu, dva kata, prizemlju i podrumu.

Zgrada Doma, koja je spomenik kulture nulte kategorije, kontinuirano se uređuje u svrhu poboljšanja pedagoškog standarda pa su i ove šk. god. uložena sredstva te realizirani sljedeći zahvati na infrastrukturi: nadogradnja video nadzora, uređenje atrija Doma (izmjena ploča u dvorištu), izmjena rasvjete u blagovaonici, izmjena vrata na dijelu domskih prostorija, ugradnja cilindar brava na svim vratima u Domu, ličenje zidova,

lakiranje parketa, izmjena keramike u sanitarnim čvorovima na odjelima i u kuhinji, zamjena slavina i ventila u sanitarijama, održavanje ventilacijskog sistema u sanitarijama i izmjena ventilatora. Ulagalo se i u domsku opremu (nabava osnovnih sredstava i sitnog inventara) kao što su: namještaj za odjele, radni stol, valjak za glačanje i parno glačalo sa stolom za vešeraj, perilica suđa i konvektomat, prijenosna računala za odgojno osoblje, printer, službeni mobiteli (više nisu u funkciji fiksne telef. linije), knjige za domsku knjižnicu, stolna pila za potrebe izbornih programa, stolni nogomet te dodatne 2 kamere za video nadzor.

Ono što odstupa od danas prihvaćenih normi su spavaonice od 6 do 8 kreveta (dvije spavaonice). Iako su prostorno velike, a svaki učenik, osim kreveta ima svoj radni stol i noćni ormarić te garderobni ormar, ipak ne možemo biti sasvim zadovoljni ovakvim pedagoškim standardom posebice kada je riječ o prostorijama koje bi bile namijenjene isključivo za učenje (uči se u svim raspoloživim prostorima Doma).

Ovaj nedostatak nadopunjavaju ostali funkcionalni prostori: blagovaonica s 44 mjesta zadovoljava potrebe Doma u tri i pol turnusa, velika kupaonica u prizemlju i četiri manje kupaonice s tuš kabinama po katovima zadovoljavaju potrebe učenika obzirom da tople vode ima cijeli dan iz vlastitog centralnog i solarnog grijanja. Sanitarnih čvorova bi trebalo biti više obzirom na broj učenika, no redovitim i temeljitim održavanjem zdravstveno- higijenski uvjeti su zadovoljavajući.

Kuhinja i blagovaonica su dostatnog kapaciteta za prehranu smještenih 152 učenika. Dom ima praonicu rublja u kojoj je prana domska posteljina i rublje učenika, a po potrebi i njihova sportska odjeća, odjeća za stručnu praksu kao i sva odjeća onih učenika koji su, zbog udaljenosti mjesta stanovanja, rjeđe odlazili kući za vikend.

U 28 spavaonica, kojima Dom raspolaže, bilo je smješteno 152 učenika (72 učenika i 80 učenica) organiziranih u 7 odgojnih skupina razmještenih na 5 fizičkih odjela na 2 kata. Interijer Doma je u potpunoj funkciji, opremljen funkcionalnim namještajem i opremom tako da je namjena zgrade Doma gotovo u potpunosti prilagođena potrebama za kvalitetnim smještajem, prehranom te životom i radom učenika i djelatnika Doma, čime su zadovoljeni osnovni pedagoški i zdravstv.-higij. uvjeti i potrebe. Od zajedničkih namjenskih prostorija, kojima Dom raspolaže, treba opetovano spomenuti nedostatnost prostora za nesmetano i kvalitetno odvijanje rada sportskih sekcija (košarka, nogomet, odbojka), stoga sportsku dvoranu iznajmljujemo u Šumarskoj i drvodjeljskoj školi Karlovac. Dom ima čitaonicu i knjižnicu, 3 višenamjenske dvorane, informatičku radionicu, streljanu, keramičarsku i likovnu radionicu. Svi ti prostori dobro su opremljeni uređajima za normalno odvijanje navedenih izbornih programa. Prostor Doma redovito je održavan i preuređivan prema mogućnostima i raspoloživim financijskim sredstvima. Osoblje Doma je, zajedno s učenicima, naročito skrbilo o očuvanju domskog inventara (prostora i opreme), a radilo se i na inventivnosti u uređenju i oplemenjivanju interijera.

Ukupni dnevni iznos po učeniku za troškove smještaja i prehrane iznosio je 42 kn (od čega je 21 kn uplaćivala MZO preko Osnivača, a 21 kn roditelji/staratelji). Sredstva za plaće i ostala primanja zaposlenika u Domu osigurana su u visini utvrđenoj Zakonom i Kolektivnim ugovorom, a Plan proračuna i kriteriji za plaće djelatnika uvažavali su specifičnosti potrebe danonoćnog programa u ustanovi.

4. KADROVSKI UVJETI

U protekloj školskoj godini u našem su Domu bila uposlena 24 djelatnika. Na poslovima neposrednog odgojno-obrazovnog rada s učenicima bilo je uposleno 7 odgajatelja/ica, ravnateljica, stručna suradnica – pedagoginja te dva noćna pazitelja. Prof. Martina Zubčić zaposlena je na određeno puno radno vrijeme kao odgajateljica sve do reizbora ravnateljice (nakon 5 godina) dok su svi ostali zaposleni na neodređeno puno radno vrijeme.

Od ostalih djelatnika, koji su obavljali administrativno-pravne, financijsko-računovodstvene i sve poslove iz programa prehrane, održavanja i čuvanja zgrade i postrojenja Dom je upošljavao (na neodređeno puno radno vrijeme) tajnicu, računovođu, ekonomu, 2 noćna pazitelja, domaraložača, 5 kuharica, 1 pralju i 2 spremačice. U Domu je stažirala **stručna suradnica pripravnica** Željka Bosanac s kojom je sklopljen Ugovor o radu na određeno vrijeme u skladu sa Zakonom o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi, Zakonom o radu i mjeri „Stjecanje prvog radnog iskustva/pripravništva“ čiji je nositelj Hrvatski zavod za zapošljavanje. Pripravnica je cjelokupno stažiranje odradila u Domu koje završava 24.09.2020. Svi djelatnici uposleni su u skladu sa zakonskim propisima i imaju potrebnu stručnu spremu.

Dom i nadalje nema pokriveno radno mjesto portira i medicinske sestre na što ima pravo i obvezu u skladu sa pedagoškim normativima i Zakonom o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi, te je početkom godine opet proslijeđen zahtjev MZO za zapošljavanje.

5. PEDAGOŠKI UVJETI

U protekloj školskoj godini je u Domu bilo smješteno 152 učenika/ca. Dio učenika ispisao se iz Doma na osobni zahtjev, a razlog raskida Ugovora o smještaju bili su promjena zanimanja i škole kao i teškoće u adaptaciji i socijalizaciji, no njihova su mjesta odmah bila popunjena dolaskom novih učenika. Školsku je godinu s uspjehom završilo svih 152 učenika što je 100 % prolaznost.

Učenici su bili raspoređeni u sedam odgojnih skupina od 21 odnosno 23 učenika po skupini. Problem je predstavljao i nedostatan učionički prostor (ne postoje klasične učionice već se uči u spavaonicama i zajedničkim prostorijama, a olakotna okolnost je činjenica da su učenici u različitim turnusima) kao i prostor za odvijanje dijela izbornih programa Doma.

6. SIGURNOSNI UVJETI

U sklopu stručnog usavršavanja odgojno-obrazovnih djelatnika ostvarene su i teme vezane uz prevenciju nasilja i zaštite prava u skladu s Pravilnikom o načinu postupanja odgojno- obrazovnih radnika školskih ustanova u poduzimanju mjera zaštite prava učenika te prijave svakog kršenja tih prava nadležnim tijelima. U skladu s istim Pravilnikom,

Dom redovito provodi protupožarne pokazne vježbe i vježbe evakuacije za učenike i zaposlenike. Svi zaposlenici imaju uvjerenje o osposobljenosti za rad na siguran način i uvjerenje o osposobljenosti za provedbu preventivnih mjera zaštite od požara, gašenje požara i spašavanje ljudi i imovine. Zgrada Doma je pod video - nadzorom čime je postignuta veću sigurnost svih korisnika i posjetitelja.

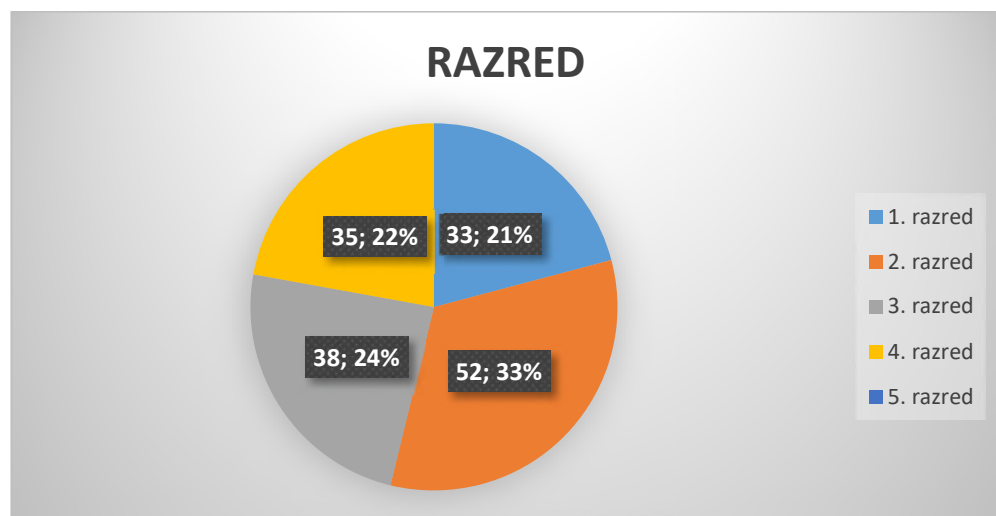
7. KORISNICI – UČENICI

Učenici smješteni u Dom imaju specifičan način života i rada koji se ostvarivao različitim odgojno-obrazovnim programima: temeljnim, posebnim, preventivnim i izbornim. U planiranju i programiranju rada polazilo se od individualnih potreba i interesa učenika, a programi rada rezultat su suradničkih odnosa, uzajamnog uvažavanja i podržavanja, otvorene komunikacije i poštivanja osobnosti učenika.

Tablica 1: raspored učenika po odgojnim skupinama i zastupljenost po spolu i razredima:

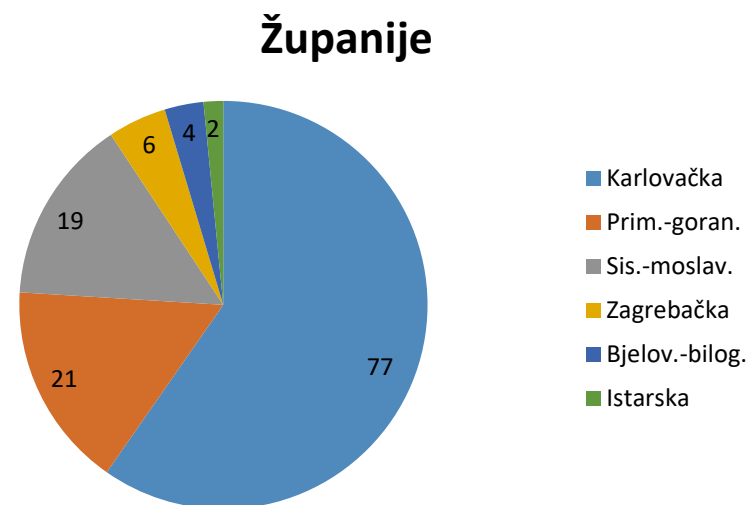
ODGOJNA SKUPINA	BROJ UČENIKA			RAZRED					ODGAJATELJ
	učenici	učenice	ukupno	1.	2.	3.	4.	5.	
1.	-	21	21	5	3	7	6	-	<ul style="list-style-type: none">• M.Z., mag. pedagogije• M.K., mag. povijesti

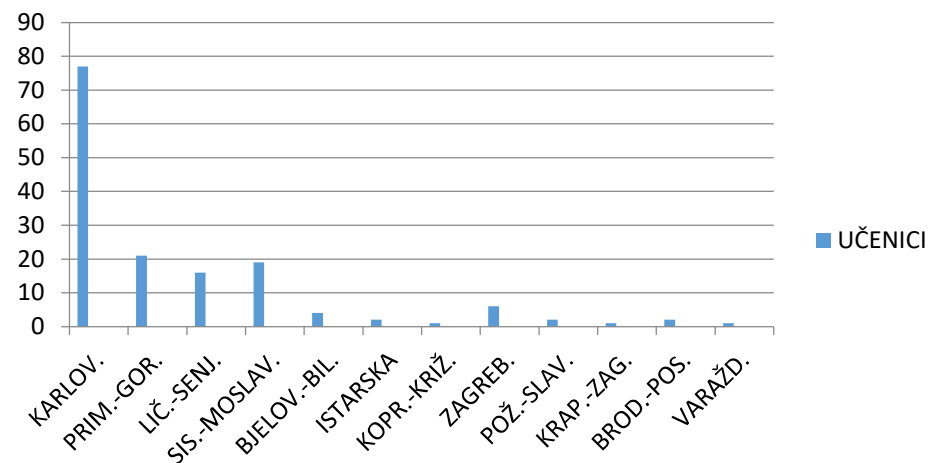
2.	16	6	21	4	7	6	4	-	• K.D.V., prof. TZK - e
3.	-	22	22	5	7	5	5	-	• N.S., prof. poljskog jezika i knjiženosti i informatologije
4.	23	-	23	4	11	6	2	-	• R.P., prof. TZK -e
5.	6	15	21	3	10	3	11	4	• A.B. ,prof. TZK - e
6.	12	10	22	2	9	4	7	-	• R.R., prof. povijesti
7.	18	4	22	10	5	7	0	-	• K.K., prof. psihologije
UKUPNO	74	78	152	33	52	38	35	4	



Tablica br. 2 : prikaz zastupljenosti učenika po županijama :

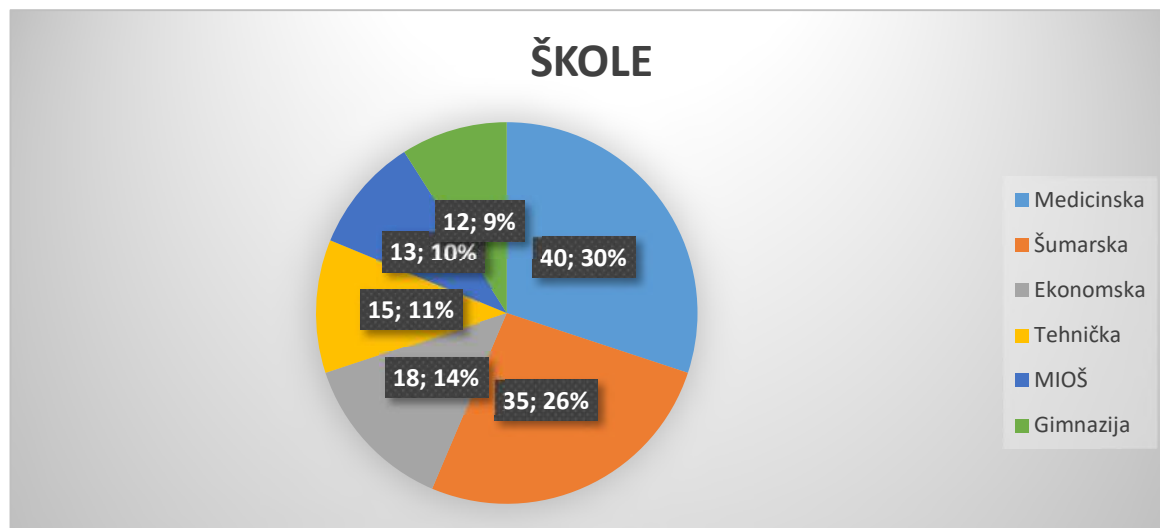
ŽUPANIJA	BROJ UČENIKA/CA
1. Karlovačka	77
2. Primorsko – goranska	21
3. Ličko – senjska	16
4. Sisačko – moslavačka	19
5. Bjelovarsko – bilogorska	4
6. Istarska	2
7. Koprivničko-križevačka	1
8. Zagrebačka	6
9. Požeško-slavonska	2
10. Krapinsko – zagorska	1
11. Brodsko-posavska	2
12. Varaždinska	1
UKUPNO :	152





Tablica br. 3 : prikaz broja učenika po školama koje su pohađali:

ŠKOLA	1. OS	2. OS	3. OS	4. OS	5. OS	6. OS	7. OS	UKUPNO UČENIKA
1. Medicinska škola	9	3	11	1	7	6	3	40
2. Šumarska i drvodjeljska škola	1	4	0	14	4	6	5	35
3. Tehnička škola	-	4	0	3	0	5	5	15
4. Gimnazija	-	2	1	0	4	0	3	12
5. MIOŠ	3	2	2	1	3	0	2	13
6. Trgovačko- ugostiteljska škola	1	0	2	3	0	3	0	8
7. Ekonomska škola	2	4	4	0	3	1	3	18
8. Prirodoslovna	5	2	2	1	0	1	1	11
UKUPNO :	21	21	22	23	21	22	22	152



Tablica br. 4: prikaz zastupljenosti učenika po odg. skupinama, školama i zanimanjima:

ŠKOLA	ZANIMANJE	ODGOJNA SKUPINA							UKUPNO
		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	
ŠUMARSKA I DRVODJELJSKA	1. šumarski tehničar	-	3	-	5	4	6	3	21
	2. meteorološki tehničar	1	1	-	1	-	-	-	3
	3. DT– dizajner	-	1	-	1	-	1	-	3
	4. Stolar	-	-	-	-	-	-	2	2
GIMNAZIJA	5. Opća	-	-	-	-	-	-	1	1
	6. Jezična	-	-	1	-	3	-	2	6
	7. Matematička	-	1	-	-	1	-	-	2
TEHNIČKA ŠKOLA	8. Elektrotehničar	-	2	-	-	-	-	1	3
	9. Automehaničar	-	-	-	-	-	2	-	2
	10. tehničar za mehatroniku	-	-	-	-	-	1	1	2

	11. autolimar	-	1	-	-	-	-	-	1
	12. elektromehaničar	-	-	-	-	-	-	1	1
	13. elektroinstalater	-	-	-	-	-	-	2	2
	14. automehatroničar	-	-	-	-	-	1	-	1
	15. cnc operater	-	1	-	1	-	-	-	2
TRGOVAČKO – UGOSTITELJSKA	16. kuhar	-	-	-	1	-	1	-	2
	17. HT – komercijalist	1	-	2	6	-	2	2	13
	18. medic. tehničar	7	1	2	1	7	3	3	24
MEDICINSKA	19. fizioterapeut	1	1	9	-	1	2	-	14
	20. farmaceut. tehnič.	1	-	-	-	-	1	-	2
	21. veterinarski tehničar	5	1	2	1	-	1	-	10
PRIRODOSLOVNA	22. agroturist. tehničar	-	-	-	-	-	-	1	1
	23. tehnič. za nutricionizam	-	1	-	-	-	-	-	1
	24. monter suhe gradnje	-	-	-	-	1	-	-	1
MJEŠOVITA INDUSTRIJSKO - OBRTNIČKA	25. građevinski tehničar	1	2	-	1	-	-	-	4
	26. arhitektonski tehničar	1	-	-	-	-	-	1	2
	27. mesar	-	-	-	-	-	-	1	1
	28. frizer	1	-	1	2	2	-	1	7
	29. kozmetičar	-	-	1	-	-	-	-	1
EKONOMSKO- TURISTIČKA	30. ekonomist	1	-	2	2	2	-	1	8
	31. hoteljersko-tur.teh.	1	4	1	1	1	1	-	9
	32. poslovni tajnik	-	-	1	-	-	-	-	1
UKUPNO :		21	21	22	23	21	22	22	152

8. DJELATNICI DOMA

Dom je, pored relativno zadovoljavajućih prostornih i materijalnih uvjeta, osigurao odgovarajući broj stručno osposobljenih djelatnika u skladu s određenim zakonskim propisima (da zadovoljava i brojčano i po stručnoj osposobljenosti u odnosu na broj učenika i pedagoške normative) koji su za učenike skrbili 24 sata dnevno. Dom još uvijek potražuje medicinsku sestru i portira.

U skladu sa zakonskim propisima i pedagoškim normativima za ostvarivanje cjelokupnog života i rada učenika u Domu su, tijekom 2019./2020. šk. god., bila uposlena 25 djelatnika/ce od toga 1 na određeno radno vrijeme do reizbora ravnateljice, 1 na određ. puno radno vrijeme do povratka djelatnice s porodiljnog dopusta te stručna suradnica pripravnica do 24.09.2020. dok su svi ostali zaposleni na neodređeno puno radno vrijeme na sljedećim radnim poslovima i zadacima:

Tablica br. 5: djelatnici zaposleni u Učeničkom domu Karlovac tijekom šk. god. 2019./2020.

R.BR.	RADNO MJESTO	BROJ IZVRŠITELJA
1.	ravnateljica	1
2.	tajnica	1
3.	voditeljica računovodstva	1
4.	stručna suradnica - pedagoginja	1
5.	odgajatelj/ica	7
6.	noćni pazitelj/ica	2
7.	domar	1
8.	kuharica	5
9.	pralja	1
10.	spremačica	2
UKUPNO:		24

9. ORGANIZACIJA RADA DJELATNIKA

Organizacija rada u Učeničkom domu Karlovac proizašla je iz obaveza djelatnika utvrđenih Zakonom, Pravilnicima, Statutom Doma i Kućnim redom

Odgajatelji su radili smjenski od 06:30-22:30, a noćni pazitelji od 22:30 sati do 06:30 sati ujutro. Svi ostali djelatnici radili su po usvojenom planu i programu. Odgajatelji su dežurali nedjeljom od 14 do 22 sata, a noćni pazitelji su, naizmjenice pokrivali radno vrijeme subotom od 6 do 24 sata i nedjeljom od 24 do 14 sati uz pauzu od 12 sati između dvije smjene. Odgajatelj, koji je imao radnu nedjelju, nije radio petkom. Ravnateljica i administrativno osoblje, stručna suradnica pedagoginja, domar-ložač, spremačice i pralja radili su u okviru 5 - dnevnog radnog tjedna, a osoblje kuhinje u okviru 7 – dnevnog – 40 radnih sati tjedno.

Tjedno zaduženje odgajatelja baziralo se na 28 sati neposrednog rada s učenicima te 12 sati ostalih poslova (stručno-metodička priprema, suradnja s roditeljima i školom, rad u stručnim tijelima doma, rad u kulturnoj i javnoj djelatnosti i promidžbi Dom). Tjedno zaduženje stručne suradnice – pedagoginje baziralo se na 30 sati neposrednog rada i 10 sati ostalih poslova.

U vrijeme praznika i blagdana, kada je znatno smanjen broj učenika, o istima su skrbrili noćni pazitelji.

Tablica br. 6: primjer tabelarnog prikaza rasporeda rada odgajatelja i noćnih pazitelja:

DAN	ODGAJATELJ							PEDAGOG
	RP	AB	RR	MZ	NS	KDV	KK	
Pon								NB
	6,30-12,30	16,30-22,30	9-15	10-16	11-17	16-22,00	16-22	16-22
Uto	16-22	10,30-16,30	6,30-12,30	6,30-12,30	10,30-16,30	16,30-22,30	16,30-22,30	12-18
Sri	10-16	16-22	16,30-22,30	16,30-22,30	6,30-9,30	10,30-16,30	10,30-16,30	7-13
Čet	16,30-22,30	10-16	16,00-22,00	16-22	20,30-22,30	6,30-12,30	6,30-12,30	12-18

Pet	11-15	15-19	11-15	18,30-22,30	SLOBODNO	8-12	6.30-10,30	7-13
Ned					14-22			

Radno vrijeme **stručnog suradnika pedagoga** bilo je organizirano tako da je tijekom 40-satnog radnog tjedna pokrivala oba turnusa:

- ponedjeljak od 16.00 do 22.00 sata
- utorak i četvrtak od 12.00 do 18.00 sati
- srijeda i petak od 07.00 do 13.00 sati

Tablica br 7 : prikaz rasporeda rada noćnih pazitelja:

NOĆNI PAZIT.	SATI	PONEDJELJ.	UTORAK	SRIJEDA	ČETVRTAK	PETAK	SUBOTA	NEDJELJA
Ž. Grgas	39,5	22.30 – 06.30 (8)	NERADNI DAN	NERADNI DAN	22.30 – 06.30 (8)	22.30 – 6 (7,5)	22 – 6 8 +	6 – 14 8.
B. Jurčić	40,5	NERADNI DAN	22.30 – 06.30 (8)	22.30 – 06.30 (8)	NERADNI DAN	NERADNI DAN	6 – 22 (16)	22 – 6-30 (8,5)

9. OSTVARIVANJE GODIŠNJEG PLANA I PROGRAMA ODG.-OBRAZ. RADA

9.1. IZVIJEŠĆE O RADU RAVNATELJICE

Ravnateljica je na početku školske godine zajedno sa pedagoginjom i odgajateljima izrazila dobrodošlicu novim učenicima i njihovim roditeljima. U sklopu svog programa rada ravnateljica je početkom školske godine pripremala Dom za prijem učenika, u suradnji s odgajateljima

i pedagoginjom izrađivala Izvješća o radu ustanove, Godišnjeg plana i programa rada Doma , a u suradnji s računovođom i ekonomom izrađivala plan nabave. Sudjelovala je u sastavljanju rasporeda odgojnih skupina i zaduženja odgajatelja, primala roditelje učenika i održavala sastanak za iste, kao i sastanke za Vijeće roditelja, sudjelovala u radu Vijeće učenika. Brinula o pravodobnosti i kvaliteti izrade planova i programa rada odgajatelja i stručnog suradnika. Sudjelovala u planiranju i programiranju rada Odgajateljskog vijeća, planiranju nabave pomagala, knjiga i stručne literature. Sudjelovala u organizaciji prehrane za učenike i brizi o nabavci opreme za domsku kuhinju i blagovaonicu. Organizirala rad stručnih tijela i organa upravljanja te organizirala svečano obilježavanje državnih praznika i ostalih važnih nadnevak. Brinula je o odlasku na izlete, natjecanja, koordinirala provođenja različitih programa i projekata predviđenih Godišnjim planom i programom rada Doma, koordinirala kulturnu i javnu djelatnosti kao i zdravstvenu i socijalnu zaštitu učenika.

Ravnateljica je pedagoški voditelj za izborne programe folklor i pjevačka sekcija. Radila je na stvaranju pozitivnog i motivirajućeg radnog ozračja u Domu radi poticanja djelatnika na postizanje dobrih rezultata, na povezivanju djelatnika za ostvarivanje zajedničkog cilja, poticala odgajatelja i stručnog suradnika na stručno usavršavanje, brinula o odgovornom odnosu djelatnika i učenika prema Domu i domskoj imovini te o zdravstvenom i materijalnom stanju djelatnika Doma. Pripremala i vodila sjednice Odgajateljskog vijeća, Vijeće roditelja, te pripremala izlaganja za sjednice Domske odbora. Obavljala je savjetodavni rad iz plana i programa rada. Surađivala sa svim školama koje učenici polaze i s važnim ustanovama i stručnim organizacijama Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa, AZOO, Gradskim kazalištem Zorin dom te udrugama. Pratila je ostvarivanja svih poslova i zadaća planiranih Godišnjim planom i programom, kontrolirala pedagošku dokumentaciju, pratila rad odgajatelja i stručnog suradnika, posjećivala sastanke odgojnih grupa i radionica, promjene zakonskih propisa i usklađivanje pravnih akata Doma s važećim Zakonima RH, zapošljavala nove zaposlenike u domeni zakonskih ovlaštenja, pratila financijsko poslovanje.

Organizirala provedba inventure, brinula o tekućem održavanju zgrade i okoliša, brinula o opremanje Doma novim pomagalima i opremom, kontrolirala održavanje čistoće spavaonica, sanitarnih prostora učioničkog prostora, hodnika, blagovaone i kuhinje te održavanje prostora kotlovnice i uvid u funkcionalnost grijanja. Usavršavanje ravnatelja ostvarila putem seminara, savjetovanja, stručnih aktiva i sl. te individualno na kojima je bila i predavač. Realizirala ostale poslove ravnatelja predviđeni Zakonom, Statutom i drugim pravnim aktima Doma.

PROJEKTI:

Rad na projektu RCK- učenička TV

Rad na projektu Erasmus + K1 mobilnost- putovanje na sručno usavršavanje Tenerife sredstvima EU

Rad na međunarodnom projektu eTwinning – Proljeće u Karlovcu

Nakon 13.3. 2020 godine- za vrijeme proglašenja Pandemije Corona virusa:

- Formiranje i organizacija Teamsa Vijeća odgajatelja
- Rad za HZJZ- Dom kao moguća karantena za zaražene , priprema Doma
- Rad za Dom za starije i nemoćne „sv. Antun“ Karlovac
- Rad u koordinaciji sa Gradom i Karlovačkom županijom
- Rad na webu Doma
- Održavanje postrojenja , higijene prostora, hladnog pogona u Domu
- Virtualne i elektronske sjednice VR, VU, DO, VO
- Rad u grupama u aplikacijama na mobitelu i FB grupama- VO, UUDRH, aktiv ravnatelj županije, HZJZ itd...

9.2. IZVIJEŠĆE O RADU STRUČNE SURADNICE – PEDAGOGINJE

Tijekom šk. god. 2019./2020. rad stručne suradnice pedagoginje bio je realiziran kroz nekoliko cjelina: pedagoško – razvojnu, organizacijsku i administrativnu s time da se najveći dio zaduženja odnosio na koordinaciju i stručno-pedagoški angažman u svim domskim i vandomskim aktivnostima. Organizacijski dio poslova, koji se odnosio na planiranje, programiranje i organiziranje svih oblika aktivnosti (temeljni programi, izborni programi, posebni programi, preventivni programi, suradnja, javna djelatnost i promidžba Doma), realiziran je u suradnji sa ravnateljicom, odgajateljima, učenicima, ostalim zaposlenicima Doma, roditeljima te vanjskim suradnicima.

Ovdje treba naglasiti da je u sveukupnom radu bilo važno postupati , prije svega, profesionalno, angažirano, sa puno pedagoškog takta, empatije i tolerancije, kvalitetne komunikacije i timskog djelovanja, a posebice u novonastalim uvjetima izazvanim pandemijom COVIDA-a 19 koji je rezultirao drugačijem pristupu, organizaciji i realizaciji aktivnosti od kojih se dio odvijao putem internetskih platformi I aplikacija te društvenih mreža.

U skladu s Rješenjem o tjednom i godišnjem zaduženju stručnog suradnika realizirala sam planiranu satnicu od **1752** radna sata U skladu sa suvremenim trendovima u struci, planiranje i programiranje rada Doma vršeno je na kurikulumni način s ciljem unapređivanja odg.-obraz. procesa.

Tablica br. 7: prikaz realizacije rada stručne suradnice – pedagoginje:

PROGRAMSKI SADRŽAJI	AKTIVNOSTI	OBLICI I METODE	NOSITELJI/SURADNICI	SATI GODIŠNJE
1. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE – IZVJEŠĆA O RADU	<p>sudjelovala u izradi planova i izvješća:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doma • stručne suradnice pedagoginje • Stručnih tijela, izbornih, preventivnih i posebnih programa • UZ „Slap“ • <u>Programa stažiranja struč. suradnice pripravnice</u> • suradnje • stručnog usavršavanja (individ. i kolekt.) • mjesečnih planova • tjednih stručno-metodičkih priprema • radu Tima za pedag. dokument. i Tima za evaluaciju • Povjerenstva za praćenje stažir. pripravnice • Povjerenstva za procjenu i vrednovanje kandidata 	<ul style="list-style-type: none"> -individ. rad,timski rad -izrada dokumentacije -ispunjavanje obrazaca -konzultativni razgovor -informiranje -analiza -izrada tabelarnih prikaza 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnatelj -pedagoginja -članovi Tima za pedag. dok. -članovi Povjerenstva za praćenje pripravnice -članovi Povjerenstva za procjenu i vrednovanje kandidata 	70
2. NEPOSREDNI RAD S UČENICIMA	<p>sudjelovala u:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dočeku i smještaju uč • skrbi za cjelokupno psihofizičko zdravlje i razvoj uč. • anketiranju uč. glede prikupljanja osnovnih podataka • animiranju na uključivanje u domske i vandom. aktivnosti • organizirala i pružala pomoć pri učenju • razvoju socijalnih vještina i usvajanju pozit. vrijednosti • organizirala pedag.-psihološke i kreativne radionice 	<ul style="list-style-type: none"> -individ. rad -rad u paru -rad u manjim skupinama -grupni rad -pedag. radionice -savjetodavni razgovor -kreativne radionic. -praćenje -poučavanje -poticanje -podrška 	<ul style="list-style-type: none"> -odgajatelji -pedagoginja -ravnatelj -roditelji -vanjski suradnici 	285

	<ul style="list-style-type: none"> • provodila informat.-savjetodavne razg. i konzultacije • nazočila sastancima odgojnih skupina • pratila napredovanje uč. 			
3. SURADNJA SA ODGAJATELJIMA, NOĆNIM PAZITELJIMA I OSTALIM DJELATNICIMA DOMA	<p>suradivala u/na:</p> <ul style="list-style-type: none"> • planiranju i programiranju odg.-obraz. rada • u izradi plana stručnog usavršavanja • radu Komisija za provođenje upisnih radnji • radu inventurnih komisija • radu stručnih tijela Doma • nabavi pedagog. dokumentacije i opreme • osiguravanju optimalnih uvjeta za život i rad • analizi odg.-obraz. rada i izradi izvješća • provođenje planiranih odg.-obraz. zadataka i akt. • vršila uvid u pedagošku dokumentaciju • informiranju o i predložila pedagog.-psihološ. literat. 	<ul style="list-style-type: none"> -rad u manjim skupinama -rad u paru -timski rad -sjednice -stručni skupovi -savjetovanje -konzultacija -podrška -diskusija -analiza -stručno-pedag. uvid -proučavanje stručne literature 	<ul style="list-style-type: none"> -odgajatelji -pedagoginja -odgajatelji 	104
4. SURADNJA SA RAVNATELJICOM	<ul style="list-style-type: none"> • na izradi GPP-a rada te Izviješću o radu Doma • na izradi plana rada stručnih tijela Doma (VO, DO, VR i VU) • na zajedničkom planiranju domskih i vandomskih aktivnosti • na postizanju učinkovite organizacije života i rada u Domu • na planiranju stručnog usavršavanja odg. osoblja • na prevenciji i rješavanju odg.-obraz. problema • na unapređenju pedagog. prakse i poboljšanju pedagog. standarda • na stvaranju optimalnih uvjeta života i rada učenika i djelatnika 	<ul style="list-style-type: none"> -individ. rad -sjednice -konzultacije -informiranje -savjetovanje -analiza -planiranje i progr. -izrada izvješća -stručno-pedag. uvid -kritičko promišljanje 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnateljica -pedagoginja -odgajatelji -članovi DO -članovi VU -članovi VR -vanjski suradnici 	39

	<ul style="list-style-type: none"> • na stvaranju i njegovanju zdravih međuljudskih odnosa, • u realizaciji stručnog uvida u pedagog. dokumentaciju • u praćenju realizacije odg.-obraz. rada i stručnog usavršavanja 			
5.SURADNJA S RODITELJIMA/ STARATELJIMA	<ul style="list-style-type: none"> • -informirala o uvjetima upisa u UDK • -sudjelovala u prijemu i smještaju uč. • -sudjelovala na roditeljskim sastancima • -kontinuirano komunicirala osobno ili putem telefona • -poticala na redovitu suradnju • -po potrebi pružala pomoć i podršku u kriznim situacijama • -poticala na sudjelovanje u unapređivanju života i rada u Domu • -informirala o napredovanju uč. u Domu i školi • -izradila „Listić za roditelje“ • -obradila i analizirala podatke dobivene u anketiranju 	<ul style="list-style-type: none"> -individualni -roditeljski sastanak -informat.-savjetodavni razg. -edukat. materijali - anketni upitnici - info-panoi 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnateljica -odgajatelji -profesori -struč. suradnici 	35
SURADNJA SA ŠKOLOM	<ul style="list-style-type: none"> -komunikacija sa prof. i stručnim suradnicima -praćenje napredovanja učenika -praćenje realizacije virtualne nastave -pomaganje uč. i roditeljima u osiguravanju sudjelovanja uč. u nastavi na daljinu (nabava tableta, rješavanje tehničkih problema, pravovremeno rješavanje šk. zadataka...) 	<ul style="list-style-type: none"> -kontinuir. komunikac. i razmjena informacija sa prof. i stručnim suradnicima kao i ravnateljima srednj. šk. -uspješna adaptacija i socijalizacija uč. -stalna skrb za sigurnost i zdravlje uč. -stalan uvid u napredak uč. 	<ul style="list-style-type: none"> -individualno -razgovor -uvid u dokumentaciju -razmjena iskustava -analiza -zajedničke akt. 	<ul style="list-style-type: none"> -odgajatelji -ravnateljica -pedagoginja -roditelji -učenici -sustručnjaci

		-prevenir. neuspjeha uč. -pomoć i podrška u rješavanju problema u savladavanju gradiva u nastavi na daljinu		
6. SURADNJA SA DRUŠTVENOM SREDINOM	-sudjelovala u iniciranju, jačanju i realiziranju suradnje s drugim uč. domovima i srodnim ustanovama, kulturnim institucijama (izložbe, kazališne predstave, promocije knjiga...) -suradnja ostvarena sa: <ul style="list-style-type: none"> • učeničkim domovima Regije Zapad i RH • srednjim školama Karlovačke županije • Uredom za prosvjetu u Županiji • MZOŠ i AZZO, savjetnica M. Galić • MUP • Gradskim kazalištem „Zorin – dom“ • Gradskom knjižnicom I.G. Kovačić • Knjižnicom za mlade • Crkvom Presvetog Trojstva i Franjevačkim samostanom • Gradskim muzejom • Centrom za pomaganje u zajednici V. Nazor • „KERAMIKA NOVA“ – Karlovac • Županijskom udrugom učeničkih zadruga • Općom bolnicom Karlovac, Domovima zdravlja i HMP • medijima 	Individualni timski rad grupni -planiranje -dogovaranje -radionice -izložbe -predavanja -komunikacija el. putem -oglašavanje na mrežnim str, Doma -razmjena iskustava -donacija promidžb. Materijala	-ravnateljica -odgajatelji -pedagoginja -učenici -vanjski suradnici	76
7. IZBORNI PROGRAMI I	-planirala i organizirala rad keramičarske i recitatorske sekcije	-individualni -rad u manjim skupinama	-ravnateljica -voditelji programa	110

<p>UČENIČKA ZADRUGA „Slap“</p>	<p>-planirala i koordinirala rad UZ „Slap“ -radila na detektiranju, poticanju, razvijanju i njegovanju kreativnosti i stvaralaštva -osvijestila važnost očuvanja okoliša i kulturne baštine , recikliranja i održivog razvoja -pripremala i osposobljav. uč. za uključiv. u svijet rada</p> <p>AKTIVNOSTI I POSTIGNUĆA: 08.-10.11.2019.- priznanje za sudjelovanje na 31.Državnoj smotri UZ u Vinkovcima 10.12.2019.- Božićna izložba u Radićevoj ulici 15.01.2020.- sudjelovanje u izložbi jaslica u Franjevačkom samostanu 27.02.2020. – radionica „Rad na lončarskom kolu“</p>	<p>-rad u paru -grupni rad</p> <p>-planiranje -organiziranje -dogovaranje -prezentiranje -analiza -evaluacija -radionice -smotre uč. stvaralaštva -oglašavanje u medijima</p>	<p>-učenici -vanjski suradnici</p>	
<p>8. POSEBNI PROGRAMI</p>	<p>-sudjelovala u planiranju, organizaciji i realizaciji posebnih programa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ADAPTACIJE I SOCIJALIZACIJE: pedag. radionica „Moja nova priča“, kreativne radionice, druženje, sudjelovanje u domskim i vandomskim aktivnostima; PPT „Kako postati i ostati optimist“; radionica „Emocije- energija koja pokreće“ ▪ KULTURA ŽIVLJENJA: posjet Gradskom muzeju, posjet izložbi u Franjevačkom samostanu; kviz „Muzejska pitalica“, edukat. panoi „Svjetski dan pismenosti“, „Svjetski dan zaštite (pra)šuma“, „Prijatelji zauvijek“, „Slobodno vrijeme i kako ga provesti“, „Škola nekad i sad“, „31. Državna smotra uč. zadruga; domske priredbe (Božić, Maškaraoke...); predavanje „2700 kilometara Amazonom“; film „Život je lijep“ 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Individualni ▪ grupni, ▪ rad u manjim skupinama ▪ <u>radionica</u> – ▪ planiranje ▪ organiziranje ▪ radionice ▪ izrada panoa i plakata ▪ anketiranje, ▪ suradničko učenje ▪ podrška, ▪ pohvala, ▪ kritičko mišlj. ▪ analiza, savjetod. razg. 		<p>35</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ UČENJE UČENJA - u sklopu kojeg su detektirani učenici sa problemima vezanim uz učenje, organizirana svakodnevna pomoć u obliku instruktivnog rada, organiziranja suradničkog učenja, osiguravani su optimalni uvjeti za učenje, radilo se na jačanju koncentracije i motivacije, organizirana je radionica s ciljem ovladavanja efikasnim metodama/strategijama učenja, redovito je praćeno napredovanje ; održana pedag. radionica „DA UČENJE NE BUDE MUČENJE“ 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vježbanje ▪ poticanje ▪ motiviranje ▪ PPT ▪ on-line anketiranje 		
9. PREVENTIVNI PROGRAMI	<p>-sudjelovala u planiranju, organiziranju i realizaciji programa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • prevencije vršnjačkog nasilja • prevencija nasilja putem Interneta (EDUKAT. PANO „Sigurnost djece i mladih na internetu“, • organizacija radionice prof. M. Barić „Razmišljam, biram, znam . nisam sam“ • prevencije ovisnosti o alkoholu, opijatima i pušenju • prevencija ovisnosti o klađenju i kockanju 	<p>individualni. grupni</p> <p>savjetod. razgovor, edukat. panoi, radionice,</p>	<p>-članovi Odg. vijeća</p> <p>-pripravnica</p> <p>-profesori</p> <p>-sustručnjaci</p> <p>-vanjski suradnici</p>	35
10. KULTURNA I JAVNA DJELATNOST - PROMIDŽBA	<p>-sudjelovala u planiranju, organizaciji i realizaciji događanja vezanih uz kulturnu i javnu djelatnost i promidžbu Doma:</p> <ul style="list-style-type: none"> • izložba radova UZ „Slap“ u Radićevoj ulici • Božićna izložba UZ „Slap“ u Radićevoj ul. • Izložba jaslca u Franjevačkom samostanu • 31. Državna smotra uč. zadruga u Vinkovcima • Postavljanje Adventnog vijenca na Trgu bana J.J. • Sudjelovanje u projektu „Sv. Nikola u našem gradu“ 	<p>individualni</p> <p>grupni</p> <p>rad u manjim skup. <u>timski rad</u></p> <p>priredbe</p> <p>izložbe</p> <p>prezentacije</p> <p>mrežne stranice Doma</p> <p>pisanje</p>	<p>-članovi Odg. vijeća</p> <p>-pripravnica</p> <p>-učenici</p> <p>-vanjski suradnici</p>	51

<p>11. STRUČNO USAVRŠAVANJE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • sudjelovala u planiranju i realizaciji individualnog i kolektivnog stručnog usavršavanja članova OV • pratila aktualnu odg.-obraz. problematiku putem medija i tiskovine („Školske novine“, platforma Loomen 3, srednja.hr, Webinar, školazaživot.hr, Podrška odgajateljima i stručnim suradnicima...) • pretraživala internetske stranice vezane uz struku • proučavala zakone, akte i pravilnike vezane uz struku i djelatnost (vezano uz stažiranje pripravnice) • STRUČNA LITERATURA: R. Spitzer „Digitalna demencija“; „Korijeni našeg JA“, Pedagoški portfolio; M. Cindrić „Priručnik za polaganje stručnog ispita“; D. Miljković „A što biste vi učinili“; • razmjenjivala iskustva sa sustručnjacima: platforme: Loomen 3, srednja.hr, školazaživor.hr....) i aplikacije (Zoom, Teams, WhatsApp); facebook grupe (Stručni suradnici i odgajat. u uč. domovima, Sat razrednika, Stručni suradnici u šk.) • ŽSV za stručne suradnike Regije Zapad • ŽSV za odgajatelje i stručne suradnike (ZOOM) • ŽSV voditelja uč. zadruga • Ljetna škola za odgajatelje (virtualna) • 31. Drž. smotra uč. zadruga 	<p>evaluacija</p> <ul style="list-style-type: none"> -individualno -kolektivno -sjednice i radni sastanci -virtualne sjednice -webinari -seminari -ŽSV-a -zimsko i ljetna škola -planiranje -razmjena iskustava -praćenje stručne literat. -radionice -smotre uč. stvaralaštva -uvid u dokumentaciju -diskusija -analiza -evaluacija 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnatelj/ica -odgajatelji -sustručnjaci -AZOO -MZO -članovi ŽSV-a -predavači 	<p>110</p>
<p>12. PEDAGOŠKA DOKUMENTACIJA I EVIDENTIRANJE RADA (ADMINISTRAT. POSLOVI)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • sudjelovala u planiranju nabave pedagog. dok. • vodila Dnevnik rada pedagog. i Dnevnik praćenja pripravnice • izradila SMP-e • vodila Dnevnik rada slobodnih akt. (keramičari, recitatori) 	<ul style="list-style-type: none"> -individualno -timski rad -planiranje i progr. -vođenje PD -uvid u PD 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnateljica -odgajatelji -tajnica -pedagoginja -pripravnica 	<p>111</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • vodila Personalizirani dnevnik uč. - Karton praćenja • vršila uvid u pedag. dokumentaciju odgajatelja i pripravnice • redovito vršila evidenciju odg.-obraz. rada • kreirala pedag. instrumentarij (ankete, obrasci) 	<ul style="list-style-type: none"> -evidentiranje -izrada materijala (brošure, plakati, edukat. i info. panoi on-line anketa) 		
13. RAD U STRUČNIM TIJELIMA	<p>sudjelovala u radu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Odgajatelj. vijeća • Domske odbora • Tima za pedag. dokumentaciju • Tima za vrednovanje i samovrednovanje • ŽSV - a stručnih suradnika ŽSV-a voditelja uč. zadruga • Povjerenstvo za procjenu i vrednovanje kandidata • Povjerenstva za bagat. nabavu • Povjerenstvo za praćenje stažiranja pripravnice • Inventurna Komisija za popis knjižnog fonda 	<ul style="list-style-type: none"> -timski rad -sjednice -elektronske sjednice -planiranje -razgovor -diskusija -pisanje očevidnika -pisanje izvješća -analiza -informiranje 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnateljica -pedagoginja -odgajatelji -pripravnica -učenici -vanjski suradnici 	50
14. OSTALI POSLOVI	<ul style="list-style-type: none"> • dežurstvo • zamjena za odsutne odgajatelje • praćenje zdravstveno-higij. uvjeta • administrativni poslovi • suradnja s pripravnicom i drugim djelatnicima • rad na poslovima pripreme poč. i završetka šk. god. 	<ul style="list-style-type: none"> -suradnja -praćenje -planiranje -analiza -rješav. problema -koordinacija -pisanje 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnateljica -odgajatelji -ostali djelatnici Doma -sustručnjaci -vanjski suradnici 	532
15. VREDNOVANJE I SAMOVREDNOVANJE	<ul style="list-style-type: none"> • sudjelovala u : - planiranju rada Tima za vrednovanje i samovrednov. odg.-obraz rada - osmišljavanju instrumentarija za vrednovanje i samovr. - kreiranju i izradi anketa, on-line anketa i upitnike 	<ul style="list-style-type: none"> -planiranje -analiza -uvid -evaluacija -evidentiranje -dogovaranje -suradnja 	<ul style="list-style-type: none"> -ravnateljica -pedagoginja -odgajatelji -članovi Tima za vrednovanje 	25

	<ul style="list-style-type: none"> - u analizi odg.-obraz. rada i postignuća (sastanci odg. skupina, sjednice OV, DO, VR) • pratila i evidentirala mjesečnu i godišnju realizaciju planova i programa • izradila izvješća o radu Doma, stručnih tijela, stručne suradnice, , pripravnice, izbornih programa, radu Tima za pedag. dok., Tima za kvalitetu, Povjerenstva za procjenu i vrednovanje kandidata 	-pomoć i podrška -pisanje		
UKUPNO SATI:				1752

10. ORGANIZACIJA ŽIVOTA I RADA U DOMU

Kućnim redom, koji obuhvaća obveze i učenika i djelatnika Doma, definirana je organizacija života i rada u Domu. Aktivnosti vezane uz učenike vremenski su bile organizirane kako slijedi:

- 07.00 - 07.45 buđenje, jutarnja higijena, uređenje soba, doručak
- 08.00 – 10.30 učenje (obavezno za sve učenike)
- 10.30 – 15.30 slobodno vrijeme
- 12.00 – 14.30 ručak
- 15.30 – 18.00 učenje (obavezno za sve učenike)
- 18.00 – 19.30 večera
- 18.00 – 21.30 slobodno vrijeme, vrijeme za izborne programe i izlazak u grad
- 21.30 – 22.00 uređenje prostorija, osobna higijena
- 22.00 – 07.00 počinak

U skladu sa Kućnim redom Doma učenici 3. i 4. i 5. razreda imali su večernji izlazak do 21.30 sati, dok je, u dogovoru odgajatelja i roditelja izlazak za učenike 1. razreda bio do 20.30 sati, a za učenike 2. razreda do 21.00 sat s time da je isključivo odgajatelj skupine imao pravo i mogućnost produžiti vrijeme večernjeg izlaska, a na temelju zamolbe i obrazloženja učenika i odobrenja roditelja. Učenici su se, iza 18 sati, bili obvezni upisati u Knjigu evidencije izlazaka i povratka u Dom. Svi dodatni izlasci redovito su evidentirani u Knjizi zapažanja.

Budući da Dom još uvijek nema službenu osobu - portira zaduženog za rad na porti, koja je važna zbog sigurnosti zgrade i praćenju ulazaka stranih osoba kao i kretanja samih učenika, na istoj je, Odlukom ravnateljice o preraspodjeli radnih obveza, dežuralo tehničko osoblje, a sve u svrhu opće sigurnosti i zaštite. Treba napomenuti da zgrada ima instaliran alarmni sustav i sustav video-nadzora.

Radno vrijeme znači 24 satnu pokrivenost i prisutnost u Domu. Od 06.30 do 22.30 sata su, u smjenama, radili odgajatelji dok su vrijeme od 22.30 do 06.30 sati pokrivali noći pazitelji naizmjenično svaki drugi dan. Vikendima i praznicima/ blagdanima, kad je bitno smanjen broj učenika u Domu, dežurni su bili noćni pazitelji. Odgajatelji su dežurali nedjeljom od 14 do 22 sata s time da su petak uoči radne nedjelje bili slobodni.

O svim izvanrednim ili kriznim situacijama, do kojih povremeno može doći (bolest ili ozljeda učenika, izuzetan problem u ponašanju), dežurni odgajatelj ili noćni pazitelji odmah su izvještavali odgajatelja skupine i ravnateljicu bez obzira na vrijeme kad je do problema došlo. U slučaju bolesti učenika, dežurni je odgajatelj obavještavao roditelje koji su bili dužni doći u Dom i zbrinuti dijete. U slučaju opravdane spriječenosti roditelja, pozivana je HMP ili je brigu o zbrinjavanju učenika preuzeo odgajatelj dežuran na telefonu. Naime, Odgajateljsko vijeće imalo je i dodatni raspored dežurstva koji je podrazumijevao da svaki član bude 1 tjedan na stalnoj dispoziciji, odnosno dostupan 24 sata kako bi, u slučaju nužde, preuzeo skrb o učeniku (ukoliko se iza 22.00 desi neka izvanredna situacija vezana uz zdravlje i sigurnost učenika budući u noćnim satima o 152 učenika skrbi samo 1 noćni pazitelj/ica).

Svi ostali djelatnici radili su prema usvojenom Planu i programu rada, ali su, isto tako, u skladu sa svojim stručnim kvalifikacijama i znanjima, tijekom godine bili angažirani i na dodatnim programima organizacije smještaja i prehrane u okviru sporedne djelatnosti. Ovdje je potrebno istaknuti da nije bilo nikakvih problema ili dvojbi kod djelatnika Doma u realizaciji navedenih programa već je vladao sklad i spremnost da se sve provede u najboljem redu, uz punu samostalnost, kooperativnost i kreativnost uposlenih.

11. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE ODGOJNO-OBRAZOVNOG RADA

Jedna od temeljnih zadaća odgojno-obrazovnog rada u Domu je pravovremeno, kvalitetno i temeljito planiranje i programiranje svih domskih i izvandomskih aktivnosti koje u sebi obuhvaćaju sadržaje, aktivnosti, nositelje aktivnosti, ciljeve, zadaće, ishode, oblike, metode, vremenike,, namjenu i evaluaciju.

Godišnji plan i program rada odgajatelja obuhvaćao je izradu:

- Godišnjeg plan i programa rada odgojne skupine
- Plan i program rada **timova** (tim za pedag. dokumentaciju, vrednovanje i samovrednov., projekte u kulturi, projekte u sportu,)
- mjesečne planove i programe
- planove i programe slobodnih aktivnosti (izborni programi)
- posebne i preventivne programe te
- stručno metodičke pripreme

U neposrednom odgojno-obrazovnom radu s učenicima odgojitelji su u prosjeku, ostvarili 1400 sati u 180 radnih dana i 36 radnih tjedana. Ostvarena realizacija evidentirana je u Dnevniciima rada te Dnevniciima rada slobodnih aktivnosti (izbornih programa). Odgajatelji su redovito i kontinuirano vodili i stručno – metodičke pripreme (dnevne, tjedne i mjesečne) te Karton praćenja učenika Pored spomenute pedagoške dokumentacije, odgajatelji su redovito i pravovremeno ažurirali i Matičnu knjigu, Registar te E-maticu.

12. REALIZACIJA GODIŠNJEG PLANA I PROGRAMA ODGOJNO - OBRAZOVNOG RADA

Tijekom šk. god. 2019./2020. Odgajateljsko vijeće skrbilo je za realizaciju sljedećih zadataka:

- kvalitetnijoj adaptaciji i socijalizaciji koji su preduvjet sigurnijem i kvalitetnijem životu i radu učenika
- stvaranju srdačne i poticajne domske atmosfere i okruženja
- unapređivanju kvalitete i kulture življenja kroz raznovrsne domske i vandomske aktivnosti
- sigurnosti i psihofizičkom zdravlju učenika uz razvijanje zdravih životnih navika
- redovitom pohađanju nastave i stručne prakse
- razvijanju socijalnih vještina
- njegovanju kvalitetne komunikacije i zdravih međuljudskih odnosa
- učenju toleranciji i empatiji
- prevenciji rizičnih i neprimjerenih ponašanja

- izricanju pedagoških mjera
- unapređenju pedagoškog standarda
- pravovremenom i kvalitetnom izvršavanju planiranih ciljeva zadataka odg.-obraz. procesa
- sadržajnoj i kvalitetnoj suradnji sa domskim okruženjem na nivou grada i šire
- kulturnoj i javnoj djelatnosti Doma
- kvalitetnoj promidžbi ustanove
- očuvanju domske imovine
- permanentnom stručnom usavršavanju i dr.

U neposrednom odgojno-obrazovnom radu s učenicima odgojitelji su ostvarili 1400 sati u 36 radnih tjedana. Ostvarena realizacija evidentirana je u Dnevnicima rada te Pregledima rada slobodnih aktivnosti. Odgajatelji su redovito i kontinuirano vodili stručno – metodičke pripreme (dnevne, tjedne i mjesečne).

12.1. REALIZACIJA TEMELJNIH PROGRAMA

12.1.1. KOGNITIVNO PODRUČJE

Najvažniji razlog boravka učenika u našem Domu je svakako redovito pohađanje obrazovnih programa te odgovorno izvršavanje radnih obveza s ciljem uspješnog završavanja školovanja. Svih 152 učenika/ca smještenih u Domu s uspjehom je završilo školsku godinu nakon što su samo 2 uč. upućena na popravni ispit kojeg su položili u ljetnom roku.

Tijekom šk. god. radilo se na tome da se učenicima omoguće što optimalniji uvjeti za učenje budući Dom ne raspolaže klasičnim učioničkim prostorom već učenici uče u spavaonicama i zajedničkim prostorijama. Odgajatelji su kontinuirano pratili napredovanje učenika, davali pomoć i podršku, a organizirano je i suradničko učenje te instruktivan rad u Domu i van njega u suradnji i dogovoru sa školom i roditeljima.

I ove je godine u GPP Doma uvršten poseban program „Da učenje ne bude mučenje“ kojeg je vodila pedagoginja Nevenka Brnardić , a odgajatelji kao jednu od važnijih tema na sastancima odgojnih skupina. U okviru programa se preispitalo predznanje novih učenika, utvrdile potrebe i mogućnosti učenika u području učenja, detektirali problemi u savladavanju nastavnog gradiva, upoznale tehnike i strategije efikasnog i smislenog učenja (strategija ČPČPP, tehnika „FLASH kartica“), izradili edukativni plakati na temu istog, održale pedagoške radionice na temu

„Učiti kako učiti“, organiziralo suradničko učenje, pružena pomoć od strane odgajatelja, a u dogovoru s roditeljima učenici sa ozbiljnijim problemima upućeni su da potraže pomoć van Doma u obliku instrukcija. Odgajatelji su redovito pratili i evidentirali nazočnost na učenju te poduzimali mjere u slučaju izbjegavanja istog kao i ometanja drugih učenika. Učenicima je ukazano na važnost dobre organizacije te planiranja vremena i radnih obveza za postizanje uspjeha.

Zbog novonastale izvanredne situacije uzrokovane **pandemijom COVID-a 19**, svi učenici su napustili Dom te, do kraja nastavne godine, sudjelovali u virtualnoj nastavi. Članovi Viajeća odgajatelj sustavno su pratili napredovanje učenika u nastavi na daljinu te reagirali u slučaju eventualnih problema koje su nastojali riješiti u suradnji sa roditeljima, profesorima i samim učenicima. Provedena je on-line anketa kroz koju se nastojalo detektirati poteškoće u savladavanju nast. gradiva, emocionalne poteškoće uslijed stresnih situacija te pravovremeno reagirati i pružiti pomoć i podršku.

Školski uspjeh na kraju 2019./2020. Bio je zadovoljavajući. Isti je prikazan u tabeli i grafikonu koji slijede.

Tabele br. 8: prikaz uspjeha učenika u šk. god. 2019./2020.:

ODG. SKUP.	ODLIČAN	VRLO DOBAR	DOBAR	DOVOLJ.	SREDNJA OCJENA
1.	5	15	1	-	4.20
2.	7	10	4	-	4.14
3.	9	10	3	-	4.27
4.	3	10	8	2	3.61
5.	9	12	-	-	4.42
6.	3	10	9	-	3.72
7.	4	12	6	-	3.91
UKUPNO	40	79	31	2	4.02

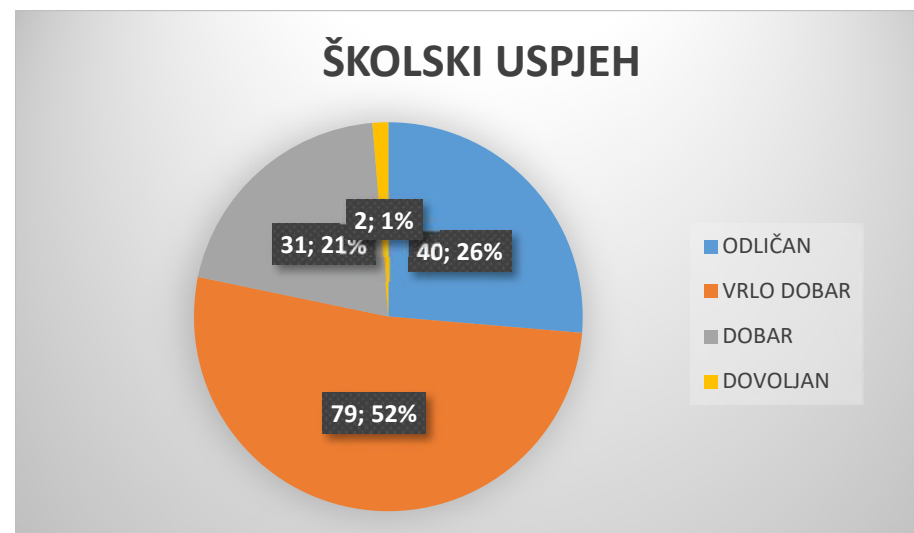


Tabela br. 9: prikaz redovitosti pohađanja nastave:

ODGOJNA SKUPINA	OPRAVDANI	NEOPRAVD.	UKUPNO	PO UČ.
1.os	1035/49	14/0.66	1049	49.90
2.OS	1094/52.1	8/0.38	1102	52.50
3.OS	977/44.41	4/0.18	981	44.59
4.OS	1171/50.91	36/1.56	1207	52.48
5.OS	661/31.3	7/0.33	668	31.40
6.OS	1536/69.81	29/1.31	1565	71.13
7.OS	1208/54.90	8/0.36	1216	55.27
UKUPNO	7682/50.54	106/0.69	7788	51.24

Tabela br. 10: prikaz izrečenih pedagoških mjera poticanja i sprečavanja:

ODGOJNA SKUPINA	POHVALA ODGAJATELJA	POHVALA ODG. VIJEĆA	UK	OPOMENA	UKOR	OPOMENA PRED ISKLJ.	UK.
1.OS	1	1	2	-	-	-	-
2.OS	-	1	1	-	-	-	-
3.OS	3	3	6	-	-	-	-
4.OS	13	1	14	3	-	-	3
5.OS	-	9	9	2	-	-	2
6.OS	6	4	10	1	-	-	1
7.OS	7	1	8	2	-	-	2
UKUPNO	30	20	50	8	-	-	8

Zbog kršenja Kućnog reda Doma te neprimjerenog ili rizičnog ponašanja, Odgajateljsko vijeće je, nakon iscrpne analize i razgovora s učenicima i njihovim roditeljima izreklo svega 8 mjera sprečavanja kako bi preveniralo isto te pridonijelo pozitivnoj promjeni u ponašanju učenika. Učenicima je izrečeno daleko više mjera poticanja (50) zbog njihovog angažmana u domskim i vandomskim aktivnostima, primjerenom ponašanju, postignućima i doprinosu promidžbi Doma u gradu i šire.

Nažalost, uslijed izvanrednih uvjeta uzrokovanih pandemijom COVID-a 19 i činjenicom da su učenici sa 13.03. napustili Dom i nastavu dalje pratili na daljinu, ove su šk. god. izostale svečana večera i program za maturante kao i priredba za kraj šk. god, na kojima su se učenicima svečano uručivale pohvale i nagrade.

12.1.2. ČUVANJE I UNAPREĐIVANJE ZDRAVLJA

Skrb za zdravlje učenika u periodu adolescencije bila je i jedna od prioritarnih zadaća u radu odgajatelja počevši od osobne higijene, higijene prostora u kojima učenici borave, razvijanje i njegovanje zdravstveno-higijenskih navika, mentalnog zdravlje, dentalne higijene, prevencije raznih oblika ovisnosti, tjelesne aktivnosti kao preduvjeta zdravlja, jačanja otpornosti na stres, zdrave spolnosti i odgovornog spolnog ponašanja, reproduktivnog zdravlja, redovitih liječničkih kontrola i dr. U području pravilne prehrane vodilo se računa da hrana i obroci budu što raznovrsniji i kvalitetniji u skladu sa propisanim normativima kako bi se zadovoljile potrebe za normalan rast i razvoj u adolescentskoj dobi. Njega i evidencija učenika sa zdravstvenim tegobama vršena je po potrebi i svakodnevno.

Zdravstvena zaštita učenika provodila se u suradnji sa Općom bolnicom Švarča , HMP-i, Domom zdravlja te stomatološkim ordinacijama. O zdravstvenim tegobama učenika promptno se i redovito izvješćivalo roditelje učenika te školu koju su isti pohađali.

Kao što je i planirano, učenicima smo tijekom šk. god. osigurali pravilnu prehranu, pravilan raspored dnevnih i tjednih aktivnosti, pravilnu izmjenu rada i odmora te neometan noćni odmor. Učenici su sudjelovali u izradi tjednih jelovnika, s njima se razgovaralo o pravilnoj prehrani, važnosti konzumiranja svih obroka, a posebice doručka, o nutritivnoj vrijednosti hrane, posljedicama nepravilne prehrane i poremećajima iste. Redovito je praćeno psihofizičko zdravlje učenika. S učenicima se razgovaralo o utjecaju tjelesnih aktivnosti na zdravlje te ih se motiviralo za aktivno korištenje slobodnog vremena. Redovito se pazilo na održavanje osobne higijene, higijene soba i zajedničkih prostorija na odjelu i u domu. Među temama o kojima se raspravljalo na sastancima odgojnih skupina apsolvirane su sljedeće: zdrava spolnost i odgovornost, reproduktivno zdravlje i planiranje obitelji, razvijanje ekološke svijesti i odgovornosti za očuvanje okoliša, nutritivne vrijednosti namirnica, očuvanje mentalnog zdravlja i prevladavanje stresa, problemu pretilosti, zaraznim bolestima, bolestima uzrokovanim nepravilnom prehranom i nedostatkom tjelesne aktivnosti i dr.

U slučaju potrebe za učenike je osigurana posebna prehrana, a razlozi su bili: zdravstvene tegobe, vegetarijanska prehrana, nekonzumiranje hrane iz vjerskih razloga i dr. Među učenicima je bilo nekolicina onih sa ozbiljnijim zdravstv. tegobama (dijabetes, artritis, gastritis i dr.) zbog kojih su učenici bili pod stalnim nadzorom uz kontrolu terapije i redovitosti uzimanja obroka, konzultaciju liječnika obiteljske medicine i specijalista te stalnog kontakta sa roditeljima/starateljima.

U provođenja ovog programa primjenjivani su različiti oblici i metode: individualni i grupni rad, rad u manjim skupinama, savjetodavni razgovor, diskusija, predavanje, pedagoške radionice, proučavanje stručne literature, izrada edukativnih panoa i plakata, navikavanje, poučavanje, zbrinjavanje i dr.

Pojačana skrb za učenike, kad je riječ o zdravlju i sigurnosti, nastupila je u novonastalim izvanrednim uvjetima pojave pandemije koronavirusa na način da ih se upoznao sa sigurnosnim mjerama koje je propisao ZZJZ-o i Nacionalni stožer CZ, a koje su bile objavljene na mrežnim stranicama Doma te istaknute na svim mjestima za oglašavanje na ulazu u i u samoj zgradi Doma (oglasne ploče, info panoi, sanitarije...)

U okviru spomenutog programa obrađene su sljedeće teme:

- pravilna higijena i higijena usne šupljine i zubi
- utjecaj tjelesne aktivnosti na zdravlje mladog čovjeka
- pravilna prehrana preduvjet zdravog života te Bonton u restoranu
- kako moje slobodno vrijeme utječe na zdravlje
- mentalno zdravlje
- bolesti ovisnosti: alkohol, pušenje, opijati, kockanje i klađenje
- kako reći ne lošim nagovaranjima
- zakonski okviri korištenja psiho-aktivnih tvari
- prehrambene vrijednosti živežnih namirnica
- utjecaji medija
- stres i kako se nositi sa istim
- spolnosti i spolnom zdravlju
- obiteljski ciklus i planiranje obitelji
- problemi ovisnosti o modernim tehnologijama današnjice
- **COVID 19 – mjere zaštite i ponašanje**

AKTIVNOSTI

- pješačenje na stari grad Dubovac
- radionica „Hodam i učim“ i kviz za nove učenike
- pano „Piramida zdrave prehrane“
- izložba „Dani zahvalnosti za plodove zemlje“
- pano „Svjetski dan jabuka“
- edukat. pano „Sigurnosne mjere zaštite od COVID-a 19“
- pano „Slobodno vrijeme i kako ga iskoristiti“
- PPT „Digitalna demencija“
- PPT „Kako postati i ostati optimist“
- on-line anketa „Prehrambene navike adolescenata“
- virtualna radionica „Sportom protiv koronavirusa“
- izložba „Gljive Karlovačke županije“
- ekukat. pano „U svakom slučaju je korisno“
- suradnja sa zdravstv. ustanovama
- grupni razgovori na temu očuvanja i unapređenja zdravlja
- praćenje redovitosti konzumiranja obroka
- vježba evakuacije za učenike i djelatnike glede sigurnosti i zaštite
- zbrinjavanje bolesnih učenika
- praćenje i primjena sigurnosni mjera zaštite od COVID-a 19**

12.1.3. SOCIO - EMOCIONALNI RAZVOJ

Od samog dolaska učenika u Dom radilo se na stvaranju pozitivnog i poticajnog ozračja u kojem će se osjećati dobrodošlo, sigurno i prihvaćeno. Radilo se na njegovanju zdravih međuljudskih odnosa, razvijanju i njegovanju pozitivizma, optimizma, tolerancije, empatije i odgovornosti, na vježbanju socijalnih vještina i sl. Odgojno osoblje, a i svi ostali djelatnici, upoznavali su učenike s načinom organizacije života i rada u Domu, s novom sredinom, a u sve su se uključivali i stariji učenici.

Velika je pažnja posvećena adaptaciji i socijalizaciji novih učenika kako bi što brže i lakše prebrodili separaciju od obitelji i sredine u kojoj su odrastali. Učenike se poticalo i motiviralo na uključivanje u brojne domske i vandomske aktivnosti, na druženje i suradnju. Ovdje treba istaknuti i kontinuirano preispitivanje zadovoljstva učenika domskim životom, školom i novim društvenim okruženjem kako bi se poduzelo sve da se isti što bolje osjećaju. Učenici su na različite načine mogli izraziti svoje mišljenje i osjećaje: kroz razgovore, sastanke odgojnih skupina, preko svojih predstavnika u Vijeću učenika, kroz pisanje članaka za domski list „Fontanu“ i dr. Program socio-emoc. razvoja učenika realiziran je kroz brojne savjetodavne razgovore, druženja, priredbe, sportske i kulturne susrete, pedagoško-psihološke i kreativne radionice, posjete drugim domovima i srodnim ustanovama, savjetovanja u Centru za psihološku pomoć i dr. Važna i sustavna je bila suradnja sa roditeljima, školom i društvenom sredinom kako bi prilagodba učenika protekla što bezbolnije i sa što manje posljedica. Ovim su programom bili obuhvaćeni sljedeći sadržaji i aktivnosti:

- praćenje procesa adaptacije i socijalizacije novih učenika;
- očuvanje psihofizičkog zdravlja učenika i djelatnika
- praćenje uočavanje i rješavanje emocionalnih kriza;
- praćenje izvršavanja radnih obveza učenika i poštivanja Kućnog reda Doma
- poticanje i razvijanje osjećaja odgovornosti;
- stvaranje pozitivnog odnosa prema svim učenicima i djelatnicima doma i izgradnja međusobnog povjerenja, uvažavanja i poštovanja
- razvijanje kvalitetne komunikacije,
- razvijanje osjećanja sigurnosti; razvijanje i njegovanje suradničkih i prijateljskih odnosa unutar skupina kao i na nivou Doma i Doma;
- shvaćanje i razumijevanje sebe i ljudi oko sebe,
- jačanje samopouzdanja i samopoštovanja na svim razinama,
- razvijanje empatije
- razvijen je pozitivan dvosmjerni odnos na razini odgajatelj – učenik i odgajatelj – odgojna skupina
- vježbanje i razvijanje socijalnih vještina
- očuvanje tradicionalnih moralnih vrijednosti
- izazovi i opasnosti modernog društva/života
- kako se nositi sa stresom
- **život u vrijeme korone**
- odgoj za demokraciju, toleranciju i kozmopolitizam utjecaj medija

AKTIVNOSTI

- svečana dobrodošlica učenicima na poč. šk. god. (članovi OV)
- „Sastanak dobrodošlice“ s novim učenicima - predstavljanje i druženje (stručna suradnica)
- prikazivanje domskog promotivnog filma „Naših prvih 170“
- fotografiranje novih učenika
- posjet izložbi (stalni postav) u Gradskom muzeju
- radionica adaptacije „Moja nova priča“
- pisanje eseja „Moji prvi dani u domu“
- svakodnevno druženje
- on – line anketa „Život u vrijeme korone“

12.1.4. KREATIVNOST I STVARALAŠTVO

Na početku šk. god. među učenicima je provedeno anketiranje glede interesa za uključivanje u rad izbornih programa u skladu s njihovim željama, interesima, sklonostima i sposobnostima. Nakon provedenog anketiranja i obrade podataka formirane su sekcije izbornih programa sekcije. Radom na poticanju i razvijanju kreativnosti i stvaralaštva učenika, kroz razne domske i vandomske aktivnosti, nastojalo se ostvariti sljedeće :

- potaknuti i razviti kreativne sposobnosti svakog učenika ponaosob
- kvalitetno i sadržajno organizirati slobodno vrijeme učenika
- zadovoljiti želje, interesa i sklonosti učenika
- razviti kreativnost ,maštovitost, inovativnost / originalnost u izražavanju
- omogućiti razvoj vještina, sposobnosti i talenata učenika
- osposobiti za procjenu i samoprocjenu
- potaknuti i njegovati ljudske vrijednosti (komunikativnost, objektivnost, empatičnost, upornost, urednost, točnost, pravednost...)
- razviti i njegovati osjećaj za lijepo
- oplemeniti domski interijer i eksterijer
- prezentirati i promovirati život i rad u Domu u svrhu stvaranja pozitivnog „imidža“
- obogatiti život pojedinca , a preko njega i cijelog Doma

Materijal i pribor neophodnih za kreativno izražavanje učenika nabavljan je isključivo sredstvima Doma dok se rad odvijao, ne samo u prostorijama Doma, već i van njega. Učenici permanentno iskazuju veliko zanimanje za rad u izbornim programima.

AKTIVNOSTI:

- izložba „Dani zahvalnosti za plodove zemlje
- radionica „U susret jeseni“ (izrada ukrasa za interijer)
- prigodno blagdansko uređenje Doma uoči Božićnih blagdana
- izrada Božićnih ukrasa
- izrada Kalendara za 2017./2018.
- izrada promidžbenog materijala UZ „Slap“
- LI – RA u UD Sušak u Rijeci
- radionica „Rad na lončarskom kolu“
- izrada plakata, diploma, priznanja, brošura
- estetsko uređenje odjela (hodnici, spavaonice)
- prigodne kreativne radionice na nivou odg. skupina
- praćenje sadržaja na internetskim stranicama vezanim uz kreativnost i stvaralaštvo

13. REALIZACIJA PLANA I PROGRAMA RADA IZBORNIH AKTIVNOSTI

U Domu su, na području kulture, djelovale pjevačka, folklorna, dramska i recitatorska sekcija pod stručnim vodstvom odgajatelja i vanjskih suradnika.

Na području radno-tehničkih aktivnosti (multimedije), u okviru **Učeničke zadruge „Slap“** djelovale su keramičarska, likovna, foto, novinarska i informatička sekcija.

Na području sporta, u okviru **domskog sportskog kluba „Žabac“**, djelovale su košarkaška, odbojkaška (rekreativno), nogometna, streljačka, stolno-teniska i šahovska sekcija.

Rad svih spomenutih izbornih programa prezentiran je i promoviran putem brojnih kulturnih i sportskih manifestacija na nivou grada i šire i to na: izložbama, priredbama, prijateljskim susretima, turnirima, likovnim kolonijama, smotrama učeničkog stvaralaštva, oglašavanja u medijima, u domskom listu „Fontana“, na mrežnim stranicama Doma kao i na sjednicama stručnih tijela doma i dr.

Zadovoljstvo je reći da je u navedenim programima, aktivno stalno ili povremeno, sudjelovalo gotovo 80 % učenika. Rad izbornih programa odvijao se većinom u večernjim satima jer su to iziskivale školske obveze učenika i pohađanje nastave u 2 turnusa i to uglavnom u prostorijama Doma izuzev sportova nogometa, košarke i odbojke koji se odvijao van zgrade.

Nažalost, zbog izvanredne situacije izazvane, već puno puta spominjanom, **pandemijom COVID-a 19** i novonastalih uvjeta, velik dio planiranih aktivnosti u okviru izbornih programa nisu realizirane budući su učenici, po prestanku rada škola, 13.03. napustili Dom i dalje sudjelovali u virtualnoj nastavi. No, odgajatelji su uspjeli za učenike organizirati virtualne aktivnosti šaljući im materijale putem aplikacija i društvenih mreža (WhatsApp grupe, Facebook, el. pošta...): on-line ankete vezane uz njihovo slobodno vrijeme za vrijeme trajanja pandemije, prijedlozi raznih kreativnih ideja/radionica, radionica „Vježbanje u vrijeme korone“, prikupljanje priloga (slikovnog i tekstualnog) za domski list „Fonatana“ i dr.

Tabela br. 11: prikaz izbornih programa (voditelj, broj članova, vremenik):

PROGRAM	VODITELJ	BR. UČ.	VREMENIK
S P O R T			
KOŠARKA	A.B., prof.	13	2x tjedno (pon. i srijeda od 21.15-22.00)
ODBOJKA	A.B., prof.	26 (14ž+12m)	2x tjedno (pon. i srijeda od 20.30-21.15)
STOLNI TENIS	R.R., prof.	5	1 x tjedno (četvrtak od 19.30-21.30)
ŠAH	M.Z., prof.	11 (7 stalnih i 3 povremena člana)	1 x tjedno (utorak od 20.00-21.30)
NOGOMET	R.P., prof.	22 (12 stalnih i 10 povremenih članova)	2 x tjedno (utorak i četvrtak od 20 do 21)
STRELAŠTVO	R.P., ped. voditelj I.B., vanjski suradnik	5	2 x tjedno (utorak i četvrtak od 19 do 21 i od 11 do 13)

K U L T U R A			
DRAMSKA	K.D.V., prof.	10	2 x tjedno (utorkom i četvrtkom od 20.15 – 21.00)
PLESNA	K.D.V., prof.	7	2 x tjedno (utorkom i četvrtkom od 19.30 do 20.15)
RECITATORI	N.B., pedagoginja	6	1 x tjedno (srijedom od 19.30 do 20.30)
FOLKLOR	A.P., ped.voditelj D.M., vanjski suradnik	10	1 x tjedno (četvrtak od 21-22.30)
PJEVAČKA SEKCIJA	A.P., ped.voditelj M.K., vanjska suradnica	5	1 x tjedno (srijeda od 21.00 do 22.00)
M U L T I M E D I J A			
LIKOVNA	R.R., prof.	12	1x tjedno - (utorak od 10.30 – 11.30 i 19.30 – 20.30, a po potrebi i češće)
INFORMATIČARI	K.K., prof.	3	1 x tjedno (srijeda i četvrtak od 19.30 do 21.30)
NOVINARI	N.S., prof.	7	1 x tjedno (utorak od 10.30 -12.00 i 19.30 – 21.00)
FOTO	N.S., prof.	5	1 x tjedno (četvrtak od 10.30 – 12.00 i 19.00 – 20.30)
KERAMIČARI	N.B., dipl. pedag.	6	1 x tjedno (ponedjeljak od 19.30-21.30, a po potrebi i češće)
		71 ili	

UKUPNO UČENIKA:	46,71 %
------------------------	----------------

U izvanrednim uvjetima pandemije COVID-a 19 mnoge od planiranih aktivnosti, pa tako i prezentacija rada izbornih programa kao što je sudjelovanje na manifestacijama u gradu i šire, na smotrama učeničkog stvaralaštva (Regionalna i Državna domijada, Međužupanijska smotra učeničkih zadruga), turniri i dr., nisu realizirane, ali dio ipak je. Ostvarena su sljedeća postignuća:

Tablica br. 12: prikaz postignuća izbornih programa u šk. god. 2018./2019.

R.BR.	IZBORNI PROGRAM	MANIFESTACIJA	POSTIGNUĆE	VODITELJ / ICA
8.	PJEVAČKA GRUPA	-Božićna priredba -humanitarni koncert u Hrv. Domu kulture; Budimpešta	Priznanje za sudjelovanje	A.P., prof. M.K., vanjska suradn.
9.	FOLKLOR	javni nastupi izostali zbog pandemije koronavirusa	-	A.P., prof. D.M., vanjski suradnika
10.	PLES	-Božićna priredba	-	K.D.V., prof.
11.	RECITATORI	-Božićna priredba	-	N.B., dipl. pedagog.
12.	DRAMSKA	-Božićna priredba	-	K.D.V., prof.
13.	KERAMIČARI	-Božićna izložba u Radićevoj ul -izložba jaslica u Franjevačkom samostanu	Zahvalnica za sudjelov. Zahvalnica za sudjelov.	N.B., dipl. pedagog.
	UZ „SLAP“	-sudjelovanje na 31. Drž. smotri uč. zadruga u Vinkovcima	Priznanje za sudjelov.	
14.	LIKOVNA	-	-	R.R., prof.
15.	INFORMATIČARI	-	-„KALENDAR 2020.“	K.K., prof.

	FILMSKA GRUPA)		-zahvalnice, priznanja i diplome -video uradak „TRAC“	
16.	ŠAH	zbog pandemije i bolesti voditeljice nisu sudjelovali	-	M.Z., prof.
17.	STRELJAŠTVO	-turnir u D. Resi	-1. mj. ekipno -3. mj. pojedinačno	R.P., prof. I.B. vanjski suradnik
18.	STOLNI TENIS	-turnir u Rijeci (UD Kvarner) -Memorijalni turnir prof. I. Mikšić (Karlovac)	-3. mj. -2. mj.	R.R., prof.
19.	KOŠARKA	-turnir u Karlovcu	-4. mj.	A.B., prof.
20.	ODBOJKA	-turnir u Puli	-Priznanje za sudjelovanje	A.B., prof.
21.	NOGOMET	-turnir u Pazinu -turnir u bakru	-Priznanje za sudjelov. -Priznanje za sudjelov.	R.P., prof.

Važno je naglasiti da je većina učenika uključenih u sportske izborne programe svoja znanja i vještine stjecali radeći u domskim izbornim programima pod vodstvom stručnih voditelja-odgojitelja i vanjskih suradnika. Dio učenika aktivno je treniralo rukomet, nogomet te neke od borilačkih sportova u sportskim klubovima u gradu.

Učenici, koji su se svojim trudom, zalaganjem i postignućima posebno iskazali u radu izbornih programa, nagrađeni su izletom u Split, Trogir i Primošten koji je realiziran poč. rujna 2019.god.

Dom posjeduje i knjižnicu koja radi u okviru svog knjižnog potencijala koji je obogaćen 19 novih naslova. **Domska knjižnica** ima **758** naslova (uglavnom školska lektira, beletristika, stručna literatura i časopisi kao što su Školske novine, Unikat, Meridijani). No, podaci o tome koliko su učenici zainteresirani za čitanje govore da njihova čitalačka kultura nikako nije na zadovoljavajućem nivou. Naime, ove šk. godine posuđeno je ukupno **46 knjiga** i to ponajviše lektire i knjiga potrebnih za polaganje državne mature što baš i nije zavidna brojka. Dio učenika koristio je rječnike i enciklopedije, medicinsku priručnike i atlase. Učenici su poticani na korištenje domske knjižnice kako bi kvalitetnije proveli svoje slobodno vrijeme te kako bi čitanjem razvijali svoje čitalačke i govorne sposobnosti.

Domska **informatička sekcija** bavi se, između ostalog, i **domskim izdavaštvom** za što posjeduje sav potreban materijal i opremu: laserski štampač u boji A3 i A4 formata, kompjuter, grafički nož, uvezivač, plastifikator i drugu potrebnu opremu za izdavanje, kako domskog lista „Fontana“, domskog kalendara, tako i drugog promidžbenog materijala (leci, plakati, bilteni, brošure, priznanja, zahvalnice, diplome i slično).

IZBORNI PROGRAMI na području **SPORTA** realizirani su kroz sljedeće sekcije:

- NOGOMETNA sekcija (12 stalnih i 10 povremenih članova):** trenirala je u dvorani Osnovne Škole Banija i Šumarske i drvodjeljske škole Karlovac., a dio treninga održano je na umjetnoj travi, betonskom vanjskom igralištu i teretani budući Dom nema prostor. No, usprkos te činjenice, odaziv i zalaganje učenika, ozračje u ekipi, radna disciplina i ponašanje učenika na natjecanjima i putovanjima bili su posebno zadovoljavajući. Učenici su nastupili na dva turnira u organizaciji Domova Regije Zapad (Pazin, Bakar).
- KOŠARKAŠKA sekcija (13 učenika):** održavala je treninge u dvorani Šumarske i drvodjeljske škole (2 termina tjedno) s kojom imamo tradicionalno dobru suradnju. Učenici su aktivno sudjelovali u svim domskim turnirima u sklopu posebnog programa „Sport za sve“ kao natjecatelji, suci i organizatori istih. Kako u ekipi nema nijedan učenik koji je prije trenirao košarku u sportskom klubu njihovi su rezultati i napredak u igri zadovoljavajući, a posebno je primjereno zalaganje i ponašanje igrača na terenu i van njega. Učenici su sudjelovali na Memorijalnom turniru Prof. I. Mikšić u Karlovcu i osvojili 4. mj. te u sportskom dijelu manifestacije „Sidro u Kvarneru“ (streetball).
- ODBOJKAŠKA sekcija (14 učenica i 12 učenika)** održavala je treninge u dvorani Šumarske i drvodjeljske škole. Ove je god. u rad bio uključen znatno veći broj kako učenica tako i učenika. Rad je bio orijentiran na usvajanje i automatizaciju osnovnih elemenata odbojkaške igre. Učenice su sudjelovale na proljetnom turniru u Puli
- STOLNO-TENISKA sekcija (5 učenika):** trenirala je u polivalentnoj dvorani Doma. Kako članovi ove sekcije nisu nikad prije trenirali u nekom sportskom klubu, rezultati su bili zadovoljavajući, a posebno prisutnost fair – play kao i u svim drugim domskim sportskim ekipama što je vrlo važno za odgojnu komponentu odg.-obraz. rada s učenicima. Učenici su nastupili na dva turnira u organizaciji Domova regije i to u Rijeci u organizaciji Učeničkog Doma Kvarner gdje je osvojeno 3. mjesto i na Memorijalnom turniru Prof. Ivan Mikšić u organizaciji našeg Doma gdje je osvojeno 2. mjesto) te na Regionalnoj Domijadi u Pazinu gdje je osvojeno 3. mjesto.
- ŠAHOVSKA sekcija (8 stalnih i 3 povremena člana):** održavala je treninge utorkom u večernjim satima u uredu ravnateljice utorkom od kao jedinom slobodnom prostoru (u drugima se odvijao rad drugih izbornih programa). Rad sekcije bio je znatno otežan jer je dobar dio termina otkazan zbog štrajka prosvjetnih djelatnika, bolesti voditeljice te pandemije COVID-a 19 zbog koje su učenici 13.03. napustili Dom. Uslijed svega toga sekcija nije sudjelovala na turnirima.

- ✚ **STRELJAČKA sekcija (5 učenika):** na tavanskom prostoru je u funkciji automatska 6-stazna streljana za zračnu pušku koju su, za redovite treninge, koristili članovi streljačke sekcije pod stručnim vodstvom vanjskog suradnika Ivana Brozovića. Učenici su sudjelovali na 2 turnira: u Duga Resi gdje su osvojili 1. mjesto ekipno, a 3. mj. pojedinačno (uč. D. Matijević) te u Lovranu

Sve sportske sekcije, izuzev šahovske, sudjelovale su na proljetnim turnirima u organizaciji učeničkih domova Regije Zapad. Mi smo, tradicionalno, i ove godine bili domaćini Memorijalnog turnira Prof. Ivan Mikšić turnira u košarci i stolnom tenisu.

Treba naglasiti da se rad izbornih programa (nabava materijala, sredstava i opreme za rad, troškovi iznajmljivanja dvorana za treninge te troškovi putovanja na turnire, domijade te druge smotre učeničkog stvaralaštva, financiraju isključivo sredstvima Učeničkog doma Karlovac.

IZBORNI PROGRAMI na području KULTURE realizirani su kroz sljedeće sekcije:

- ✚ **PJEVAČKA sekcija (5 učenika):** je, pod stručnim vodstvom vanjske suradnice Maje Kolarić, uvježbavala solo i zorno pjevanje, nastupala na domskim priredbama (obilježavanje Dana Doma, Božićna priredba, Maškaraoke), a uč. S. Grgurić nastupila je na humanitarnom koncertu u Hrvatskom domu kulture u Budimpešti.
- ✚ **DRAMSKA sekcija (10 učenika):** kroz različite vježbe (vježbe koncentracije, govorena riječ), igre (mentalne igre, pantomima) i improvizacije učenici su razvijali svoje govorne i komunikacijske vještine te stjecali sigurnost i samopouzdanje, oslobađali svoju kreativnost, razvijali samokritičnost i odgovornost. redovito dolazeći na probe te aktivno i vrlo kreativno gradeći likove. Učenici su redovito dolazili na probe, sudjelovali u izboru tekstova za igrokaze te aktivno i vrlo kreativno izgrađivali likove, radili na izradi scenografije i odabiru kostima. Za Božićnu priredbu uvježbali su i izveli igrokaz „Djedica u stečaju“. Sekcija je uvježbavala scenski igrokaz za nastup na 45. Reg. domijadi „Lift“ koja, nažalost, zbog već navedene pandemije COVID-a 19, nije održana. Posjetili su i kazališne predstave „Važno je zvati se Ernest“ i „Cigla“.
- ✚ **PLESNA sekcija (7 učenika):** učenici su kroz različite vježbe (snage, gipkosti, izdržljivosti, koordinacije i ravnoteže) razvijali opću kondiciju tijela. Improvizacijama na muziku različitog ritma, melodije i dinamike upoznali su kako koristiti svoje tijelo kroz pokret. Ovladavanjem, svjesnim korištenjem i primjenom obrađenih sadržaja obzirom na faktore: prostor, vrijeme, jačina i tok postigli su bolju izražajnosti u pokretu i plesu. Slušajući različite vrste muzike poticani su da neprestano istražuju nove mogućnosti kretanja i nove oblike pokreta. Posebno se svojom kreativnošću, idejama i entuzijazmom istakla učenica Tea Komljenović, Paula Vučić i Gloria Vučić koje su napravila koreografiju „Bijeg“ s kojim su trebale nastupiti na domijadii koja je zbog pandemije otkazana, a i neke druge planirane aktivnosti

- ✚ **RECITATORSKA sekcija (6 učenika)**; članovi sekcije su odabirali i uvježbavali tekstove (poezija i proza) , kreirali i uvježbavali programe (konferanse i recitale) za prigodne priredbe u Domu i van njega („Vukovaru s ljubavlju“, recital za Božićnu priredbu „Svjetlo se ne smije ugasiti“. Učenica S. Ivančić uvježbavala je recitaciju „ Jednom ću i ja imati svoj dom“ za nastup na 45.- Reg. domijadi koja nije održana zbog pandemije.
- ✚ **FOLKLORNA sekcija (14 učenika)**: članovi sekcije su, pod stručnim vodstvom vanjskog suradnika Dražena Makaruna, uvježbavali koreografiju pod nazivom „Međimurski plesovi“ te pjesmu „Klinček stoji pod oblokom“s kojom su trebali nastupiti na domskim priredbama te 45. Reg. domijadi što nije realizirano zbog već spomenute pandemije koronavirusa.

IZBORNI PROGRAMI na području KULTURE - MULTIMEDIJE realizirani su kroz sljedeće sekcije:

- ✚ **KERAMIČARSKA sekcija (6 učenika)**: su izrađivali ukrasne i uporabne predmete koristeći razne materijale (glina, lijevana glina, gips) od početnih do finalnih radova (oblikovanje sirove gline, sušenje, pečenje, glaziranje, bojanje, ponovno pečenje) te organizirali izložbe istih (u domskoj blagovaonici, Božićna izložba, izložba jaslica). Dvije članice sekcije predstavnice UZ „Slap“, sudjelovale su na 31. Drž. smotri uč. zadruga u Vinkovcima vrlo uspješno prezentirajući i promovirajući rad Doma. Organizirane su i pokazne radionice rada na lončarskom kolu, a prezenteri su uč. N. Špehar i vanjski suradnik g. N. Bajt.
- ✚ **LIKOVNA sekcija (12 učenika)**: aktivnosti kojima se sekcija bavila bile su uređenje prigodnih panoa, obilježavanje važnih datuma, uređenje blagovaonice, uređenje odjela i hola, izrada božićnih ukrasa, božićnih čestitki, prigodnih ukrasa od papira, instalacija, pisanica, sudjelovanje u radionicama, organiziranje izložbi i dr. Radovi učenika prezentirani su putem izložbi u Domu i van njega. Članovi sekcije sudjelovali su u estetskom uređenju domskog interijera (uratci od različitih materijala).
- ✚ **FOTOGRAFI (5 učenika)**: cilj sekcije bio je promoviranje rada Učeničkog doma Karlovac, doprinos izgradnji pozitivnog imidža Doma, informiranje javnosti o događanjima u Domu, kreativno provođenje slobodnog vremena, poticanje kreativnosti i stvaralaštva učenika te razvijanje osjećaja za lijepo. Učenici su svoje radove prezentirali u izlogu u Radićevoj ulici te prezentirali na web stranici Doma. Učenici – maturanti ove godine nisu mogli preuzeti foto materijal na kojem su zabilježene i ovjekovječene sve domske i vandomske aktivnosti u protekle četiri godine (snimanje na USB stickove) za uspomenu na domske dane budući je nastava prekinuta zbog pandemije COVID-a 19.

- ✚ **NOVINARI (7 učenika):** rad s učenicima bazirao se na individualnom radu (razgovor, diskusija, prezentacija) i radu u maloj grupi (sastanci, dogovori) na kojima su nastajali članci. Cilj sekcije bio je promovirati rad te izgraditi pozitivni imidž Doma, informirati javnost o događanjima u Domu, kreativno provoditi slobodno vrijeme, poticati kreativnosti i stvaralaštva učenika te razvijati osjećaj za lijepo.
- ✚ **INFORMATIČARI (3 učenika):** aktivnosti sekcije bile su sljedeće: ažuriranje web stranice Doma, izrade plakata, izrada info - panoa za informatičku radionicu, održavanje računala, projekcija filma „Život je lijep“. izrada kalendara za godinu 2019., obrada fotografija, plastificiranje i rezanje raznih materijala (diplome, priznanja...); snimanje materijala za izradu filmova te obrada istih, održavanje Youtube kanala Doma, izrada materijala za maturante, izrada materijala za novoupisane učenike, izrada on – line anketa, izrada promidžbenog materijala za UZ „Slap“ te pomoć učenicima pri izradi seminara, referata i prezentacija.
- ✚ **DOMSKA KNJIŽNICA** - učenike se pokušalo motivirati na čitanje kako bi poboljšali vlastiti vokabular te time spretnije i uspješnije baratali vlastitim jezikom. Rad se temeljio na stvaranju nesmetanog učenja u okviru domske knjižnice, pomoći pri uporabi stručne literature, praćenju i evidenciji posudbe knjiga i ostale knjižne građe, poticanju učenika na čitanje, pomoći pri izboru lektire, pomaganju u pripremi i obradi zadane teme, seminarskih radnji, sustavnom poučavanju za samostalno i permanentno cjeloživotno učenje i drugo.

Sve domske aktivnosti kontinuirano su evidentirane u domskoj „Događajnici 2019./2020.“ te objavljene na mrežnim stranicama Doma u rubrici „Vijesti“.

14. REALIZACIJA POSEBNIH I PREVENTIVNIH PROGRAMA

CILJEVI koji su cijelosti ostvareni kroz posebne i preventivne programe su sljedeći:

- učenici su se uspješno adaptirali na novu sredinu i nove uvjete života i rada
- unaprijeđen je cjelokupni zdravstveni, intelektualni, tjelesni, moralni i duhovni razvoj učenika u skladu s njihovim interesima i sposobnostima
- poboljšana je kvaliteta života
- poticane su navike zdravog života u zajednici
- poboljšana je razina nivoa znanja o štetnosti svih oblika ovisnosti i rizičnih ponašanja
- povećana je razina samopouzdanja i samopoštovanja
- poboljšana je kvaliteta komuniciranja

- kod učenika se nastojalo razviti osjećaj odgovornosti za vlastite postupke
- učenici su se naučili toleranciji, suradnji, odgovornosti i samostalnosti
- učenici su razvijali i usvajali socijalne vještine i moralne vrijednosti
- učenici su osposobljavani za planiranje i organiziranje svojih aktivnosti
- učenici su osvijestili važnost očuvanja kulturne baštine, okoliša koji ih okružuje i značaj održivog razvoja za cijelo društvo
- učenici se pripremalo za uspješno uključivanje u demokratsko društvo i svijet rada
- učenici su aktivno sudjelovali u brojnim domskim i vandomskim aktivnostima i manifestacijama

Aktivnosti ovih programa odvijale su se kroz pedagoške i kreativne radionice, kulturne manifestacije, sportske susrete, izlete, priredbe u Domu i van njega, smotre učeničkog stvaralaštva, putem edukativnih panoa i plakata, predavanja, promocija i dr., a uspješno su ih planirali, organizirali i realizirali članovi Odbora za posebne programe i učenici u suradnji sa društvenom sredinom.

14.1. REALIZACIJA POSEBNIH PROGRAMA

Tabela br. 13: posebni programi po područjima

R.BR.	POSEBNI PROGRAM	NOSITELJ / ICA
1.	ADAPTACIJA I SOCIJALIZACIJA	N.B., dipl. pedagog M.Z., prof.
2.	SAMOPOUZDANJE I SAMOPOŠTOVANJE	K.D.V., prof. R.R., prof.
3.	SPORT ZA SVE – PREVENCIJA- ZDRAV ŽIVOT	A.B., prof M.Z, prof. R.P., prof.
4.	DA UČENJE NE BUDE MUČENJE	N.B., dipl. pedagog
5.	KULTURA ŽIVLJENJA	A.B., prof.

		K.K., prof. K.D.V., prof. M.Z., prof. N.S., prof. N.B., dipl. pedagog R.R., prof.
--	--	--

U okviru spomenutih programa sljedeće su aktivnosti realizirane kroz pedagoško-psihološke i kreativne radionice, parlaonice, predavanja uz PPP-e, izborne programe, sudjelovanje u projektima i dr.:

14.1.1. ADAPTACIJA I SOCIJALIZACIJA

- sastanak dobrodošlice za nove učenike
- organizirano razgledavanje grada za nove učenike
- posjet stalnom postavu u Gradskom muzeju
- radionica „Moja nova priča“
- radionica „Emocije – energija u pokretu“ (pripravnica)
- projekcija domskog promotivnog video uratka „Naših prvih 1(70)“
- pisanje eseja „Moji prvi dani u Domu“
- fotografiranje novih učenika
- pano „Priatelji zauvijek“
- zajedničko druženje u Domu i van njega
- sudjelovanje u domskim i vandomskim akt. (radionice, predavanja, posjet izložbama...

14.1.2. SAMOPOŠTOVANJE I SAMOPOUZDANJE

- radionica samopouzdanja „Igraonica za mozak“
- radionica „Emocije – energija u pokretu“ (pripravnica)
- sudjelovanje u domskim i vandomskim aktivnostima (pedag. i kreat. radionice, predavanja...)

nastup na kulturnim i sportskim priredbama u Domu, gradu i šire
rad u izbornim programima
sjednice Vijeća učenika
sastanci odgojnih skupina
individualni savjetodavni razgovori s učenicima i njihovim roditeljima/starateljima
svakodnevne domske aktivnosti i druženje učenika

14.1.3. ZDRAV ŽIVOT – SPORT ZA SVE

- pješačenje na stari grad Dubovac
- sportsko druženje povodom europskog tjedna sporta
- izložba „Dan zahvalnosti za plodove zemlje“
- radionica “Zašto biram sport“
- sportski turniri na nivou Doma i Regije Zapad
- rekreativno bavljenje sportom
- edukativni panoi
- aktivnosti u sklopu programa „Sport za sve“
- domski turniri (stolni tenis, odbojka, streetball, trice)
- „ Utjecaj tjelesne aktivnosti na zdravlje“ - radionica na nivo Doma
- rekreativne sportske aktivnosti na otvorenom
- obilježavanje Svjetskog dana sporta
- radionica „Budi fit & thats it“
- plakat „Piramida zdrave prehrane“
- video uradak uč. Doma „Ostani doma“ (u vrijeme epidemije COVID-a 19)
- edukat. pano „Sigurnosne mjere zaštite od koronavirusa“
- sudjelovanje u domskim i vandomskim akt.
- virtualna radionica „Sportom protiv korone“
- on-line anketa za učenike „Prehrambene navike adolescenata“
- pano „Slobodno vrijeme i kako ga iskoristiti“

14.1.4. DA UČENJE NE BUDE MUČENJE

- radionica „Da učenje ne bude mučenje“
- plakat „Da učenje ne bude mučenje“
- pano „Svjetski dan pismenosti“
- pano „Svjetski dan učitelja“
- radionica „Učitelji pojma nemaju „ (pripravnicama)
- anketni upitnik za uč. o učenju i radnim navikama
- suradničko učenje
- instruktivni rad s učenicima

14.1.5. KULTURA ŽIVLJENJA

- Plakat „Putovali smo, družili se, plesali, pjevali...“
- izlet za pohvaljene učenike (/Split, Trogir, Primošten)
- izložba inovacija u Tehničkoj školi Karlovac
- plakat „BON –TON“
- izložba gljiva u Galeriji ZILIK
- plakat „Međunar. dan glazbe“
- plakat i radionica „Svjetski dan učitelja“
- plakat „Dan zaštite životinja“
- izložba gramaf. ploča u Knjižnici za mlade-kazališna predstava „Cigla“
- posjet slatkovodnom akvariju Aqvatika
- predavanje „2700 kilometara Amazonom“
- plakat „Putovanje u Belgiju“
- izložba radova uč. Šumar. i drvodjelj. škole Karlovac (Knjižnica za mlade)
- pano „Zaljubljene maškare“
- edukativni pano „Škola nekad i sad“

- plakat „Svjetski dan radija“
- plakat „Valentinovo“
- priredba „Maškaraoke“
- sudjelovanje na Riječkom karnevalu

14.2. REALIZACIJA PREVENTIVNIH PROGRAMA

Program prevencije svih pojava nasilja odnosio se na sve sudionike i suradnike u realizaciji odg.-obraz. rada u Domu: učenike, roditelje i djelatnike kao i domsko okruženje.

Na samom početku šk. god. i učenici i roditelji upoznati su odredbama / pravilima Kućnog reda Doma, o poduzimanju mjera glede zaštite prava svih učenika s naglaskom na prevenciji svakog oblika inicijacije novih/mlađih učenika od strane starijih, a pojava koje će se strogo sankcionirati.

Preventivni program osmišljen je na način da, tijekom čitavog odgojno-obrazovnog procesa u Domu, učenici budu osposobljeni za kvalitetno samozaštitno reagiranje te je, u tu svrhu, bio usmjeren na osnaživanje zaštitnih čimbenika (stvaranje pozitivne slike o sebi, podršku od strane učitelja i roditelja, pomoć u rješavanju kriznih situacija, osmišljavanje kvalitetnog slobodnog vremena – ponuda različitih izvannastavnih i izvanškolskih aktivnosti, osposobljavanje za samopomoć i samozaštitu), ublažavanje utjecaja rizičnih čimbenika (nepovoljne obiteljske okolnosti, školski neuspjeh, poteškoće u ponašanju i dr.).

Tablica br. 14: prikaz domskih preventivnih programa

R.BR.	PREVENTIVNI PROGRAM	NOSITELJ / ICA
1.	PREVENCIJA OVISNOSTI: <ul style="list-style-type: none"> ▪ pušenje ▪ alkohol ▪ opojne droge ▪ moderne tehnologije ▪ kockanje i klađenje 	K.K., prof. N.B., dipl. pedag.
2.	PREVENCIJA NASILJA:	N.S., prof.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vršnjačko nasilje ▪ nasilje nad ženama ▪ cyberbullying 	R.R., prof. N.B., dipl. pedag.
3.	SPOLNOST <ul style="list-style-type: none"> ▪ zdravlje žene ▪ prevencija maloljetničke trudnoće 	R.R., prof. K.D.V., prof.
4.	TEMELJNI PROGRAMI IZBORNI PROGRAMI POSEBNI PROGRAM	svi članovi Odgajateljskog vijeća

PREVENCIJA se provodila na dva nivoa:

PRIMARNA PREVENCIJA – obuhvaćala je aktivnosti koje su usmjerene na sve učenike kroz rad u okviru brojnih domskih i vandomskih aktivnosti (izborni programi, posebni programi / programi obogaćivanja, sastanci odgojnih skupina, radionice, kulturne i sportske manifestacije, smotre učeničkog stvaralaštva, predavanja sa PPP, radionice, volontiranje, suradnja sa udrugama, suradnja sa školama, drugim učeničkim domovima i srodnim ustanovama, neformalna druženja ...)

SEKUNDARNA PREVENCIJA – obuhvaćala je aktivnosti usmjerena na učenike koji su imali problema u ponašanju ili problema sa ovisnostima spadaju u skupinu djece rizičnog ponašanja na koje je obraćana posebna pažnja i vršen stalni nadzor, pružana pomoć i podrška te poduzimane mjere s ciljem pozitivne promjene ponašanja, a u koje su bili uključeni odgajatelji, ravnateljica, pedagoginja, roditelji, profesori, a po potrebi i stručnjaci (predavači i voditelji radionica)

U okviru spomenutih programa realizirane su sljedeće aktivnosti :

- radionica prof. M. Barić „Razmišljam, biram, znam – nisam sam“
- pano „Dan sigurnijeg interneta“
- sudjelovanje u izbornim programima
- sudjelovanje u domskim i vandomskim aktivnostima
- praćenje informacija Nac. stožera CZ i HZJZ-o vezano uz pandemiju koronavirusa
- provođenje mjera zaštite od COVID-a 19

15. GRAĐANSKI ODGOJ

AKTIVNOSTI

- sastanci odgojnih skupina
- sjednice stručnih tijela Doma: Domski odbor, Odgajateljsko vijeće, Vijeće roditelja, Vijeće učenika
- obilježeni Svjetski dan zaštite životinja (pano)
- obilježeni Dan OUN-a
- obilježeni Spomendan žrtava stradalih u Domovinskom ratu (pano)
- paljenje lampiona u sjećanje na žrtve Vukovara
- suradnja sa Crkvom Presvetog Trojstva
- obilježeni Dan međunar. priznanja RH (pano)
- projekcijom filma „Život je lijep“ obilježeni Dan sjećanja na žrtve Holokausta
- sudjelovanje na humanitarnom koncertu u Budimpešti u Hrvatskom kulturnom domu (uč. S. Grgurić, prof. Pavletić i prof. Katić)
- sudjelovanje u obilježavanju Europskog dana žurnog poziva 112 u suradnji sa CZ grada Karlovca i Šumar. i drvodjelj. šk. Karlovac
- radionica „Timski rad“ prof. K. Dragojević-Vukmirović

Sve domske i vandomske aktivnosti organizirane tijekom šk. god. 2019./2020. imale su za cilj, ne samo pravilan rast i razvoj učenika i kvalitetno i sadržajno provođenje slobodnog vremena već i prevenciju svih oblika rizičnih ponašanja učenika.

16. KULTURNA I JAVNA DJELATNOST I PROMIDŽBA

Sva domska postignuća prezentirana su na domskim manifestacijama unutar ustanove kao i na raznim gradskim, školskim i inim priredbama. Dom je redoviti sudionik Domijada, turnira, revija, likovnih kolonija te smotri učeničkih zadruga na kojima postiže značajne uspjehe, no, ove šk.

god. mnoge planirane aktivnosti nisu mogle biti realizirane zbog pandemije koronavirusa. Spomenute aktivnosti redovito se objavljuju u domskom listu «Fontana» kao i na domskoj web stranici: www.ucenickidom-karlovac.hr.

Promidžba domske djelatnosti realizirana je i u suradnji sa medijima (KA- portal, Radio Mrežnica,, Trend-radio , TV 4 rijeke) koji nas svojom nazočnošću i redovitim praćenjem zbivanja u Domu motiviraju i potiču na još predaniji rad.

AKTIVNOSTI:

- sudjelovanje na 31. Drž. smotri uč. zadruga u Vinkovcima
- održano predavanje g. M. Kuke „2700 kilometara Amazonom“
- sudjelovanje na LI-RI u UD Sušak u Rijeci
- sudjelovanje na manifestaciji “Sidro u Kvarneru“ u Rijeci
- sudjelovanje u postavljanju Adventnog vijenca na Trgu bana J.J.
- sudjelovanje u projektu Crkve Presvetog Trojstva „Sv. Nikola u našem gradu“
- Božićna izložba u Radićevoj ul. (radovi UZ „Slap“
- sudjelovanje u izložbi jaslca u Franjevačkom samostanu
- Božićna priredba „Svjetlo se ne smije ugasiti“
- intervju za Karlovački tjednik na temu života i rada Doma (prof. Pavletić i uč.)
- sudjelovanje na humanitarnom koncertu u Budimpešti (uč. S.G.)
- sudjelovanje u međunar. projektu „Karneval u Rijeci – full of life“

17. IZVIJEŠĆA O RADU STRUČNIH TIJELA DOMA

17.1. IZVIJEŠĆE O RADU VIJEĆA ODGAJATELJA

O cjelovitom psihofizičkom rastu i razvoju, zdravlju i sigurnosti učenika/ca skrbilo je **ODGAJATELJSKO VIJEĆE**: ravnateljica, 7 odgajatelja, stručna suradnica pedagoginja, dvoje noćnih pazitelja, a ove šk. god. i stručna suradnica pripravnica. Odgajateljsko vijeće održalo je ukupno 15 sjednica i 5 radnih sastanaka od kojih je dio njih bio održan u virtualnom obliku zbog novonastalih izvanrednih uvjeta pandemije COVID-a 19. Na sjednicama je raspravljano o 78 točaka Dnevnog reda s time da je jedna od redovitih i obvezatnih točaka bila analiza uspjeha, postignuća i problema u odgojno – obrazovnom radu.

Na sjednicama Vijeća se planiralo, dogovaralo, raspravljalo, analiziralo i informiralo o:

- upisu novih učenika
- formiranju odgojnih skupina
- planiranju i programiranju odgojno – obrazovnog rada
- adaptaciji i socijalizaciji učenika
- mjerama za poboljšanje školskog uspjeha učenika
- uspjehu učenika u virtualnoj nastavi
- izricanju pedagoških mjera
- izmjenama i dopunama Zakona, pravilnika i dr. domskih akata
- primjeni sigurnosnih mjera zaštite zdravlju i sigurnosti učenika u vrijeme pandemije COVID-a 19
- unapređivanju i poboljšanju uvjeta života i rada u Domu
- obilježavanju značajnih datuma
- unapređenju domskog pedagoškog standarda
- sporednoj djelatnosti Doma
- pedagoškoj dokumentaciji
- projektima i dr.
- vršena je evaluacija odg.-obraz. rada
- o odg.-obraz. aktivnostima i stručnom usavršavanju realiziranim putem aplikacija (WhatsApp, Teams, ZOOM), platformi (srednja.hr, š, kolazaživot.hr, WEBINAR, Pomoć i podrška struč. suradnicima i odgajateljima...), Facebook grupama (Odgajatelji i struč. suradn. uč. domovima , Struč. suradnici u školi, Razrednik....
- planirani su svi oblici suradnje
- donesen je plan stručnog usavršavanja članova OV i dr.
- formirani su timovi (Tim za pedag. dokumentaciju, Tim za vrednovanje i samovrednov., Tim za projekte u kulturi i Tim za projekte u sportu)
- formirano je **Povjerenstvo za praćenje stažiranja stručne suradnice pripravnice Željke Bosanac**
- formirano je **Povjerenstvo za procjenu i vrednovanje kandidata**
- unapređenju domskog pedagoškog standarda

AKTIVNOSTI PROVEDENE U PERIODU OD 13.03. DO 01.06.2020. (rad od kuće u vrijeme odvijanja nastave na daljinu):

- 14.3. 2020.g.- sudjelovanje u pripremi doma za ev. potrebe Županijskog stožera Civ.zašt. obzirom na problem **pandemije Covidom 19.**

- telefonski razgovor sa svim roditeljima vezano za zdravstveno stanje učenika i obitelji
- telefonski razgovor sa učenicima
- formiranje **WhatsApp grupa**
- komunikacija sa učenicima putem WhatsApp grupa te poticanje na sudjelovanje u porukama „OSTANI DOMA“ (fotografije, video i sl.), motivacijske poruke, duhovite poruke, obavijesti i sl.)
- kontinuirani uvid u E –dnevnik učenika
- sudjelovanje u radnim sastancima i virtualnim sjednicama Odgajateljskog vijeća (WhatsApp; video konferencije putem **Skypea, Teamsa**; telefonski razgovori, el. pošta)
- izrada prijedloga **virtualnih aktivnosti za učenike**
- kreiran LINK na kojem su učenici rješavali anketu koju su kreirale pedagoginja Brnardić, prof. Zubčić i pripravnica Bosanac – odazvalo se 98 uč. koji su odgovorili na pitanja kako se osjećaju u vrijeme izolacije, što rade u slobodno vrijeme, s kojim se problemima susreću u nastavi na daljinu, da li im je potrebna pomoć i sl.
- individualno stručno usavršavanje (**Webinari, platforme: Loomen 3, Podrška stručnim suradnicima i odgajateljima, Stručni suradnici u školi, srednja.hr, školazaživot.hr i dr.**)
- dežurstvo u Domu
- vođenje pedagoške dokumentacije
- ažuriranje mrežnih stranica i Youtube kanala Doma
- suradnja mentorice – pedagoginje Brnardić i pripravnice Bosanac na realizaciji aktivnosti iz Programa stažiranja
- pisanje izvješća, slanje email-ova,
- pisanje zapisnika sa sjednica, izvješća i službenih mail-ova

17.2. IZVIJEŠĆE O RADU DOMSKOG ODBORA

Domom upravlja **DOMSKI ODBOR**, konstituiran na sjednici 25.09.2019. god. kada je verificiran mandat predstavnika roditelja g. Ivana Butkovića (4. odg. skupina) i djelovao je u sastavu : Jasminka Štajcer, ravnateljica Medicinske škole Karlovac, Marinko Pleskina, prof. te g. Matija Kranjčević (predstavnicu Osnivača - Karlovačke županije), Anđelka Badovinac, prof. i Nevenka Brnardić, dipl. pedag.- predsjednica Domske odbora (predstavnicu Vijeća odgajatelja), Ivanka Časni, kuharica (predstavnicu iz redova djelatnika Doma) te već spomenutog g. Ivan Butković (predstavnik roditelja).

Sjednice Domskog odbora je, u suradnji sa predsjednicom Nevenkom Brnardić, tajnicom Draganom Ilić i voditeljicom računovodstva Andrejom Bujević, sazivala i istima redovito nazočila ravnateljica Astrid Pavletić, ali bez prava odlučivanja. Održano je ukupno 7 sjednica od kojih je većina bila elektronska zbog sigurnosnih mjera u vrijeme pandemije COVID-a 19 sa 32 točke Dnevnog reda.

Sadržaj rada članova Domskog odbora obuhvaćao je sljedeće:

1. verificiranje mandata predstavnika roditelja u DO potvrđen g. I. Butković)
2. razmatranje i usvajanje Izvješće o radu Doma za šk. god. 2018./2019.
3. razmatranje i usvajanje Plana i programa rada Doma za šk. god. 2019./2020.,
4. usvajanje prijedloga Statuta UDK
5. usvajanje izmjena Pravilnika o radu
6. donošenje Odluke o Povjerenstvu za borbu protiv pušenja
7. analiza tekuće problematike u odgojno-obrazovnom radu,
8. kadrovska politika:
 - usvajanje Pravilnika o radu
 - usvajanje Pravilnika o načinu i postupku zapošljavanja u UDK
 - zapošljavanje odgajatelja/ice na određ. puno radno vrijeme)
9. financijska pitanja:
 - Izvješće o financijskom poslovanju,
 - Odluke o prihvaćanju III. rebalansa proračuna Klč. Županije
 - Odluke o prihvaćanju financijskog plana i plana kapitalnih ulaganja
 - Donošenje financijskog plana, plana kapital. ulaganja i plana nabave za 2020. god.
 - Imenovanje stručnog Povjerenstva javne nabave u postupcima jednostavne nabave

- Razmatranje i usvajanje Završnog računa za 2019. I Odluke o raspodjeli rezultata za 2019.
- Donošenje Pravilnika o blagajničkom poslovanju
- Pravilnik o naknadi troškova za službena putovanja
- Odluke o otpisu duga za smještaj u Domu

10. ulaganja u unapređenje pedagoškog standarda,

11. analizu školskog uspjeha i postignuća učenika,

12. stručno usavršavanje djelatnika (individ. i kolekt.

Ravnateljica, predsjednica DO i voditeljica računovodstva redovito su podnosile izvješća o radu, problemima, financijskom stanju ustanove te osobito o aktivnostima za poboljšanje standarda smještaja i prehrane u Domu.

Očevidnike o radu DO sustavno je i kvalitetno vodila tajnica gđa. D. Ilić.

Članovi Domskog odbora aktivno su sudjelovali u radu i doprinisili rješavanju tekućih problema.

17.3. IZVIJEŠĆE O RADU VIJEĆA UČENIKA

VIJEĆE UČENIKA Doma, koje sačinjavaju povjerenici 7 odgojnih skupina, konstituirano je na sjednici od 04.10.2018.g. nakon koje je sjednice Vijeća učenika planirala je i sazivala ravnateljica u dogovoru sa predsjednicom Vijeća Patricijom Šebalj. Vijeće učenika raspravljalo je redovnu tekuću problematiku Doma te donosilo zaključke i prijedloge za sjednice Vijeće odgajatelja. Članovi Vijeća učenika redovito su nazočili sjednicama, no, radilo se na tome da ih se još više motivira i angažira da što samostalnije planiraju i realiziraju domske i vandomske aktivnosti.

17.4. IZVIJEŠĆE O RADU VIJEĆA RODITELJA

Temeljem odredbi Statuta Učeničkog doma Karlovac 08.rujna 2019. god. konstituirano je **VIJEĆE RODITELJA** (predstavnicima 7 odgojnih skupina) koje je na sjednicama razmatralo domsku problematiku (planiranje i programiranje rada, odg.-obraz. probleme, o zdravlju i sigurnosti učenika,

problemima u adaptaciji i učenju, izbornim programima, pedagoškom standardu, ulaganjima, postignućima i dr.). Zbog pojave pandemije koronavirusa i odlaska djece iz Doma sa 13.03..2019. održana je svega 1 sjednica Vijeća Održane su ukupno 2 sjednice sa 11 točaka dnevnog reda. Predsjednik Vijeća roditelja g. I. Butković jednoglasno je izabran za predstavnika Vijeća roditelja u Domskom odboru Vijeće roditelja će u buduće trebati više angažirati na pitanjima bitnim za redovnu djelatnost Doma. No, tu postoji objektivno velik problem da bi se ovo Vijeće moglo češće sastajati, a to je velika udaljenost mjesta stanovanja pojedinih roditelja od našeg Doma kao i radne obveze istih.

18. STRUČNO USAVRŠAVANJE

Prema Katalogu stručnih skupova AZOO-e i MZO-a Odgajateljsko je vijeće, na prijedlog ravnateljice i stručne suradnice, donijelo plan prisustvovanja na stručnim skupovima pa su svi odgajatelji višekratno prisustvovali seminarima iz područja struke i domske pedagogije, županijskim stručnim vijećima te **Zimskoj i Ljetnoj školi** odgajatelja. Pored stručnih skupova djelatnici su se i individualno stručno usavršavali proučavajući stručnu literaturu, razmjenjujući iskustva sa sustručnjacima, pretražujući internetske stranice kao i sudjelovanjem na smotrama učeničkog stvaralaštva. Stručno usavršavanje je realizirano i unutar ustanove putem sjednica stručnih tijela Doma kao i putem internetskih platformi (**Loomen 3, Webinar, Platforma za podršku struč. suradnicima i odgajateljima, srednja.hr, školazaživot.hr....**) **Facebook grupa (Stručni suradnici u školama, Odgajatelji i stručni suradnici u uč. domovima, Zbornica...)** te aplikacija (**Teams, Zoom**).

Pored članova Odgajateljskog vijeća stručno su se usavršavali i drugi djelatnici Doma (tajnica, računovođa, domar, osoblje kuhinje, ekonom te stručna suradnica pripravnica).

Tabela br. 16: pregled stručnog usavršavanja za šk. god. 2019./2020.:

PODRUČJE	TEMA STRUČNOG SKUPA	DATUM ODRŽAVANJA	MJESTO ODRŽAVANJA	SUDIONIČKI
LJETNA ŠKOLA ZA ODGAJATELJE	Izborni i posebni programi u učeničkom domu	28. – 31.08.2019.	Zagreb	članovi Odgajateljskog vijeća i struč. suradnica pripravnica
ZIMSKA ŠKOLA ZA ODGAJATELJE	Odgoj i obrazovanje za aktivno i odgovorno građanstvo	06. – 08.03.2019.	Zadar	N.S., prof. R.R. prof.
KOMISIJA ZA SPORT I KULTURU	Dogovor vezan uz organizaciju turnira i 45. Reg. domijade	10.03.2020	UD Podmurvice, Rijeka	A.P., prof. A.B., prof.

				K.K., prof.
STRUČNI SKUP	<ul style="list-style-type: none"> Prevenција ovisnosti 	27.11.2019.	Dom zdravlja Dubovac, Karlovac	N.B., dipl. pedagog.
ŽSV odgajatelja i struč. suradnika uč. domova Regije Zapad	<ol style="list-style-type: none"> Rukovođenje modernom školom, Erasmus+, K1 mobilnost - Soli koje vaše tijelo voli - radionica Kreativna virtuala (Escape room) 	31.01.2020.	virtualno	A.P., prof. N.B., dipl. pedagog. A.B., prof. Ž.B., pripravnica
ŽSV struč. suradnika Klč. županije	Plan i program rada za predstojeći period	27.11.2019.	Karlovac	N.B., dipl. pedagog.
ŽSV voditelja učeničkih zadruga	Osvrt na Međužupanijsku i Državnu smotru uč. zadruga		O.Š. Banija	N.B., dipl. pedagog. Ž.B., pripravnica
ŽSV stručnih suradnika RH;	Kompetencije stručnog suradnika u učeničkom domu	25.10.2019.	UD M. Jmabrišak, Zagreb	N.B., dipl. pedagog.
SEMINAR ZA MENTORE I PRIPRAVNIKE	Pripreme za polaganje stručnog ispita	29.10.2019.	UD M. Jmabrišak, Zagreb	N.B., dipl. pedagog. Ž.B., pripravnica
https://skolazazivot.h	VIDEOLEKCIJE	Tijekom šk. god.	virtualno	Članovi Odgajat. vijeća
UČENIČKO ZADRUGARSTVO	1. Državna smotra učeničkih zadruga	22. – 10.10.2019.	Vinkovci	Nevenka Brnardić, dipl. pedagog.
WEBINAR	Učenička zadruga u gradu	28.01.2020.	virtualno	N..B., dipl. pedagog.
KREATIVNOST	Radionica „Rad na lončarskom kolu“		UD Karlovac	N..B., dipl. pedagog. Članovi UZ „Slap“
EKSKURZIJE	Suradnja sa UD Split Upoznavanje kulturnih znamenitosti	2. i 14.09.2019.	Split, Trogir, Primošten	Svi članovi Odg. vijeća
PROJEKTI	„Karneval u Rijeci -full of life“ „ eTwinning“- Proljeće u Karlovcu	22. i 23.02.2020. cijelu godinu	Rijeka	N.S., prof. A.P, prof. R.R., prof. K.D.-V., prof. K. K.,prof. i A.P.,prof.

	Erasmus + k1 mobilnost 2 projekta RCK			A. P.,prof. A. P. ,prof.
Ravnatelji učeničkih domova RH	Upravljanje o-o ustanovom	3.12.2019.	Tuheljske toplice	A.P., prof.
Regionalna konferencija direktora škola	5 konferencija	28-30.10.2019.	Skopje. R Makedonija	A.P., prof.
Stručni skup ravnatelja UD RH	Upravljanje promjenama u srednjoškolskoj ustanovi	21-23.10.2019	Tučepi	A.P., prof.
Algebra- konferencija za ravnatelje	Izvrsnost u obrazovanju	30.9.2019.	Zagreb	A.P., prof.
Proljetno savjetovanje – poslovni edukator	Više tema – za računovođe i ravnatelje	25-27.6.2020.	Šibenik Solaris	A.B., računov. A.P., prof.
HZOŠ- seminar računovođe i ravnatelje	Više tema	26-28.8.2020	Vodice	A.B., računov. A.P., prof.
STRUČNI SKUP	Više tema	15. – 17.10.2019.	Šibenik	A.B., računov.
Jesensko savjetovanje – poslovni edukator	Više tema	23. – 26.10.2019.	Tučepi	A.B., računov.
SEMINAR za ekonomе, voditelje kuhinja, kuhare i medic. sestre	<ul style="list-style-type: none"> - Zdravstv. ispravnost namirnica - Primjena HACCP sustava u praksi 	13.01.2020.	Požega	Gđe. I.M., I.Č., M.S. i S.B.

	- Prehrana i rizična ponašanja u doba adolescencije			
SEMINAR za ekonomice, voditelje kuhinja, kuhare i medic. sestre	- Zdravstv. ispravnost namirnica - Primjena HACCP sustava u praksi - Prehrana i rizična ponašanja u doba adolescencije	03. – 04.01.2020.	Požega	Gđe. I.M., I.Č., M.S. i S.B.

19. SURADNJA

Suradnja je pretpostavka koja doprinosi kvaliteti odg.-obraz. rada i zadovoljstvu životom u Domu koji je otvorena ustanova sa zadaćom da što uspješnije i učinkovitije ostvari sve vidove suradnje sa: učenicima, djelatnicima, roditeljima te brojnim kulturnim, sportskim i dr. ustanovama iz domskog okruženja.

19.1. SURADNJA SA RODITELJIMA/ STARATELJIMA

Suradnja je pretpostavka kvalitetnog odg.-obraz. rada i zadovoljstva u ustanovi, a zadaća i cilj Doma je bio da ostvari što učinkovitije i kvalitetnije oblike iste.

Suradnja s roditeljima ostvarena je pri samom podnošenju zamolbi za smještaj i upisu u Dom, a nastavila se tijekom cijele šk. godine. Ista nije zadovoljavajuća budući su roditelji u nemogućnosti češće dolaziti na konzultacije uglavnom zbog udaljenosti mjesta stanovanja nekih roditelja jer im posjet Domu oduzima dosta vremena tako da su informacije većim dijelom mogli dobiti telefonski, putem mail-a i poruka putem WhatsApp aplikacije (oformljene su WhatsApp grupe za roditelje u vrijeme pandemije koronavirusa). Većina je roditelja bila u nemogućnosti učestalije dolaziti u Dom zbog radnih obveza, prometne povezanosti, ali i zbog financijske situacije budući je dobar dio njih nezaposlen što otežava potrebitu suradnju koja se, iz navedenih razloga, realizirala telefonskim putem ili elektronskom poštom, a u vrijeme pandemije putem WhatsApp grupa koje su oformljene za svaku odgojnu skupinu, a u kojima je bilo riječi o odg.-obraz. postignućima i problemima, pravima i obvezama učenika i roditelja, domskom pedagoškom standardu, planiranim ulaganjima, Suradnja je, u većini slučajeva, inicirana od strane odgojnog osoblja Doma.

19.2. SURADNJA SA ŠKOLOM

Suradnja Učeničkog doma sa 8 srednjih škola u gradu Karlovcu je zadovoljavajuća i najčešće se odvija putem telefona/mobitela. U daljnjoj suradnji potrebno je ići na viši nivo organiziranjem zajedničkih akcija, susreta, programa u okviru materijalnih, prostornih mogućnosti ustanova i interesa učenika. Prijašnja tradicija da u posjet Domu dođu učenici i stručni suradnici/profesori kako bi se upoznali sa funkcioniranjem Doma ,uvjetima života i rada učenika i djelatnika i svim specifičnostima po kojima se razlikuje od drugih odg.-obraz. ustanova, je, nažalost, ove god. izostala.

Inicijativa za suradnju, u većini slučajeva, dolazi od strane Doma te bi stoga bilo nužno, u dogovoru s ravnateljima škola, osigurati posjete razrednika, predmetnih nastavnika i stručnih suradnika njihovim učenicima smještenim u Domu, kao i njihova nazočnost na raznim domskim manifestacijama kao što su: priredbe, turniri, prijateljske utakmice, domjenci, dani otvorenih vrata, izložbe, tribine i sl.

Suradnja se sve više odvija putem modernih tehnologija (mobiteli, elektronička pošta, društvene mreže) posebice nakon uvođenja E-dnevnika što je olakšalo brži i pravovremeni protok informacija vezan uz napredovanje učenika uz stalni pristup informacijama vezanim za šk. uspjeh, ponašanje i redovitost pohađanja nastave i stručne prakse, ali je smanjio direktnu socijalnu komunikaciju odgajatelja i profesora „oči u oči“, posebice s početkom pandemije COVID-a 19.

19.3. SURADNJA SA DRUŠTVENOM SREDINOM

Suradnja s društvenom sredinom bila je na zadovoljavajućem nivou, no potrebno ju je još više intenzivirati na konkretnim zadacima i programima koji će se odvijati na uzajamnu korist. Dom je do sada pružao usluge smještaja uglavnom sudionicima kulturnih i športskih manifestacija u gradu (Međunarodni festival folklor, sudionici Film festivala, Povijesna garda, 4 river festival..) i to prema odluci Osnivača - Karlovačke županije i Domske odbora Učeničkog doma Karlovac što je ove godine onemogućila pandemija koronavirusa.

Konkretniju suradnju ostvarili smo s brojnim kulturnim, sportskim i dr. ustanovama u gradu i šire kao što su: AZOO, MZOS, Ured za prosvjetu Klč. Županije, Centar za pomaganje u zajednici V. Nazor, Udruga učeničkog zadrugarstva u Karlovcu i HUUZ RH, Knjižnica za mlade, Gradska knjižnica I.G.Kovačić, Galerija V. Karas, Gradsko kazalište Zorin dom, Crkva Presvetog Trojstva, Gradski muzej, Turistička zajednica Grada i Županije, srednje škole grada Karlovca, OŠ Grabrik, OŠ Banija, Centar za odgoj djece i mladeži Banija, Društvo psihologa grada Karlovca, Opća bolnica Švarča i HMP, stomatološke ordinacije, FA „Matija Gubec“, TREND - radio, Karlovački tjednik, Radio - Mrežnica, TV 4 rijeke, Centri za socijalnu skrb, MUP, Keramika Nova d.o.o., učenički domovi na nivou Županije, Regije Zapad (Primorsko-goranska, Ličko-senjska i Istarska županije) i RH.

Oblici suradnje su bili raznovrsni: izložbe, kazališne predstave, promocije, radionice, kulturne i sportske manifestacije, koncerti, donacije, smotre, razmjena iskustava, projekti i dr. Sve realizirane aktivnosti objavljene su u domskoj „DOGĐAJNICI“ kao i na mrežnim stranicama Doma.

20. VREDNOVANJE I SAMOVREDNOVANJE ODGOJNO – OBRAZOVNOG RADA

Samovrednovanje je aktualan pristup u hrvatskom obrazovanju i to prvenstveno zato što daje mogućnost onima koji su direktno uključeni u sustav odgoja i obrazovanja da vrednuju svoj rad prikupljanjem podataka te njihovim analiziranjem kao i davanjem smjernica ka nekim novim i originalnijim pozitivnim pomacima. To je proces kroz koji se teži za razvojem i unapređenjem života i rada u Domu i podizanjem standarda i kvalitete istih. Preduvjeti da se to ostvari su spremnost i sposobnost da se identificiraju i osvijeste nedostaci i razvojne potrebe kako pojedinca tako i zajednice – u ovom slučaju Doma.

Temeljni cilj samovrednovanja svake ustanove pa tako i Doma je unapređivanje odg.-obraz. procesa te kontinuirano poboljšanje kvalitete života i rada ustanove. Vrednovanjem i samovrednovanjem bili su obuhvaćeni rad i napredak učenika te Doma u cjelini, a u cilju podizanja kvalitete rada i postizanja boljih rezultata razvojnu funkciju. Isti su služili podizanju kvalitete rada i olakšavanju planiranja i programiranja na nivou grupe, Doma i lokalne zajednice. Njima smo težili detektirati ključne snage Doma, identificirati kvalitete koje želimo postići i odrediti naše prioritete. Prikupljali smo podatke za Izvješće o radu Doma kako bi utvrdili smjer djelovanja u narednom periodu i to pomoću mjernih instrumenata (upitnika), te kroz razgovor usmjerenih na učenike, sve djelatnike Doma (posebice odgojno-obraz.), roditelje te vanjske suradnike i sustručnjake.

20.1. ANKETIRANJE

O radu Tima za vrednovanje/kvalitetu Učeničkog doma Karlovac u sastavu: Martina Zubčić, prof. (predsjednica), Nevenka Brnardić, ped. i Renato Puškarić, prof. Izvješće je izradila prof. Zubčić iz kojeg je razvidno da se Tim, tijekom školske godine 2018./2019., sastao 5 puta s ravnateljicom zbog planiranja i provođenja anketnih upitnika s ciljem ispitivanja mišljenja učenika i poboljšanja kvalitete života u Domu.

Početak školske godine roditeljima novoprimljenih učenika dan je zdravstveni upitnik kako bi dobili sve relevantne podatke o zdravstvenom i socio-ekonomskom statusu učenika te bili u mogućnosti pravovremeno reagirati u određenim situacijama. Roditelji starijih učenika također su mogli ispuniti upitnik ukoliko je došlo do nekih zdravstvenih promjena, ozljeda i sl.

U vrijeme dok su učenici boravili kod kuće i sudjelovali u nastavi na daljinu, Tim je proveo 2 on-line ankete: „E-ŠKOLA, E-DOM“ i „PREHRAMBENE NAVIKE ADOLESCENATA“ koje se nalaze u prilogu ovog Izvješća.

21. ZAKLJUČAK

Tijekom školske 2019./2020. godine Učenički dom Karlovac pružao je usluge smještaja, prehrane i skrbi za 152 učenika 8 srednjih škola u gradu Karlovcu u kojima su se obrazovali za 40-tak različitih zanimanja. Realizirani su svi, Godišnjim planom i programom predviđeni sadržaji kroz temeljne, posebne, preventivne i izborne programe te projekte i izlete. Pored pružanja usluge smještaja i prehrane, kao preduvjeta za uspješno završavanje upisanih srednjih škola, provodilo se organizirano učenje uz instruktivan rad u Domu i van njega. Provedenim vrednovanjem i samovrednovanjem (sjednice stručnih tijela Doma, izviješća, analize, razgovori, intervjui, promocija u medijima i dr.) nastojalo se pratiti razmišljanja i navike učenika, mišljenje roditelja i društvene sredine te analizirati rad Doma kako bi se, u skladu s time, poradilo na unapređenju rada ustanove, poboljšanju standarda te promidžbi Doma u cjelini.

Tijekom šk. god. se radilo, prije svega, na osiguravanju zdravstvenih i sigurnosnih uvjeta za život i rad svih sudionika odg.-obraz. procesa s naglaskom na cjelovitom razvoju učenika, prevenciji ovisnosti i svih oblika nasilja te promicanje građanskog odgoja i ljudskih prava. Pomoć pri učenju bila je jedna od važnijih, ali ne i jedina zadaća koju je Dom ostvarivao u svakodnevnom radu. Različitosti pojedinaca i grupe, poštivanje raznovrsnosti, multikulturalnosti, razvijanje tolerancije i odgovornosti te razvoj zdrave ličnosti sadržaji su na kojima odgajatelji bazirali svoj rad da bi ostvarili cilj: zdrave i sretne mlade ljude sa razvijenim socijalnim vještinama, empatijom, tolerancijom, samopoštovanjem i samopouzdanjem, kreativne, odgovorne i spremne na sve životne izazove .

Slobodno vrijeme učenici su koristili zabavno i korisno u odgojnim skupinama i brojnim organiziranim domskim i vandomskim aktivnostima (sportske aktivnostima, kazališne predstave, posjet muzeju, koncerti, promocije, obilježavanje važnijih datuma putem edukativnih panoa , plakata i priredbi, pedag.-psihološke i kreativne radionice, predavanja i prezentacije).

Suradnja Doma s vanjskim institucijama bila je raznovrsna i kvalitetna što je doprinijelo afirmaciji Doma u lokalnoj sredini i šire. Ostvarena je uspješna suradnja sa jedinicama lokalne i područne (regionalne) samouprave, sa nadležnim Ministarstvom, Agencijom za odg. i obraz., Uredima državne uprave u Karlovačkoj županiji, službama mirovinskog i zdravstvenog osiguranja, Zavodom za zapošljavanje i drugim institucijama.

Računovodstveno – financijsko - knjigovodstveni poslovi kao i poslovi ureda tajništva Doma, koji proizlaze iz Godišnjeg plana i programa rada Doma , realizirani su pravovremeno i kvalitetno. Izrađen je Financijski plan za 2019. godinu i projekcija plana za 2019./2020. godinu, izrađen je Plan kapitalnih ulaganja te Plan nabave roba, radova i usluga za 2019. godinu, pravovremeno je proveden postupak bagatelne nabave roba te su sa dobavljačima sklopljeni jednogodišnji ugovori za svaki predmet nabave. Redovito su održavane sjednice Domskog odbora za koje su se pripremali operativni izvještaji i analize rada kao i drugih stručnih tijela Doma.

Ostvarena je uspješna suradnja sa osnivačem – Karlovačkom županijom, te drugim jedinicama lokalne i područne (regionalne) samouprave, AZOO-e, nadležnim Ministarstvom, Uredima državne uprave u Karlovačkoj županiji, službama mirovinskog i zdravstvenog osiguranja, Zavodom za zapošljavanje Karlovac i dr. Svi interni pravni akti usklađeni su sa pozitivnim propisima, te su se poštivali rokovi postavljeni glede pravnog funkcioniranja Doma. Zakonito se provodi registracija svih radnika Doma u COP sustavu kao i institucijama mirovinskog i zdravstvenog osiguranja. Poduzete su sve potrebne radnje za dobivanje suglasnosti radna mjesta na koje Dom ima pravo po Zakonu (medicinska sestra i portir).

Sukladno pozitivnim propisima provode se razne edukacije radnika iz područja zaštite od požara i zaštite na radu, redovno se obavljaju higijenski minimumi za osoblje kuhinje, radi se u skladu sa HACCP-om, redovito se provodi kontrola ispravnosti strojeva i aparata, prati se i nadzire potrošnja energenata, brine se o sigurnosti svih korisnika usluga Doma, redovito se održava sam objekt Doma, a vodi se i briga o estetskom uređenju Doma. Ostvarena su planirana investicijska ulaganja.

Na kraju školske godine, nakon provedene analize rada i uspjeha, može se zaključiti da se: treba poraditi na tome da učenici redovito pohađaju nastavu i stručnu praksu i izvršavaju svoje radne obveze u Domu i školi, da se treba poduzeti sve da se razviju zdrave životne navike i stilovi kako bi se smanjio relativno velik broj učenika sa zdravstvenim tegobama, da se i dalje poduzimaju mjere za poboljšanje školskog uspjeha, da se još više intenzivira suradnja sa roditeljima, školom i društvenom sredinom, da se preveniraju sva rizična ponašanja i svi oblici nasilja, da se radi na poboljšanju materijalnih uvjeta i opremljenosti, pokrenu neki novi izborni programi, da se poveća zastupljenost suvremenih oblika i metoda rada kako bi se na taj način unaprijedila kvaliteta života i rada u Domu. Zalaganjem svih djelatnika Doma ostvario se gro zadaća i ciljeva obuhvaćenih Godišnjim planom i programom rada Doma.



Izvješće o radu Učeničkog doma Karlovac razmatrano je i usvojeno na sjednici Domskog odbora održanoj 08.10.2020. godine.

KLASA: 003-08/20-05/09
UR.BR.: 2133-55-05-20-01

Ravnateljica Učeničkog doma Karlovac:

Astrid Pavletić, prof.

Predsjednica Domskog odbora:

Nevenka Brnardić, dipl. pedagog

U Karlovcu, listopad 2020.



P R I L O Ž I

1. INTERPTETACIJA ON – LINE AKNETE „E- ŠKOLA, E – DOM“
2. INTERPRETACIJA ON – LINE ANKETE „PREHRAMBENE NAVIKE ADOLESCENATA“
3. REALIZACIJA PROGRAMA STAŽIRANJA PRIPRAVNICE
4. RADIONICA „SPORTOM PROTIV KORONE
5. VIDEO URADAK „OSTANI DOMA“ (dostupno na mrežnim stranicama Doma - YOUTUBE)

22.1. IZVJEŠĆE TIMA ZA EVALUACIJU

Tim za vrednovanje i samovrednovanje radio je u sastavu: Martina Zubčić, prof. (predsjednica), Nevenka Brnardić, ped. i Željka Bosanac, pripravnica.

Tijekom školske godine provedene su dvije on-line ankete za učenike - jedna je bila vezana za život i školovanje u uvjetima epidemije koronavirusa, a druga za prehrambene navike učenika u uvjetima izolacije. U nastavku su obrađene obje ankete.

22.1.1. REZULTATI ON-LINE ANKETE „ E-ŠKOLA, E-DOM“ (travanj 2020.)

U novonastalim uvjetima prouzročenim epidemijom koronavirusa, zbog kojih je MZO donijelo mjeru o prekidu nastave i privremenom zatvaranju škola te odvijanjem nastave na daljinu u obliku virtualnih učionica, i naši su učenici privremeno napustili Dom. Izvanredna situacija bila je stresna za sve čimbenika odg.-obraz. procesa.

Javila su se brojna pitanja i nedoumice: A što sada ? Koliko će sve to trajati? Kako će izgledati nastava na daljinu? Kako izdržati u izolaciji? Kako preživjeti bez svakodnevnih navika, izlazaka, prijatelja...? Tako smo i mi proveli on-line anketu među našim učenicima kako bi saznali kako se snalaze, što rade, imaju li problema, kako se osjećaju...Evo koje smo odgovore dobili od njih 98 (njih 64 %) koji su u istoj sudjelovali:

Na pitanje: **Koju školu, razred i smjer pohađaš?**, od njih 98 koji su sudjelovali u anketi, odgovorilo je svega 23 (23.46%) i to 7 uč. Šumarske i drvodjeljske škole, 6 uč. Medicinske škole, po 3 uč. iz Prirodoslovne škole i Gimnazije, 2 uč. iz Tehničke te po 1 muč., iz Ekonomske i Mješovite ind.-obrt. škole. Treba naglasiti da je anketa bila anonimna.

Na pitanje: **Imaš li dosta vremena za ostale aktivnosti osim školskih obaveza?**, njih 60 ili 61.22% je odgovorilo da imaju dovoljno vremena da se bave i nečim drugim osim učenja dok njih 38 ili 38.78% smatra da baš i nema slobodnog vremena kako bi se mogli posvetiti nekim drugim aktivnostima.

ODGOVORI	UKUPNO	%
Da	60	61.22%
Ne	20	38 ili 38.78%
vrlo malo	4	
uglavnom imam	4	
imam ako se dobro organiziram	2	
rijetko	2	
ovisi o danu	3	
u većini slučajeva ne	1	
ponekad	1	
neodlučni	1	

Na pitanje: **Koliko vremena dnevno provodiš rješavajući školske obaveze?** Uslijedili su odgovori iz kojih je razvidno da njih 10 uči manje od 2 sata dok gotovo pola anketiranih, njih 46 ili 46.94%, navodi da na učenje potroši od 2-4 sata. Čak 20 učenika odgovara da na učenje potroši 4 do 6 sati, njih 10 potroši 6-12 sati, a 12 učenika smatra da uči i previše – i više nego kad idu u školu. Koliko su odgovori mjerodavni, izuzev njih 10-tak koji vjerojatno nisu koncentrirani i motivirani te i inače nemaju naviku učenja i kojima je potreban stalni nadzor i poticaj, upitno je budući ovisi o dosta faktora: od uvjeta za učenje, navika učenja, informatičkoj pismenosti, tehničkim uvjetima, komunikaciji sa profesorima i njihovoj kompetenciji poučavanja putem digitalnih medija, predznanju i dr.

Na pitanje čime se **najviše bave u slobodno vrijeme**, nakon obveza u nastavi na daljinu, većina ih je navela da prakticira fizičke aktivnosti njih **81 ili 53.3 %**, a aktivnosti su sljedeće: šetnja, vožnja bicikla, trčanje, rolanje, razne igre loptom, vježbanje, nogomet, radovi u kući i oko kuće... Filmove i serije gleda njih 16, a samo njih 5 navodi da igra igrice što je utješno. Njih 10 ili svega 10%, svoje slobodno vrijeme ne provodi aktivno - uglavnom odmaraju, spavaju i ne rade ništa.

Na pitanje: **Smatraš li da je on-line nastava bolja od klasične nastave u učionicama i zašto**, dobili smo sljedeće odgovore.

ZA KLASIČNU NASTAVU JER... 69 ili 74.41%	ZA ON-LINE NASTAVU JER.... 18 ili 18.36%	NEODLUČNI 11 ili 11.22%
<ul style="list-style-type: none"> -nedostaje mi društvo -previše zadaća na on-line nastavi -puno više gradiva usvojimo na predavanjima u školi i gradivo je bolje objašnjeno -u on-line nastavi previše gradiva koje uč. moraju sami savladati, a za neke lekcije potrebno dodatno objašnjenje -postoji ljudski kontakt koji je bitan -dio uč. on-line nastavu ne shvaća ozbiljno -uč. se može javiti za ispravak ili da povise ocjenu -profesori mogu dodatno pojasniti gradivo koje uč. nisu shvatili -jer je on-line nastava stresnija -puno više naučimo -realnije je i bolje je biti u školi -više komuniciramo sa profesorima i pomažemo jedni drugima -imamo više vremena nego u on-line nastavi -jer su testovi lakši nego u on-line nastavi -jer u on-line nastavi profesori zadaju puno više zadataka i ništa se „ne kuži“ -u on-line nastavi većinu gradiva moramo naučiti sami -jer u on-line nastavi imamo više problema sa prirodnim predmetima (matematike, fizike i dr.) -jer u on-line nastavi previše vremena provodimo u kući i ispred ekrana -jer on-line nastava oduzima previše vremena -je lakše je učiti -je u on-line nastavi teže razlikovati bitno od nebitnoga -se u on-line nastavi teško natjeram na učenje -nas profesori potiču/motiviraju na učenje 	<ul style="list-style-type: none"> -je bolja za obradu nekih lekcija -je bolja u slučaju ocjenjivanja -je bolja zato što sam kod kuće -više smo sa obitelji -je zadatke zanimljivije rješavati -sami odlučujemo kad ćemo koji predmet učiti -mogu spavati i buditi se kad hoću -se možemo više koristiti internetom u potrazi za dodatnim informacijama -potiče samostalni razvoj i odgovornost svakog učenika -sam kod kuće i ništa ne radim -si sami možemo organizirati učenje -ne moram u određeno vrijeme biti u školi -mogu spavati duže -zahtijeva puno veću predanost zadacima zbog čega se bolje i detaljnije proučava dijelovi gradiva -imamo vremena za napisati domaću zadaću i ostalo -moramo manje raditi, a to nam ionako nikada neće trebati -imam svoju slobodu i mogu raditi kad hoću oko škole -je lakša -je sve opuštenije -imamo pristup internetu 	<ul style="list-style-type: none"> - ni da ni ne - vrlo su slične -nastava je dobra, ali puno više radimo nego u školi -imamo dovoljno vremena za obraditi sve bez pritiska, ali nedostaju objašnjenja profesora -on-line dobra samo iz jednog razloga – možemo se više koristiti internetom u potrazi za dodatnim informacijama -neke je zadatke lakše rješavati on-linejer smo slobodniji, ali nedostaje socijalni kontakt i postoji problem sa stručnom praksom

-u on-line nastavi kopiramo zadatke jedni od drugih, pa nam to ništa ne znači		
-u on-line nastavi često imamo tehničkih poteškoća (loša internet veza, teškoće u otvaranju i slanju dokumenata...) -on-line nastava nije praktična -u on-line nastavi puno zapisujemo, a ništa nam se ne objašnjava -je on-line nastava prenaporna -je u on-line nastavi puno više zadataka nego u cijeloj običnoj šk. god. -se ne možemo „vezati“ s prijateljima -u on-line nastavi profesori nemaju osjećaja koliko posla zadaju uč. -u on-line nastavi ima dosta problema u komunikaciji uč.-prof. -možemo odraditi praktični dio nastave -jer u on-line nastavi moramo previše toga sami i teže je doći do rješenja -u školi možemo više zapamtiti -jer smo u on-line nastavi sami sebi profesori -se neki prof. ne znaju služiti tehnologijom te time ne znaju objasniti gradivo -jer se u on-line nastavi teže snalazim -jer u on-line nastavi ima previše gradiva, a pola toga ne razumijemo -je gradivo razumljivije		

Odgovora je bilo mnogo i dobro argumentiranih iz kojih se da zaključiti da velik broj učenika preferira klasičan oblik nastave, a većina navodi da su razlozi za to neposredni kontakt s profesorima, mogućnost dodatnog i boljeg pojašnjenja gradiva, više gradiva se zapamti, mogućnost odrađivanja stručne prakse i naravno druženje s prijateljima iz razreda i škole

Odgovori na pitanje **Jesi li naučio/la nešto novo raditi u ovom periodu otkad nema nastave? Ako da, što?** su također raznovrsni. No, većina učenika (njih 65 ili 66%), bavila se uobičajenim aktivnostima i ustaljenim životnim navikama bez veće motivacije da radi na sebi odgovorivši da nisu naučili ništa novo

Polazeći iz točke da je čovjek društveno biće, pitali smo se kako se snalaze naši učenici u svojevrsnoj izolaciji te smo između ostalog htjeli saznati što im najviše nedostaje. Na to pitanje, „Što ti najviše nedostaje?“ 55 učenika izjavljuju da im nedostaju prijatelji, druženje, izlasci, odlasci u kafiće i ostale aktivnosti vezane isključivo uz druženje sa svojim vršnjacima. Također, nekoliko ozbiljnih sportaša i ljubitelja sporta su naglasili da im najviše nedostaju njihovi treninzi. No, s obzirom da veliki postotak njihovih aktivnosti ipak obuhvaća školovanje, neki učenici su izrazili nezadovoljstvo glede promijenjenog oblika školovanja. Nedostaje im „klasična/normalna škola“, „normalna nastava“ i „više vremena za sebe“, „Prijatelji, manje gradiva, manje pisanja a dovoljno informacija da mogu naučiti i sve ostalo stići.“

Tek jedan mali postotak učenika, njih pet, je na pitanje „Što ti najviše nedostaje?“ odgovorio da im *ništa* ne nedostaje. S obzirom da je anketa kvantitativni oblik anonimnog istraživanja sa kratkim odgovorima, te ih nismo mogli upitati da objasne svoj odgovor naknadno, možemo samo pretpostaviti da su učenici kojima ništa ne nedostaje zadovoljni trenutnim oblikom školovanja i cjelokupnom situacijom u kojoj se nalaze. Poneki učenici su u svojim odgovorima izrazili svoju privrženost Učeničkom domu Karlovac te su naglasili da im nedostaju njihovi odgajatelji i aktivnosti u Domu što je povezano sa konceptom druženja.

„Sve mi nedostaje, i dom i škola i prijatelji i najviše navike koje smo imali i sve stigli.“

Interpretaciju odgovora o tome što im nedostaje zaključujemo sa odgovorom koji je ujedno i poruka učenicima te svima nama:

„Ništa mi ne nedostaje, sreću treba pronalaziti tamo i gdje je nema, te je uvijek iznova stvarati. Ljudi koje volim su i dalje tu!“

VIRTUALNO ŠKOLOVANJE I SVAKODNEVNICA

U anketi nas je također zanimalo kako izgleda njihovo virtualno školovanje i svakodnevica. Na pitanje „Na koji se način odvija tvoje školovanje i svakodnevni život?“, najveći postotak učenika, 59% (njih 58 sveukupno) je odgovorilo da se njihovo školovanje i svakodnevni život odvijaju u virtualnoj učionici u vlastitom domu, ali i da često izlaze van. S druge pak strane, 29% (njih 28 sveukupno) učenika je odgovorilo da svoje vrijeme provode u virtualnoj učionici u vlastitom domu, te da rijetko izlaze iz vlastitog doma. Desetero učenika je odgovorilo da se njihova svakodnevica svodi na život samo u vlastitom domu i na računalu odnosno virtualnoj učionici. Pretpostavljamo da je taj manji dio učenika vrlo predan svojem školovanju i završetku školske godine.

Na pitanje „Primjećuješ li neke pozitivne strane kod promijenjenog načina školovanja?“ od naših smo učenika dobili 50% odgovora „da“ i 50% odgovora „ne“.

Otkrili smo također da se 54% učenika (53 sveukupno) ne suočava s *teškoćama i preprekama prilikom školovanja od kuće*, dok je 46% učenika odgovorilo da se suočava sa *teškoćama prilikom promijenjenog načina školovanja*. Na pitanje „S kakvim se *teškoćama suočavaju prilikom virtualnog školovanja?*“ dobili smo odgovore da se čak 40% učenika (njih 47) suočava sa tehničkim *teškoćama prilikom upotrebe informacijsko-komunikacijskih alata*. 19% učenika izražava da se *teškoće odnose na nepoznavanje i lošu osposobljenost drugih (učitelja, profesora, njihovih roditelja...)* kod upotrebe *informacijsko komunikacijskih uređaja i aplikacija*. 14% (njih sveukupno 17) učenika je izrazilo da *virtualna nastava i drugi info-komunikacijski alati nisu prikladni za njihovo školovanje i rad*. Tek je jedan učenik izjavio da nema pristup računalu i primjerenim

informacijsko-komunikacijskim uređajima, te je također jedan učenik izrazio da se njegova poteškoća odnosi na nepoznavanje upotrebe informacijsko-komunikacijskih alata ponuđenih u virtualnom školovanju.

Dr. Sc. Luka Maršić nas je u zadnjem izdanju Školskih novina (str. 8) podsjetio na izraz „digitalni urođenik“ iskovan za generacije rođene nakon 1980. godine od strane američkog pedagoga Marc Prensky. Taj izraz označava generacije koje su odrasle sa računalom i internetom kao sastavnim dijelom svoje okoline te je sasvim prirodno „urođenicima“ biti u kontaktu sa drugima preko SMS-a, e-poruka ili društvenih mreža. No, također napominje da posljedice takvog života mogu biti i pozitivne i negativne. Pozitivne u smislu bolje informiranosti o svijetu i događajima, ali da ćemo negativne posljedice shvatiti tek u budućnosti.

MENTALNO ZDRAVLJE

Dolazimo do područja mentalnog zdravlja koje je iznad svega najbitnije u ovim vremenima izolacije te nas je zanimalo kako se naši učenici osjećaju. U publikaciji „*Koronavirus i mentalno zdravlje...*“ Hrvatska psihološka komora je naglasila da će, učitelji, roditelji i ostali, učenicima srednjih škola možda morati biti veći i snažniji oslonac u sklopu školskog funkcioniranja te će im trebati više poticaja i podrške. Navode također da su maturanti u ovom trenu u najnezavidnijoj situaciji s obzirom na završetak srednjoškolskog obrazovanja te briga koje im svakodnevno prolaze kroz glavu. Bitno je obratiti pozornost na tvrdnju Hrvatske psihološke komore da upravo maturanti i srednjoškolci prolaze najteži ispit akademske, ali i životne zrelosti i samostalnosti. Potrebno im je dati do znanja da mogu računati na nas. (Hrvatska psihološka komora, str. 154)

U našoj smo anketi kod izbora odgovora na pitanje „*Kako se osjećaš?*“ ponudili sljedeće: *dobro, osamljeno, depresivno, strah me budućnosti, ljutito, tužno, bespomoćno, i drugo*. Najveći postotak učenika, 38% (njih sveukupno 62) je odgovorilo da se osjeća „*dobro*“. 13% učenika (21 sveukupno) je izrazilo da se osjeća osamljeno, te je isti postotak učenika odgovorio da se osjeća depresivno. Depresivnost i osamljenost često idu ruku uz ruku te možemo zaključiti da osamljenost, u slučajevima poput trenutne situacije koju karakterizira socijalna izolacija, izaziva depresivna stanja.

Osjećaj „*straha od budućnosti*“ je izrazilo 9% učenika (15 sveukupno). Aspekt straha od budućnosti je također bio uvršten u nedavno istraživanje provedeno u organizaciji udruge Obitelji 3plus (2020) putem anketiranja obitelji iz svih hrvatskih županija. Istraživanje je potvrdilo da od sveukupno 2334 roditelja, zabrinutost za budućnost izražava čak njih 71% što je uključivalo prvenstveno zdravlje, poslovni i financijski aspekt života svoje obitelji, pa i zabrinutost za mentalno zdravlje svoje djece s obzirom na okolnosti.

Učenika koji se osjećaju *ljutito* glede novonastale situacije je 8% (njih 13), a učenika koji se osjećaju *tužno* je 7%, *bespomoćno* 6% (njih 9).

S obzirom na relativno brzo prebacivanje s učioničke nastave na nastavu na daljinu pitali smo učenike kolika im je dostupnost materijala (knjiga i bilježnica) koju su možda zaboravili u Domu ili jednostavno nisu ponijeli misleći da će se situacija brzo popraviti. 67% učenika je odgovorilo da ima sve potrebno za odvijanje nastave online, dok ih je 13% ostavilo materijale u domu. Preostalih 19% smatra da su neke druge stvari utjecale na situaciju u kojoj se trenutno nalaze, te čak da im materijali nisu niti potrebni.

Na pitanje koliko su često u kontaktu s odgojno-obrazovnim djelatnicima u školi učenici se svakodnevno, odnosno tijekom tjedan redovito čuju sa svojim profesorima, kao i međusobno među učenicima iz razreda. Najmanje su u kontaktu sa stručnom službom škole, dok polovina učenika izuzetno rijetko komunicira s instruktorima s prakse.

S obzirom na situaciju učenici i profesori bili su primorani pronalaziti različite načine virtualnog komuniciranja kako bi se informacije mogle širiti i doći do svakog učenika. Najviše učenika s odgajateljima i profesorima komunicira preko whatsapp-a i Internet platforme teams, te mailom. Nešto manje preko loom-ena i yammer-a, te vibera. Kako bi ostali u kontaktu s prijateljima neki koriste i iRAve- aplikaciju preko koje ih više zajedno može gledati neki film sa chatom pa mogu međusobno tijekom filma i komentirati, te Funhouse aplikaciji za videopozive ali s igrama kao što su trivia, pictionary i slično. Valja naglasiti da je skoro polovina učenika odgovorila da se u tom smislu nije puno toga promijenilo, možda samo intenziviralo jer su dosta navedenoga i ranije koristili.

Učenici su relativno zadovoljni radom profesora, što potvrđuju i njihove relativno visoke ocjene. Njih više od 80 % smatra da je komunikacija vrlo dobra i da se većina maksimalno trudi taj proces učiniti što bezbolnijim, ali da učenici savladaju sve što se od njih očekuje u ovoj godini. Poneki učenici smatraju da su dosta opterećeni nekim zadacima koje inače u redovnoj nastavi nebi trebali rješavati, a ovako im oduzima dosta vremena. Također, ponekad na objašnjenje nekog zadatka čekaju dosta dugo, dok smatraju da se od njih očekuje da svoje zadatke šalju na vrijeme. Jedan dio učenika pohvalio je profesore koji su maksimalno angažirani oko njih i pokušavaju im što je moguće bolje razjasniti zadatke te se iznenađujuće dobro služe svim oblicima moderne tehnologije.

Velika većina učenika smatra da im nije potrebna pomoć roditelja, s obzirom da svoje obaveze trebaju sami odrađivati, pogotovo ako se radi o strukovnim školama za koje roditelji nisu educirani. Međutim, roditelji su im itekako velika podrška u svemu što rade i to im je dovoljno da nastave učiti i završiti razred sa što boljim uspjehom.

Na kraju ankete možemo zaključiti da se učenici izuzetno dobro snalaze u cjelokupnoj situaciji, no većina njih želi da se sve ovo što brže završi kako bi se mogli vratiti u svoje školske klupe koje su daleko više od pukog prenošenja znanja između profesora i učenika već i socijalizacija, druženje, stjecanje iskustva i stvaranje uspomena.

22.1.2. REZULTATI ON-LINE ANKETE „PREHRAMBENE NAVIKE UČENIKA“

Druga anketa bila je o prehrambenim navikama učenika u uvjetima izolacije. Sudjelovalo je 70 učenika oba spola od 15-19 godina starosti. Na pitanje doručkuju li redovito, 50% učenika je odgovorilo da redovito doručkuje, a 46% ponekad, što znači da tek 4% učenika gotovo nikad ne doručkuje.

U školi se najčešće hrane sendvičima, pecivima i sličnim pekarskim proizvodima i to 90% učenika, dok samo 6% konzumira voće tijekom pauza u školi.

NAMIRNICE	NIKADA	NEKOLIKO PUTA MJESEČNO	VIŠE PUTA DNEVNO	JEDANPUT DNEVNO
voće	1	16	19	34
povrće	2	17	23	28
mlijeko i mliječne proizvode	0	9	24	37
meso	1	13	31	25
ribu	4	64	0	2
grickalice	4	38	10	18
slatkiše	3	35	13	19
zaslađene napitke	9	32	18	11

Na pitanje koliko često konzumiraju pojedine proizvode rezultat je bio ovakav:

62% učenika i učenica svoje prehrambene navike ocjenjuju dobrim, ali uz napomenu da bi mogle biti i bolje, što znači da su svjesni da bi neke stvari u prehrani mogli mijenjati. 25% smatra da su im prehrambene navike dobre, dok ih 13% smatra da su loše.

Na pitanje smatraju li se normalno uhranjenima, pretilima ili pak premršavima; 75% ih smatra da su normalno uhranjeni, 13% da su pretili i 12% da su premršavi.

Na pitanje kakve su ima prehrambene navike u vrijeme korona krize odgovor je sljedeći:

iste kao prije	41	59.42%
bolje nego prije	21	30.43%
lošije nego prije	7	10.14%

Zanimalo nas je koliko se učenici bave tjelesnom aktivnošću u vrijeme epidemije s obzirom da su preporuke HZJZ-a bile da se ostane kod kuće. Iz navedene tablice možemo vidjeti da su se učenici snašli u nepoznatoj situaciji i nisu zaboravili da je kretanje važno, kao i fizička aktivnost kako bi ostali zdravi, održali imunitet i uz dobru prehrambenu podlogu odolijevali i uspješno se nosili sa svim potencijalnim zdravstvenim problemima.

više	43	62.32%
isto kao prije	18	26.09%
manje	8	11.59%

Izvlješće izradile:

Nevenka Brnardić, dipl. pedagog.

Martina Zubčić, prof.

Željka Bosanac, mag.paed., pripravnica

23. REALIZACIJA PROGRAMA STAŽIRANJA – 25.09.2019. do 24.09.2020.

STRUČNE SURADNICE PRIPRAVNICE Željke Bosanac, mag. paedag.

DATUM	SADRŽAJ RADA	REALIZIRANO SATI	SUDIONICI
rujan, 2019.	upoznavanje s djelatnošću i načinom organizacije rada Učeničkog doma Karlovac i njegovom ulogom u sustavu odgoja i obrazovanja	3 sata	ravnateljica mentorica
rujan i listopad 2019.	-uvođenje u djelokrug rada odgajatelja u UD i načine izvođenja odg.- obraz. procesa -donošenje operativnog Plana i programa stažiranja	3 sata	Ravnateljica mentorica stručna suradnica
03.10.2019.	PEDAGOŠKA RADIONICA „Učitelji pojma nemaju“	1 sat	mentorica
10.10.2019.	upoznavanje sa djelokrugom rada tajnice i računopolagateljice	1 sat	tajnica, računopolagateljica
19.10.2019.	sudjelovanje na stručnom skupu ŽSV-u voditelja učeničkih zadruga Karlovačke, Primorsko-goranske i Ličko-senjske županije te susretu učenika-zadrugara u Domu HV Zrinski u Karlovcu	5 sati	voditelji uč. zadruga mentorica
23.10.2019. 10.12.2019. 22.01.2020. 11.02.2020.	sjednica Odgajateljskog vijeća	4 sata	ravnateljica mentorica stručna suradnica odgajatelji

28.10.2019	STRUČNI SKUP za mentore i stručne suradnike pripravnike: Stručno metodička priprema za polaganje stručnog ispita u Učeničkom domu Marije Jambrišak u Zagrebu	6 sati	savjetnica, predavači mentori, pripravnici (odgajatelji i stručni suradnici)
24.10.2019. 04.11.2019. 05.11.2019.	izrada anketnog upitnika i anketiranje učenika na temu učenja	2 sata	mentorica
05.11.2019.	PREDAVANJE „2700 kilometara Amazonom“ (predavač: g. M. Kuke, predsjednik CEIK-a, Karlovac)	1,5 sat	mentorica vanjski suradnik
11.11.2019. 18.12.2019. 07.01.2020.	sastanci odgojnih skupina	2 sata	mentorica stručna suradnica
14.11.2019.	PEDAGOŠKA RADIONICA „Da učenje ne bude mučenje“	1,5 sat	mentorica
prosinac 2019.	sudjelovanje u organizaciji Božićne priredbe	3 sata	mentorica
05.12.2019. 12.12.2019. 13.12.2019. 16.12.2019. 18.12.2019. 18.05.2020.	suradnja s drugim odgojno –obrazovnim ustanovama: Klub Ambidekster	2 sata	ravnateljica mentorica stručna suradnica
tijekom siječnja i veljače 2020.	sudjelovanje u pripremama za sudjelovanje na 45. Regionalnoj domijadi u Rijeci	2 sata	ravnateljica mentorica stručna suradnica odgajatelji
29.01.2020.	organiziranje posjeta izložbi stalnog postava u Franjevačkom samostanu	3 sata	ravnateljica mentorica stručna suradnica odgajatelj

11.02.2020.	izrada ZAPISNIKA / OČEVIDNIKA sjednice Odgajateljskog vijeća	2 sata	mentorica
26.02.2020.	hospitacija na izbornom programu natjecanja iz košarke i odbojke	1 sat	voditeljica programa prof. Badovinac
05.03.2020.	PEDAGOŠKA RADIONICA „Emocije – energija u pokretu“	2 sata	mentorica pripravnica
04.06.2020.	uvid u izradu Plana i programa rada odgajatelja, odgojnih skupina i izbornog programa	1 sat	mentorica stručna suradnica
tijekom pripravnštva	suradnja s roditeljima	1 sat	ravnateljica mentorica stručna suradnica
tijekom pripravnštva	uvid u izradu izvješća o radu odgajatelja, odgojne skupine i izbornog programa	3 sata	mentorica stručna suradnica
tijekom pripravnštva	izrada Plana i programa rada stručnog suradnika pedagoga pripravnika : uvid i upoznavanje sa Planom te realizacija odgojno-obrazovnih sadržaja	3 sata	mentorica
početkom svakog mjeseca	popunjavanje obrazaca: Smjenski rad i Evidencija rada za tekući mjesec	2 sata	mentorica
tijekom pripravnštva	-prijam i smještaj učenika -razgovor s roditeljima -razgovor s učenicima	3 sata	mentorica stručna suradnica
tijekom pripravnštva	-individualni, informativno-savjetodavni razgovor s učenicima	2 sata	mentorica stručna suradnica
UKUPNO SATI:		60 SATI	

POVJERENSTVO:

Ravnateljica: Astrid Pavletić, prof.

Mentorica: Nevenka Brnardić, dipl. pedagog

Stručna suradnica: Martina Zubčić, prof.

24. RADIONICA „SPORTOM PROTIV KORONE“

Drage naše domašice i domaši,

U ovim „pomalo“ čudnim vremenima, kada se vaš i naš život u trenutku promijenio te su dosadašnja ponašanja i navike za neko vrijeme prekinute ne smijete zaboravit važnost tjelesne aktivnosti za vaše fizičko i psihičko zdravlje.

Nadamo se da vas mjere socijalne distance i ostanka kod kuće nisu udaljile od vježbanja.

Evo Samo nekoliko činjenica koje će možda potaknuti vašu odluku da vježbate:

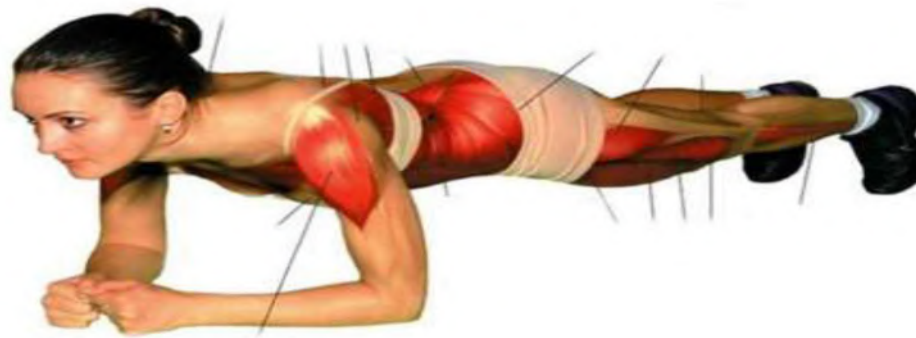
- Pad mišićne snage i izdržljivost nastupa već 10-14 dana nakon prestanka fizičke aktivnosti
- Dolazi do atrofije (opuštanja) mišića što dovodi do smanjenja mišićnih i povećanja masnih stanica
- Mišići postaju opušteniji i gube pokretljivost i fleksibilnost što može dovesti do ozljeda
- Vježbanjem ubrzavamo cirkulaciju te tako osiguravamo bolju opskrbu mozga kisikom što dovodi do boljeg pamćenja
- Lakše ćete izvršavati novi oblik školskih obaveza (dugotrajno i nepravilno sjedenje za kompjuterom)
- Ako ste primijetili istežanje mišića i kod najjednostavnije aktivnosti vrijeme je da krenete sa vježbom

Predstaviti ćemo vam PLANK.

Plank je jedna od najpopularnijih vježbi diljem svijeta, jer istovremeno djeluje na sve mišićne grupe u tijelu.

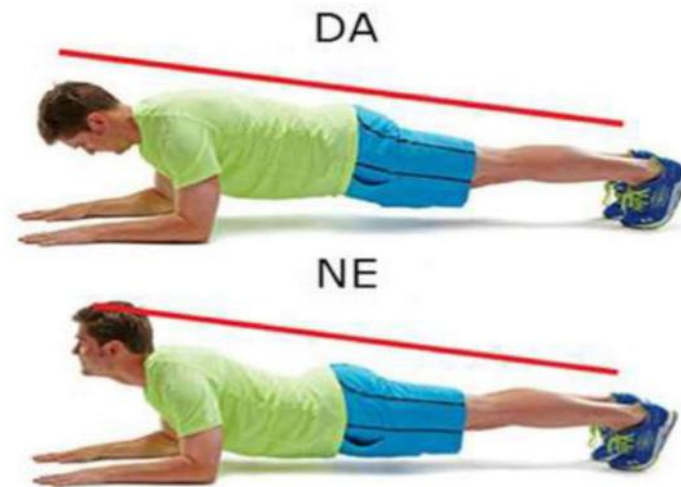
Najbolje od svega dovoljno ju je izvoditi 5 minuta dnevno da biste vidjeli veliku razliku u obliku svoje figure.

Pred vama je novi izazov. Pripremite prostor za vježbanje (tepih, parket, prostirka, ne mekana površina), ugodno se obucite za vježbanje. Najbolje je raditi bos, bez čarapa kako se ne bi sklizali.



Kako izvesti vježbu?

1. Stavite prostirku na pod, pa legnite na trbuh. Savijte laktove pod kutom od 90 ° u visini ramena, pa podignite tijelo oslanjajući se samo podlakticama, te nožnim prstima o tvrdu površinu.
2. Leđa bi vam trebala biti što ravnija te svojim oblikom podsjećati na dasku, po kojoj je vježba dobila ime. To se osobito odnosi na donji dio leđa koji bi trebao biti ispružen kao da njime oslanjate o zid.
3. Napnite mišiće trbuha i lagano ga uvucite. Nemojte ga opuštati tijekom izvođenja vježbe, no to ne znači da biste trebali prestati disati. Naprotiv, udišite duboko tijekom izvođenja vježbe.
4. Noge bi vam trebale biti ravne, napete i skupljene, što de još više pojačati pritisak prema srednjem dijelu tijela. Stopala bi vam trebala također biti skupljena.
5. Stražnjica bi vam trebala biti napeta, i neka bude takva tijekom izvođenja vježbe. Suzdržite se i od spuštanja bokova prema podu tijekom izvođenja vježbe.



Kako djeluje ova vježba na tijelo?

Učvršćuje stražnjicu

Vježba je koncentrirana na mišiće stražnjice i bedara, pa jamči oblikovanje tijela prema željama, ali i smanjenje celulita s kritičnih točaka.

Smanjuje bol u leđima

Tijekom izvođenja vježbe mišići donjeg dijela kralježnice su iznimno aktivni, kao i oni kod ramena i vrata. Osim što ojačavate svoja leđa, ova vježba smanjuje bol u leđima izazvanim dugim sjedenjem ili nošenjem torbe između lopatica.

Osnažuje ruke i noge

Većina težine tijela tijekom izvođenja vježbe pada na prste stopala te nadlaktice zbog čega se osnažuje muskulatura ruku i nogu. Neka vas ne zabrinjava osjećaj gorenja u mišićima, to samo znači da radite vježbu na pravi način.

Ravna trbuh i jača trbušne mišiće


Vježba daska blagonaklono djeluje na sagorijevanje masnoća na predjelu trbuha, te tako pojačava vidljivost trbušnih mišića.

Da biste ispravno provoditi tjelesnu aktivnost potrebno je:

1. Zagrijavanje tijela (trčanje min. 10-20 min. umjerenim tempom, vožnja biciklom, brzo hodanje, preskakanje vijače), sve što će ubrzati rad srca i pluća te ugrijati mišiće
2. Vježbe razgibavanja i istezanja, lakše podnošenje napora
3. Vježbe snage primjenom seta PLANK vježbi

4. Istezanje i relaksacija mišića

1.	 A woman performing a standard plank on a red background. The text "PLANK VARIATION: STANDARD PLANK" is visible in the top left corner of the image area.	Zadrži 20 sekundi Pauza 20 sekundi
2.	 A woman performing a side plank on a grey background. The text "PLANK VARIATION: SIDE PLANK" is visible in the top left corner of the image area.	Lijeva strana zadrži 20 sekundi Pauza 20 sekundi Desna strana zadrži 20 sekundi Ako gubiš ravnotežu, stopalo gornje noge stavi ispred stopala donje noge. Gledaj ravno ispred
3.	 A woman performing an extended plank on a yellow background. The text "PLANK VARIATION: EXTENDED PLANK" is visible in the top left corner of the image area.	Zadrži 20 sekundi <i>Pauza 20 sekundi</i>

4.	 <p>PLANK VARIATION: BIRD DOG PLANK</p> <p>A woman is shown in a Bird Dog Plank position on an orange background. She is on her hands and knees, with her left arm extended forward and her right leg extended backward, parallel to the floor.</p>	<p>Desna ruka – lijeva noga zadrži 20 sekundi Pauza 20 sekundi Lijeva ruka – desna noga zadrži 20 sekundi Pauza 20 sekundi</p>
5.	 <p>PLANK VARIATION: KNEE TO ELBOW PLANK</p> <p>A woman is shown in a Knee to Elbow Plank position on a green background. She is on her hands and knees, with her right knee pulled up towards her right elbow.</p>	<p>Zadrži lijevo koljeno na laktu (ili do kuda ide) 20 sekundi Pauza 20 sekundi Zadrži lijevo koljeno na laktu (ili do kuda ide) 20 sekundi Pauza 20 sekundi</p>
6.	 <p>PLANK VARIATION: X PLANK</p> <p>A woman is shown in an X Plank position on a teal background. She is on her hands and knees, with her right arm extended forward and her right leg extended backward, forming an 'X' shape.</p>	<p>Zadrži 20 sekundi Pauza 20 sekundi</p>

7.		<p>Lijeva ruka na desnom ramenu 20 sekundi Pauza 20 sekundi Desna ruka na lijevom ramenu 20 sekundi Pauza 20 sekundi</p>
8.		<p>Zadrži 20 sekundi Pauza 20 sekundi</p>

Zadatak A: vježbe 1, 2 (obje strane) i 8 izvodite po 20* sekundi svaki dan u 2 serije. *Možete raditi duže ili kraće od 20 sekundi. Ako vam je teško treba raditi kraće jer je najbitnije držati ispravan položaj (bez savijanja u kralježnici i propadanja u ramenima). Radite ispred ogledala, ako ga imate, da si možete ispravljati položaj.

Zadatak B: odgovoriti na sljedeća pitanja i poslati do četvrtka

- 1) Koliko minimalno mora trajati vježba plank u sekundama da bi imala utjecaj na tijelo?
- 2) Na koje dijelove tijela utječe vježba 1, a na koje vj. 8?
- 3) Koliki ti je napredak od prvog do sedmog dana u trajanju vježbe (npr. 1. dan 15 sec, 7. dan 25 sec, napredak je 10 sec)

Zapamtite- redovito vježbajte i tijelo će vam vratiti na najbolji mogući način



Vaši odgajatelji Anđa i Renato