

Přehled studijních oborů 2019/2020

Přehled studijních oborů na Vyšší odborné škole a střední škole zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí pro školní rok 2019/2020, kdy sem nastoupí žáci současných 9. ročníků, je následující:

ČTYŘLETÉ MATURITNÍ OBORY

PRAKTICKÁ SESTRA 53-41-M/03

Po ukončení studia je praktická sestra plně připravena pro výkon své profese, popřípadě může dále studovat na vyšších odborných a vysokých školách zdravotnického zaměření. Čtyřletý obor je zakončený maturitní zkouškou.



Absolvent poskytuje základní a specializovanou ošetrovatelskou péči v rámci ošetrovatelského procesu. Provádí ošetrovatelské výkony jako komplexní hygienickou péči, sledování fyziologických funkcí, rozdělování diet, aplikace tepla a chladu, rehabilitační ošetřování, nácvik sebeobsluhy, podávání léčivých přípravků ústí, kůží, do tělních dutin, injekčně do podkoží a do svalu dospělým a dětem od tří let, odebrání biologického materiálu, provádění jeho vyšetření diagnostickými proužky, zavádění a udržování kyslíkové terapie, odsávání sekretů z horních cest dýchacích, ošetřování rány a asistence lékaři při ošetřování ran, příprava pacientů k výkonům, asistence při výkonech, ošetřování pacientů po vý-

konech nebo činnosti spojené s přijetím, přeložením, propuštěním pacientů.



SOCIÁLNÍ ČINNOST 75-41-M/01

Absolvent oboru sociální činnost se uplatní jako pracovník sociálních služeb v různých ambulantních nebo pobytových zařízeních a terénních službách. Získá vědomosti a dovednosti potřebné pro zajišťování přímé péče a osobní asistence klientů pro podporu jejich soběstačnosti a sociální aktivizaci. Může své vědomosti uplatnit v managementu sociálních služeb.

V oblasti řízení sociálních služeb jsou žáci seznámeni se sociálními službami jako s jedním z nástrojů sociální politiky vedoucím k porozumění cílům, principům a nástrojům sociální politiky. V oblasti přímé péče a osobní asistence jsou žákům poskytnuty teoretické vědomosti a praktické dovednosti potřebné pro poskytování přímé obslužné péče klientům. Jsou připravováni na práci s různými typy klientů, kteří vyžadují pomoc druhé osoby, a to jak v zařízeních sociálních služeb, tak v domácím prostředí. Žáci si osvojí umění komunikace s klienty, organizování si práce a dodržování pracovních postupů, dodržování zásad bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, dodržování ochrany životního prostředí a zdravotně-hygienických předpisů a vytváření si návyků, postojů a osobnostních vlastností žádoucích pro práci v sociálních službách.

První zastávka po škole: Afrika!

» Dokončení ze strany 1

DOTAZNA

Co byste řekla na adresu učitelů?

Všichni jsou velice ochotní, a pokud s něčím potřebujeme pomoci a poradit, vyjdou nám vstříc a vše vysvětlí. Je-li k tomu důvod, můžeme je navštívit i mimo jejich konzultační hodiny. Praxe v nemocnici ukázala, že jsme od nich dostali hodně dobrý základ.

V čem ještě vidíte přednosti této školy?

Ocenila bych výbornou spolupráci školy s Orlicko-ústeckou nemocnicí a organizací praxí. Líbí se mi také, že studenti jezdí na adaptační, lyžařské nebo sportovní kurzy. Žájemci se zde mohou přihlásit také do různých odborných kurzů – například já jsem absolvovala masérský. Výhodou školy jsou i zahraniční stáže. Ve 4. ročníku jsem byla v Itálii, kde jsme poznali místní nemocnici.

Jak vzpomínáte na svůj první den na praxi?

Na prvního pacienta si samozřejmě pamatuji. Byla jsem na interně a hrozně jsem se bála, co mě čeká. Dostala jsem však velice hodnou paní, která mi všechno usnadnila. Chválila mě a pořád děkovala. Víím, že před začátkem praxe má asi každý třému a obavy, ale je to zbytečné, protože jsme kvalitně připraveni, učitelky nám při tom také hodně pomohou a většinou jsou skvělí i pacienti.



Co na ně nejvíc platí?

Určitě vstoupit do pokoje s úsměvem a pozdravem. Zeptám se také, jak se mu daří, a pak si povídáme třeba o počasí nebo o návštěvách, které měl. Právě starší lidé nesmírně oceňují, když se s nimi bavíme, a děkují nám za to.

Proč byste žákům základních škol doporučila obor praktická sestra?

Kdo má sociální citění, dokáže komunikovat s lidmi a chce jim pomáhat, je to určitě obor pro něj. Lékařů a zdravotních sester je v současné době málo a nemocnice nutně potřebují personál. Kdo se však pro tuto profesi rozhodne, musí si uvědomit, že je to i celoživotní poslání.

INFORMACE

Co nabízí škola

Následující přehled shrnuje nabídku VOŠ a SŠ zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí pro zájemce z řad žáků základních škol:

- nabídka přijímacích zkoušek nanečisto a přípravných kurzů na přijímací zkoušky uchazečům o studium,
- prohlídky školy i mimo termíny dnů otevřených dveří,
- vysoká úroveň odborné připravenosti žáků,
- široké spektrum smluvních pracovišť pro realizaci praktického vyučování,
- individuální přístup k žákům,
- možnost doučování z českého jazyka a matematiky nad rámec konzultačních hodin učitelů,
- možnost navštěvovat ve 4. ročníku seminář z českého jazyka a literatury a anglického jazyka nebo matematiky, v němž učitelé intenzivně připravují žáky k maturitní zkoušce,
- možnost účastnit se vzdělávacích, preventivních, humanitárních, odborných, jazykových i sportovních aktivit školy, zahraničních exkurzí, nabízených kvalifikačních kurzů,
- snadná dostupnost školy vlakovou i autobusovou dopravou – škola se nachází v centru města Ústí nad Orlicí,
- školní jídelna vedle budovy školy,
- možnost studia oboru diplomovaná všeobecná sestra na vlastní vyšší odborné škole.



ZAJÍMAVOST

Kde se bydlí?

Studenti VOŠ a SŠ zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí jsou ubytováni v nově zrekonstruovaném a moderně vybaveném Domově mládeže Střední školy automobilní Ústí nad Orlicí. Zde je pro ně k dispozici následující vybavení:

- dvoulůžkové a třílůžkové pokoje první kategorie,
- hygienické a sociální zařízení na poschodí,
- WiFi připojení,
- společenská místnost s televizí,
- studovna,
- kuchyňka,
- sportovní hala s posilovnou a horolezeckou stěnou,
- stravování přímo v budově – snídaně a teplé večeře.



ZDRAVOhrátky

Pardubický kraj

www.szsuo.cz | www.klickevzdelani.cz/zdravohratky

PRVNÍ ZASTÁVKA PO ŠKOLE: AFRIKA!

Až Michaela Stejskalová ukončí v roce 2021 vyšší odbornou školu, zamíří do Afriky! Její touhu pomáhat v chudých vesničkách pod rovníkem nemocným lidem prý nezlomí ani realita v podobě drsných podmínek, žhavého klimatu, divokých šelem či exotických chorob. Devatenáctiletá studentka 1. ročníku oboru diplomovaná všeobecná sestra na Vyšší odborné škole a střední škole zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí má o svém dalším životním kroku jasně.

DOTAZNA

S tou Afrikou to myslíte vážně?

Ano, mým velkým přáním je skutečně vycestovat do Afriky s organizací Člověk v tísni nebo UNICEF a pomáhat lidem, kteří tam mají ve-



„Kdo se pro tuto profesi rozhodne, musí si uvědomit, že je to celoživotní poslání.“

Jenže africké podmínky nejsou idylka – klima, strava, bezpečnost, exotické nemoci... Počítáte s tím?

Předtím, než se do Afriky vydám, chci každopádně prodělat základní vojenský výcvik. Už jsem se na to informovala. Tento výcvik trvá dva měsíce a pak se jednou ročně ve dvou týdnech obnovuje.

lice špatné zdravotní i hygienické podmínky. Nebylo by to napořád, ale třeba na dva roky.

Co vás inspirovalo k tomuto rozhodnutí?

V televizi jsem viděla dokument o nedostatečné lékařské péči a často zoufalých podmínkách obyvatelů Afriky, hlavně malých dětí. Přišlo mi to nesmírně líto, že lidé tam nemají alespoň část toho, co je třeba u nás nebo ve střední Evropě běžné, a umírají i na docela banální nemoci. Proto bych ráda pomohla alespoň v jedné vesnici zlepšit tento stav.

Jak na vaše odvážné přání reagují rodiče?

Táta mě v tom podporuje. Mamka to asi oplácí, ale na konec se s tím smíří. Pochopí, že je to pro dobrou věc.

Už se na svou misi začínáte připravovat?

Zatím se seznamuji s podmínkami u jednotlivých zdravotnických a charitativních organizací. A také si čtu zážitky a příběhy jedné známé youtuberky, která strávila s Člověkem v tísni v Zambii dva měsíce. Ano, podmínky tam byly skutečně náročné, ale ta radost dětí z vyléčení se dala jen těžko popsát.

Co vás vlastně přivedlo ke studiu zdravotnického oboru?

Maminka je vystudovaná zdravotní sestra, a tak mám asi něco v genech po ní. Myslím, že nejsem vyložené studijní typ, někdy mi to učení do hlavy nelezlo. Od malička se však snažím pomáhat lidem a k tomuto oboru mám blízko. Je to krásný pocit, když za pomoc pocítíte vděk druhého člověka.

Jak jste se cítila v orlickoústecké „zdrávce“ po nástupu do 1. ročníku?

Prvních pár dnů po příchodu jsme jeden druhého neznali a skoro nikdo se s nikým nebavil. Za dva týdny jsme však jeli na adaptační kurz, tam jsme se seznámili a dali dohromady nejen jako třída, ale poznali jsme i své učitele. Bylo to super.

Splnila škola vaše představy a očekávání?

Určitě ano, přestože na začátku jsem byla trochu zklamaná. Poněkud naivně jsem si totiž myslela, že hned od 1. ročníku začneme chodit do nemocnice na praxi. Jenže ta je až součástí 3. ročníku, takže dva roky mě čekala především teorie. Sice jsme obvažovali, učili se odebrat krev, píchali injekce a další činnosti, ale pořad mi tam chyběl kontakt s pacienty a reálné prostředí. Věděla jsem, že se musím všechno nejprve naučit, ale to čekání bylo hodně náročné.

Jak jste přípravu v prvních dvou letech zvládala?

Učili jsme se v odborných učebnách na modelech. Škola má velice dobré zázemí i vybavení, takže jsme si mohli všechno vyzkoušet. Jediné, co u teoretické výuky chybí, je živý člověk – pacient. Tím pádem je pak i komunikace jiná. To jsme však rychle dohnali na začátku praxe.

» Pokračování na straně 4

ZE ŠKOLNÍ NÁSTĚNKY

PROČ JÍT PŘÁVĚ SEM

1. VOŠ a SŠ zdravotnická a sociální Ústí nad Orlicí

je moderně vybavená škola, v níž učebny a učební pomůcky odpovídají současným trendům pro výuku všech studijních oborů.

2. Charakteristická je rodinná atmosféra, přátelský přístup, sociální citění a odborná pomoc žákům a studentům ze strany pedagogů.

3. Škola umožňuje také návazné studium po maturitní zkoušce, neboť má akreditaci ke vzdělávání v oboru diplomovaná všeobecná sestra na vyšší odborné škole.



HVĚZDA (ZE) ŠKOLY

Zvítězit v soutěži, kam se sjedou zdravotnické školy z celé České republiky, to je vždycky velký úspěch, obzvláště v případě, když je to triumf rozdílem třídy, jak se to povedlo studentce 2. ročníku oboru praktická sestra **Pavlině Vyčítalové při Somatologickém dni v Olomouci.** Ta si jako téma své prezentace plně zajímavosti z oboru somatologie vybrala krev, která ji zaujala v průběhu vyučovacích hodin. Před soutěží se pečlivě věnovala přípravě pod vedením své vyučující, a to se jí vyplatilo – **v konkurenci 35 zdravotnických škol získala prvenství – a to hned čtyřikrát!** Její projev si vysloužil Cenu za nejlepší prezentaci, Cenu studentské poroty, Cenu publika a logicky pak také Cenu pro celkového vítěze. Za pečlivost a skvělou reprezentaci jí ZDRAVOhrátky udělují titul **Hvězda (ze) školy.**



VÍTE, ŽE...

...žákům, kteří po celou dobu studia prospívali s vyznamenáním a maturovali s vyznamenáním v prvním termínu, je poskytováno prospěchové stipendium?



...škola nabízí také kurzy Sportovní masáže, Chůva pro děti do zahájení školní docházky, Sanitář a Pracovník v sociálních službách?

...aktivní náplň školního roku obsahuje zahraniční pobyty, exkurze, semináře s odborníky, návštěvy společenských či kulturních akcí a dobrovolnickou činnost?

...žáci mají možnost praktického výcviku v jednadvaceti smluvních zařízeních v rámci orlickoústeckého regionu?

CHTĚJÍ POMÁHAT DRUHÝM Proč jste si vybrali svůj obor?



„Od základní školy jsem věděla, že chci pracovat s lidmi, především s mládeží a dětmi. Původně jsem přemýšlela, že bych šla na pedagogickou školu do Litomyšle, ale nechtělo se mi na internát. Tak mě napadlo, že tento obor je dost podobný – změny nelituji, moc mě to baví. Hlavně se mi líbí odborné předměty a praxe. Ve třídě je komorní prostředí, je nás třináct, a často jezdíme na exkurze, kde se dozvíme spoustu nových věcí.“
Kristýna Švecová, 18 let, 4. ročník oboru sociální činnost

„Jablko nepadá daleko od stromu. Moje maminka je zdravotní sestra a mě baví práce s lidmi. Navíc jsme měli onemocnění v rodině, to mě v mém rozhodnutí utvrdilo. Chtěla jsem vědět, jak se o člověka správně postarat a pomoci mu. Na praxi se mi moc líbí, zatím nejvíc na chirurgii. Ale ještě toho mám hodně před sebou, tak uvidím, kde nakonec skončím. Jsem si však jistá, že zůstanu ve zdravotnictví – to je obor, kam patřím.“
Eva Pecháčková, 17 let, 3. ročník oboru zdravotnický asistent



„Vůbec jsem po základní škole nevěděla, kam jít. Spousta členů mé rodiny ale pracuje ve zdravotnictví, a to mě nasměrovalo – chtěla jsem pomáhat lidem. Stát se sestřičkou mě však moc netáhlo, tak jsem zvolila sociální činnost. Ve škole se mi líbí jak můj obor, tak to, že je taková rodinná. Na praxi jsme se dostali do různých zařízení a pracovali s dětmi, handicapovanými, seniory, lidmi z vyloučených lokalit... Je fajn, že je naplň různorodá.“
Karolína Nespěšná, 18 let, 4. ročník oboru sociální činnost

„Tuto školu jsem si vybral proto, že se mi jako malému klukovi stal úraz a tehdy jsem potřeboval pomoc. Teď bych naopak rád pomáhal já druhým. Moc mě baví praktické vyučování, posouvá nás to hodně dál ze školních lavic. Přitom jsem zkrájel měl z praxe obavy. Do budoucna bych se chtěl stát zdravotnickým záchranářem.“
Filip Maxmilián Snítíl, 17 let, 3. ročník oboru zdravotnický asistent



„Od 'základky' jsem chtěla k záchranářům, třeba i do posádky vrtulníku. Je ale nesmírně těžké se k takové práci dostat, tak jsem se rozhodla jít na to postupně přes zdravotnického asistenta, dnes praktickou sestru. Moc mě totiž baví pomáhat lidem. Na praxi poznáme, jak to v nemocnici chodí. Ne vždy je to růžové, ale když vidíte u pacienta posun kupředu, je to k nezaplacení. Po škole chci ještě na vyšší odbornou školu a pak už do nemocnice.“
Adéla Jedličková, 18 let, 3. ročník oboru zdravotnický asistent

VIZITKA ŠKOLY

Adresa:
Vyšší odborná škola
a střední škola zdravotnická a sociální Ústí nad Orlicí
Smetanova 838
562 01 Ústí nad Orlicí

Facebook: facebook.com/sszsuo

Ředitelka: Mgr. Marie Klementová



Moderní výuka v rodinném prostředí

Historie Vyšší odborné a střední školy zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí se začala psát v září 1979. Od té doby jí prošly stovky absolventek a absolventů oborů, ať už se jmenovaly zdravotní sestra, dětská sestra, všeobecná sestra, ošetrovatelka, zdravotnický asistent či sociální činnost. Většina z nich se přitom shodla na charakteristickém hodnocení této školy – příjemná, vstřícná a rodinná. Nová ředitelka Mgr. Marie Klementová však dobře ví, že úspěšná tradice je součástí i velkým závazkem.

PTÁME SE

Jak byste co nejvýstižněji charakterizovala vaši školu a co považujete za její hlavní přednost?

Naše škola připravuje chlapce i děvčata na profesi zdravotnickou nebo sociální. Střední škola nabízí vzdělávání v oboru praktická sestra a sociální činnost, vyšší odborná škola v oboru diplomovaná všeobecná sestra. Naši hlavní předností jsou nejen kvalifikovaní učitelé, ale především jejich nadšení, empatie, dobré nápady, ochota a vstřícnost. Za další přednost školy však považuji také vysokou úroveň odborné připravenosti žáků.



Jaké benefity nabízíte ve spolupráci se svými partnery zájemcům o studium?
Žákům, kteří po celou dobu studia prospívali s vyznamenáním a zároveň maturitní zkoušku složili v prvním termínu, a to rovněž s vyznamenáním, škola poskytuje prospěchové stipendium. Motivační stipendia nabízíme také studentům vyšší odborné školy ve spolupráci s Orlickoústeckou nemocnicí.

Jak je zajištěna praktická příprava žáků? Setkají se u vás s moderní technikou či léčebnými metodami?

Praktická příprava žáků probíhá ve škole v laboratorních podmínkách v odborných učebnách vybavených moderními pomůckami, modely a trenažéry. Tyto pomůcky co nejvíce kopírují moderní vybavení pracovišť, která žáci navštěvují během praktického vyučování. To také realizujeme v reálných podmínkách u zaměstnavatelů. Škola velmi úzce spolupracuje s Orlickoústeckou nemocnicí, která poskytuje zázemí pro vyučování předmětů ošetřování nemocných a odborná ošetrovatelská praxe. Škola dále uzavřela smlouvy také s dalšími zdravotnickými a sociálními zařízeními včetně soukromých ordinací i mimo okres Ústí nad Orlicí.

Jaké je uplatnění vašich absolventů na pracovním trhu?

Uplatnění našich absolventů zdravotnického i sociálního oboru na trhu práce je velmi dobré. V současnosti je v uvedených oborech stále velký nedostatek pracovníků. Již během studia mají žáci možnost prázdninové brigády ve zdravotnických i sociálních zařízeních. To jim přináší cenné zkušenosti, které mohou uplatnit nejen při studiu ve škole, ale i při volbě budoucího pracoviště či zaměstnavatele. Po ukončení studia střední školy se absolventi mohou dále vzdělávat na vyšších odborných školách či vysokých školách ze zdravotnickým nebo sociálním zaměřením.

„Naši předností jsou kvalifikovaní učitelé a také jejich nadšení, empatie a vstřícnost.“

Do třetice všeho dobrého

Někdo si jde za vysněnou profesí celý život, jiný ji objeví náhodou a další zase tuší směr, ale chvilku mu trvá, než si najde tu cestičku, která mu naprosto sedne. Dvacetiletá Dominika Novotná, která dnes studuje v 1. ročníku Vyšší odborné školy a střední školy zdravotnické a sociální oboru diplomovaná všeobecná sestra, si myslila, že si v 'devítce' zvolila dobře. Nakonec se na její profesní dráze vynořila celá řada zatáček, než si konečně mohla říct, že teď už míří tam, kam chce.

PŘÍBĚH

Odmalička jí bylo jasné, že chce pracovat ve zdravotnictví. Zatímco ve třech letech to ještě měla být profese lékařky, později to sympatickou dívku táhlo silněji k povolání záchranářky. Přesto si však jako obor svého středoškolského studia zvolila sociální činnost. Jenže postupně začala cítit, že to sice není špatné, ale také to není tak docela ono.

„O práci na záchrance jsem snila bez nadsázky celý život, když se ale v deváté třídě přiblížil okamžik rozhodnutí, dostala jsem strach. Najednou jsem si uvědomovala, jaká je to odpovědnost, a váhala jsem, zda bych třeba dokázala pacientovi odebrat krev. Napadlo mě, že práce s dětmi či seniory v rámci sociální činnosti by mohla být to pravé. Mám ale ráda adrenalin, takže ve třetím ročníku jsem pomalu zjišťovala, že studuji sice hezký obor, ale že bych byla práce jen spokojenější v oboru praktická sestra,“ popisuje složitě hledání ideální profese sympatická rusovláska.

Když úspěšně odmaturovala, rozhodla se, že se přece jen vydá za svým snem a bude studovat obor



„Jak jsem se na počátku bála zodpovědnosti, tak teď ji přímo vyhledávám!“

zdravotnický záchranář. Školu však po roce přerušila. Chyběl jí větší počet hodin praxe, a navíc tou dobou musela řešit i řadu životních komplikací. Místo vysněné přípravy na budoucí povolání tak najednou vlastně stála opět téměř na začátku. A tehdy ji napadlo, že by mohla dát šanci oboru diplomovaná všeobecná sestra na vyšší odborné škole. A napotřetí to už konečně vyšlo!

„Studium mě teď baví, obor je zajímavý a navíc potřebný. Při prvním vstupu na oddělení v rámci praxe jsem cítila ohromný respekt a obavy, co mě čeká, jak se lidé budou tvářit. Když pak řekli, že jsou nesmírně rádi, že jim pomáhám, bylo to motivující. Jak jsem se na počátku bála zodpovědnosti, tak teď ji přímo potřebuji a vyhledávám,“ líčí usměvavá studentka.

Svou školu si nemůže vychválit kvůli vysokému počtu hodin praxe. Konečně tak má možnost pracovat přímo v nemocnici, kde postupně prochází různými odděleními a pomáhá pacientům. Po dokončení vyšší odborné školy se hodlá ve svém povolání nadále zdokonalovat. Díky akční povaze už má i vybráno, kam by ráda zamířila. Svůj životní sen by si chtěla splnit jako sestřička na oddělení urgentní medicíny.

BAVÍ KLIENTY STACIONÁŘE



Oblíbeným předmětem v rámci oboru sociální činnost na VOŠ a SŠ zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí je **organizace volného času**. Své poznatky z něj studenti zkoušejí v praxi během spolupráce se **stacionářem v Ústí nad Orlicí**. Pro jeho obyvatele v průběhu roku vymýšlejí nejrůznější **tematicky zaměřené programy** – jedním z nich byl i ten inspirovaný vodou a nazvaný **Kouzlo vody**. Písně, recitace a povídky o tradicích zase tvořily náplň programu **Jaro a Velikonoce ve stacionáři**. Žáci zde seznamují klienty také s **muzikoterapií** či **arteterapií** a připravují pro ně speciální **reminiscenční koutky**. Navštěvují však i **domov seniorů**, kde například zorganizovali pravý **masopustní rej masek** a ukázkou lidových tanců.

DEŠTIVÝ LONDÝN I SLUNNÁ ITÁLIE

Mimoškolní exkurze na VOŠ a SŠ zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí stojí za to. Na začátku školního roku se žáci 4. ročníku oboru zdravotnický asistent a studentky 2. ročníku oboru diplomovaná



všeobecná sestra vydali načerpat **nové zážitky a poznatky do Itálie**. Základnou se jim stal kemp Duca Amedeo v regionu Abruzzo, odkud vyrazili k moři, na prohlídku Říma a dalších architektonických skvostů, ale také **na exkurzi do zdejším zdravotnických zařízení**. Získali tak cenné srovnání, a navíc **si procvičili angličtinu**. Tu mohli trénovat také při jazykovém poznávacím **zájezdu do Londýna**, který se setkal s velkým úspěchem.

SPORT STÁLÝM SPOLEČNÍKEM

K životu studentů VOŠ a SŠ zdravotnické a sociální Ústí nad Orlicí patří neodmyslitelně také sport. K dispozici mají **posilovnu, gymnastický sál i tělocvičnu gymnázia**. K nejoblíbenějším odvětvím patří **atletika, florbal, stolní tenis** a především **volejbal**. V průběhu školního roku probíhá pod vysokou síť meztřídní turnaj, jehož vítěz má právo před Vánoci vyzvat v superfinále **favorizovaný výběr pedagogů** – ten však v dramatických duelech tahá občas za kratší konec. V červnu 2017 se poprvé v historii školy uskutečnil **sportovní den**, který měl velký ohlas. Účastníkům totiž nabídl hned několik **různorodých aktivit** jako turistika, míčové hry s minigolfem, cyklistika, softbal a in-line brusle. Na své si tak přišel opravdu každý.



Seznámení s muzikoterapií a muzikoterapeutickými nástroji patří k oblíbenému zpestření výuky.



Tradičním měřením sil bývá soutěž ve stlání lůžek – šampióni je dokonale připraví za necelých deset minut.



Na adaptačních kurzech se žáci 1. ročníku seznámí nejlépe prostřednictvím nejrůznějších her a aktivit.



Během sportovně-turistického kurzu si jeho účastníci vyzkouší také základy horolezectví.



O šikovnosti žákyň orlickoústecké „zdravky“ svědčí i keramické sovičky, které samy vyrobily.